

ISSN 2412-8201

Pedagogy & Psychology Theory and practice

International scientific journal

№ 6 (32), 2020

Founder and publisher:
Publishing House «Scientific survey»

The journal is founded in 2015 (October)

Volgograd, 2020

UDC 371+159.9
LBC 72

Pedagogy & Psychology. Theory and practice International scientific journal, № 6 (32), 2020

The journal is founded in 2015 (October)
ISSN 2412-8201

The journal is issued 6 times a year

The journal is registered by Federal Service for Supervision in the Sphere of Communications, Information Technology and Mass Communications.

Registration Certificate: ПИ № ФС 77 – 62058, 05 June 2015

*Impact factor of the journal «Pedagogy & Psychology. Theory and practice» – 0.343
(Global Impact Factor, Australia)*

EDITORIAL STAFF:

Head editor: Teslina Olga Vladimirovna

Executive editor: Malysheva Zhanna Alexandrovna

Peskov Vadim Pavlovich, Ph.D. (Psychology)

*Shadrin Nikolay Semenovich, Doctor of Psychological Sciences,
Candidate of Philosophical Sciences*

Bobrova Lyudmila Vladimirovna, Candidate of Technical Sciences

Vodyanenko Galina Rudolfovna, Candidate of Pedagogical Sciences

Kovalenko Tatyana Anatolyevna, Candidate of Technical Sciences

Korneva Irina Pavlovna, Candidate of Technical Sciences

Larionov Maksim Viktorovich, Doctor of Biological Sciences

Kamolov Iftikhor Bakhtiyorovich, PhD of Pedagogical Sciences

Authors have responsibility for credibility of information set out in the articles.
Editorial opinion can be out of phase with opinion of the authors.

Address: Russia, Volgograd, Angarskaya St., 17 "G", office 312

E-mail: scippjournal@mail.ru

Website: <http://scippjournal.ru/>

Founder and publisher: Publishing House «Scientific survey»

© Publishing House «Scientific survey», 2020

УДК 371+159.9

ББК 72

Педагогика & Психология. Теория и практика

Международный научный журнал, № 6 (32), 2020

Журнал основан в 2015 г. (октябрь)

ISSN 2412-8201

Журнал выходит 6 раз в год

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.

**Свидетельство о регистрации средства массовой информации
ПИ № ФС 77 – 62058 от 05 июня 2015 г.**

*Импакт-фактор журнала «Педагогика & Психология. Теория и практика» – 0.343
(Global Impact Factor, Австралия)*

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

Главный редактор: Теслина Ольга Владимировна

Ответственный редактор: Малышева Жанна Александровна

Песков Вадим Павлович, кандидат психологических наук

Шадрин Николай Семенович, доктор психологических наук, кандидат философских наук

Боброва Людмила Владимировна, кандидат технических наук

Водяненко Галина Рудольфовна, кандидат педагогических наук

Коваленко Татьяна Анатольевна, кандидат технических наук

Корнева Ирина Павловна, кандидат технических наук

Ларионов Максим Викторович, доктор биологических наук

Камолов Ифтихор Бахтиёрович, доктор философии (PhD) педагогических наук

За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов.

Адрес редакции: Россия, г. Волгоград, ул. Ангарская, 17 «Г», оф. 312

E-mail: scippjournal@mail.ru

Website: <http://scippjournal.ru/>

Учредитель и изатель: Издательство «Научное обозрение»

CONTENTS

PEDAGOGY

Higher education

Marinina M.G., Nadezhkina Ye.Yu.

RESEARCH ON HEALTHY LIFESTYLE MOTIVATION OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION	8
---	---

Preschool education

Brayeva Ye.P.

DIGITAL TEACHING ASSISTANTS	11
-----------------------------------	----

Chistobayeva A.Yu., Zyleva M.I.

SENSORY INTEGRATION: THE ESSENCE AND CAPABILITIES IN OVERCOMING SPEECH DISORDERS IN PRESCHOOL CHILDREN	13
---	----

Education in the sphere of art

Li Eryong, Zhang Hongzheng

THE INTEGRATION OF MODERN OPERA PERFORMANCE AND VOCAL MUSIC EDUCATION IN CHINA	19
---	----

Li Eryong, Zhang Hongzheng

THE TRANSFORMATION OF VOCAL MUSIC PERFORMANCE AND EDUCATION IN CHINA FROM THE PERSPECTIVE OF OPERA HISTORY	25
---	----

Education for teachers

Strantsov A.N.

YOUNG GUARDS IN THE WINTER OFFENSIVE	30
--	----

Lifelong learning

Spiridonov Ye.A.

ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS OF METHODS AND MEANS OF THE RECOVERY PERIOD AS A COMPONENT OF PHYSICAL EDUCATION	46
---	----

Physical education

Mosin I.V., Mosina I.N., Esaulov M.N.

RATIONAL CONSTRUCTION OF THE DPP STAGE, RUNNERS 800 M JUNIOR AGE	50
--	----

School education

Belikina A.A.

THE INFLUENCE OF FAMILY WELL-BEING ON THE DEVELOPMENT OF COGNITIVE AND PERSONAL SKILLS OF A CHILD IN MODERN RUSSIAN FAMILIES	58
---	----

PSYCHOLOGY

Military psychology

Mashkin A.V.

- THE MAIN DIRECTIONS AND FORMS OF IMPROVING THE MORALE
OF TROOPS IN THE PREPARATION AND DURING THE BRUSILOV OFFENSIVE..... 63

Chistyakov A.A.

- RESEARCH METHODS AND METHODOLOGY
IN THE AREA OF MENTORING CONSISTENCY IN CHILDREN'S
AND YOUTH SOCIAL ORGANIZATIONS AND OFFICER CANDIDATES..... 68

Educational psychology

Shvidkiy A.A.

- PREVENTION OF AGGRESSION IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN..... 71

Personality psychology

Ovsyannikova T.Yu.

- THE PROBLEM OF EMOTIONAL BURNOUT
OF TEACHERS IN THE COURSE OF PROFESSIONAL ACTIVITY 75

СОДЕРЖАНИЕ

ПЕДАГОГИКА

Высшее образование

Маринина М.Г., Надежкина Е.Ю.

ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ВУЗА 8

Дошкольное образование

Браева Е.П.

ЦИФРОВЫЕ ПОМОЩНИКИ ПЕДАГОГА 11

Чистобаева А.Ю., Зылева М.И.

СЕНСОРНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ: СУЩНОСТЬ И ВОЗМОЖНОСТИ
В ПРЕОДОЛЕНИИ РЕЧЕВЫХ НАРУШЕНИЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 13

Образование в сфере искусств

Ли Эрюн, Чжан Хунчжэн

ИНТЕГРАЦИЯ ОПЕРНОГО ИСПОЛНЕНИЯ
И ВОКАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ В СОВРЕМЕННОМ КИТАЕ 19

Ли Эрюн, Чжан Хунчжэн

ТРАНСФОРМАЦИИ В ИСПОЛНЕНИИ ВОКАЛЬНОЙ
И ОБУЧЕНИИ ВОКАЛУ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ИСТОРИИ ОПЕРЫ 25

Образование для преподавателей и учителей

Странцов А.Н.

ЮНГВАРДЕЙЦЫ В ЗИМНЕМ НАСТУПЛЕНИИ 30

Обучение в течение всей жизни

Спиридонов Е.А.

АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДОВ И СРЕДСТВ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОГО
ПЕРИОДА КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ КОМПОНЕНТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ 46

Физическое воспитание

Мосин И.В., Мосина И.Н., Есаулов М.Н.

РАЦИОНАЛЬНОЕ ПОСТРОЕНИЕ ЭТАПА НПП, БЕГУНОВ НА 800 М ЮНИОРСКОГО ВОЗРАСТА 50

Школьное образование

Беликина А.А.

ВЛИЯНИЕ СЕМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В СОВРЕМЕННЫХ РОССИЙСКИХ
СЕМЬЯХ НА РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ И ЛИЧНОСТНЫХ НАВЫКОВ РЕБЕНКА 58

ПСИХОЛОГИЯ

Военная психология

Машкин А.В.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И ФОРМЫ ПОВЫШЕНИЯ БОЕВОГО
ДУХА ВОЙСК ПРИ ПОДГОТОВКЕ И В ХОДЕ БРУСИЛОВСКОГО ПРОРЫВА 63

Чистяков А.А.

МЕТОДОЛОГИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ
ПРОБЛЕМ ПРЕЕМСТВЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ
В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ ОБЩЕСТВЕННЫХ ОБЪЕДИНЕНИЯХ И КУРСАНТОВ 68

Педагогическая психология

Швидкий А.А.

ПРОФИЛАКТИКА АГРЕССИВНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ 71

Психология личности

Овсянникова Т.Ю.

ПРОБЛЕМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
ПЕДАГОГОВ В ХОДЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 75

ПЕДАГОГИКА

Higher education

Высшее образование

УДК 316.628

ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

М.Г. Маринина¹, Е.Ю. Надежкина²

¹ кандидат педагогических наук, доцент, ² кандидат биологических наук, доцент

ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный социально-педагогический университет», Россия

Аннотация. Рассматривается проблема мотивации здорового образа жизни студентов. Определяются понятия мотивация здорового образа жизни, ее компоненты, культура здоровья. Проведена диагностика видов и уровней мотивации здорового образа жизни у студентов.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, мотивация здорового образа жизни, культура здоровья.

Повышение внимания к здоровому образу жизни студенческой молодежи связано с ухудшением здоровья специалистов-выпускников высшей школы, ростом заболеваемости в процессе их профессиональной подготовки, последующим снижением функциональных резервов организма и работоспособности [1].

Распространенность вредных привычек в студенческой среде приводит к снижению уровня ответственности будущих педагогов за сохранение собственного здоровья и затрудняет формирование навыков здорового стиля жизни [6].

В связи с этим повышается роль высшей школы как социального института, формирующего не только компетентного специалиста, но и полноценную, здоровую личность [4]. Необходимо отметить, что деятельность по здоровьесбережению невозможна без соответствующей мотивации. Под мотивацией понимаются внутренние силы, побуждающие человека к действию [2].

По определению Т.В. Карасевой, мотивация здорового образа жизни – это совокупность внутренних и внешних мотивов, побуждающих человека к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья [5].

Мотивация здоровья формируется на базе двух важных принципов – возрастного, согласно которому воспитание мотивации здоровья необходимо начинать с раннего детства, и деятельностного, по которому мотив здоровья следует создавать через оздоровительную деятельность по отношению к себе. Выделяют следующие виды мотивации ЗОЖ:

1. Мотивация самосохранения предполагает бережное отношение к здоровью и жизни, стремление к восстановлению утраченного здоровья и к поддержке здоровья на должном уровне.
2. Мотивация самореализации представляет ведение здорового образа жизни для конкурентоспособности на рынке труда, соответствия профессионально-значимым качествам.
3. Мотивация самосовершенствования подразумевает стремление к красоте и хорошей физической форме.
4. Мотивация удовольствия включает в себя ведение ЗОЖ ввиду улучшения настроения от занятий спортом, уменьшения стрессового напряжения и улучшения психического здоровья.
5. Мотивация соответствия связана с подражанием друзьям, родителям, кумирам, а также с подчинением этнокультурным и общественным требованиям, стремлением быть примером для других [3].

Современная молодёжь подвержена влиянию негативных факторов на здоровье, поэтому находится в зоне риска. Как правило, студенты имеют такие вредные привычки, как курение,

употребление алкоголя, неправильное и нездоровое питание, нарушенный режим сна. Также им часто не хватает времени, средств и мотивации для ведения здорового образа жизни.

На базе ВГСПУ проводилось анкетирование у студентов второго курса института иностранных языков. Среди них участие приняли 64 девушки и 38 юношей в возрасте 19-20 лет.

Результаты проведённого анкетирования показали, что больше половины студентов (71 %) считают себя здоровыми. Отклонения в здоровье 20 % связывают с наследственностью, 10 % с вредными привычками, 5 % с несоблюдением режима дня и питания, 5 % с плохим физическим развитием, 15 % с неблагоприятной экологической обстановкой и 45 % не имеют отклонений.

Большая часть студентов (70 %) не занимаются спортом, а те, кто занимается спортом, в основном занимаются легкой атлетикой, плаванием, боевыми искусствами и фитнесом.

Практически все студенты (92 %) предпочитают бороться с заболеваниями с помощью медикаментозных средств. Лишь малая часть опрошенных не имеют вредных привычек. Никто из ребят не употребляет наркотики, 15 % курят (от 1-2 до 5-7 сигарет в день), 32 % употребляют спиртные напитки, 30 % не употребляет и 38 % иногда употребляет.

Больше половины опрошенных студентов знают неблагоприятные воздействия вредных привычек, поэтому сознательно ведут здоровый образ жизни, остальные знают, но не могут или не хотят от них отказываться.

Исследование мотивации ЗОЖ показало, что преобладает высокий уровень мотивации к здоровому образу жизни (30 %). У 20-ти человек (20 %) средний уровень, преобладает и высший уровень (16 %), а у оставшихся 6 человек (6 %) – низкий.

При изучении мотивации студентов к ведению здорового образа жизни, преобладающей оказалась мотивация самосовершенствования, направленная на желание иметь красивую фигуру, подтянутое тело, а также легче переносить нагрузки. Одной из важных для студентов мотиваций является самосохранение, которая предполагает ведение ЗОЖ для сохранения и поддержания текущего уровня здоровья на должном уровне, а также восстановление утраченного ранее здоровья. Кроме того, стоит выделить мотивацию удовольствия, исходя, из которой молодые люди предпочитают вести здоровый образ жизни, так как у них улучшается настроение и снимается стресс благодаря занятиям спортом.

Известно, что современная молодёжь далеко не всегда ведёт здоровый образ жизни. Именно в студенчестве многие молодые люди пробуют алкоголь, курение и наркотики.

Однако наше исследование показывает, что высокий уровень мотивации к здоровому образу жизни имеют 30 % респондентов, а высший уровень 16 %, то есть почти 50 % студентов. Это говорит о том, что для многих молодых людей здоровье остаётся одной из главных ценностей. Действительно, студенты понимают значение здорового образа жизни и положительно относятся к нему. К сожалению, многие не ведут ЗОЖ из-за нехватки времени и отсутствия мотивации, интереса. При этом большинство опрошенных выразили готовность к вести здоровый образ жизни, а некоторые студенты, имеющие вредные привычки, хотели бы отказаться от них. Таким образом, здоровье продолжает оставаться одним из важнейших составляющих жизни каждого человека и особенное значение оно имеет для молодежи.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алёшина, Л.И. Формирование мотивации здорового образа жизни будущего учителя в процессе профессиональной подготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Л.И. Алёшина. – Волгогр. гос. пед. ун-т. – Волгоград, 1998.
2. Алёшина, Л.И. Формирование мотивации здорового образа жизни будущего учителя в условиях [Электронный ресурс] / Л.И. Алёшина, С.Ю. Федосеева // Границы познания. – Октябрь, 2016. – № 4 (47). – Режим доступа: www.grani.vspu.ru
3. Жданов, С.И. Педагогические условия формирования у студента вуза субъектной позиции оздоровительной направленности: автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.И. Жданов. – Урал. гос. ун-т физ. культуры. – Челябинск, 2009.
4. Зайцев, Г.К. Валеолого-педагогические основы обеспечения здоровья человека в системе образования [Текст]: автореф. дис д-ра пед. наук / Г.К. Зайцев. – СПб., 1998. – С. 32–38.
5. Карасева, Т.В. Особенности мотивации ведения здорового образа жизни / Т.В. Карасева, Е.В. Руженская // Проблемы социальной гигиены здравоохранения и истории медицины. – 2013. – № 5. – С. 23–24.
6. Щепкина, О.И. Здоровый образ жизни, как возможность полноценной жизни человека [Текст] / О.И. Щепкина, В.Н. Филиппова, К.А. Китаева, О.А. Болучаевская // Система ценностей современного общества. – 2011. – № 17. – С. 196–197.

Материал поступил в редакцию 29.11.20

RESEARCH ON HEALTHY LIFESTYLE MOTIVATION OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

M.G. Marinina¹, Ye.Yu. Nadezhkina²

¹ Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor,

² Candidate of Biological Sciences, Associate Professor

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education

“Volgograd State Socio-Pedagogical University”, Russia

Abstract. The problem of motivation of a healthy lifestyle of students is considered. The concepts of healthy lifestyle motivation, its components, and health culture are defined. Diagnostics of types and levels of motivation for a healthy lifestyle among students was carried out.

Keywords: healthy lifestyle, healthy lifestyle motivation, health culture.

Preschool education
Дошкольное образование

УДК 371

ЦИФРОВЫЕ ПОМОЩНИКИ ПЕДАГОГА

Е.П. Браева, педагог-психолог
МАДОУ «Сказка» (Когалым), Россия

Аннотация. В данной статье описывается важность применения цифровых технологий в преподавании. Различные цифровые инструменты, мультимедийные возможности позволяют лучше моделировать живую реальность. Автор статьи представляет принципы работы с мультимедийными ресурсами.

Ключевые слова: цифровые технологии, цифровые инструменты, мультимедийные возможности, преподавание, мультимедийные ресурсы.

В настоящее время цифровые технологии являются неотъемлемой частью жизни современных детей. Мир стремительно меняется, и мы стараемся подстроиться под реалии сегодняшней жизни, быть в курсе происходящего, не отставать, а идти в «ногу» со временем. Сегодня уже невозможно представить образовательное пространство без современных цифровых технологий, открывающих принципиально новые возможности образования. Каждый раз, когда готовлюсь к очередному занятию, задумываюсь о том, как преподнести тот или иной материал, чтобы ребенку было понятно, доступно, интересно, и чтобы не угасало желание и дальше узнавать новое. Поэтому в своей работе стараюсь активно использовать различные цифровые ресурсы. Особенно это мне помогает на занятиях с детьми старшего дошкольного возраста, т.к. одна из задач педагога-психолога в работе с детьми подготовительной группы направлена на формирование мотивационной готовности к школьному обучению. Каждое занятие по программе М.А. Панфиловой «Цветик-семицветик» сопровождается сказочной историей. Тридцать «лесных» сказок раскрывают перед детьми основные проблемы будущего первоклассника, с которыми каждый ребенок может встретиться в школе – школьные конфликты, взаимоотношения с одноклассниками, учителем, поведение на уроках и т.д. Дети в доверительной беседе рассуждают о поступках героев «Лесной школы», ищут их причины, высказывают своё мнение, стараются разрешить конфликты и проблемы, учатся прощать и любить. Обычное чтение или пересказ подходит далеко не всем. Некоторые ребята часто отвлекаются, разговаривают и, конечно, теряют главную мысль. Как решить эту проблему в преодолении детьми трудностей слухового восприятия? Так и родилась идея «оживить» полюбившихся героев сказок, чтобы встреча с ними стала еще желанней, а погружение в сказочную историю вызвало стремление развиваться, быть уверенными в себе, не бояться перемен и быть психологически готовыми к будущим переменам, связанными со школьным обучением. Здесь, конечно, цифровые инструменты являются верными друзьями и помощниками педагогов. Широкие мультимедийные возможности (хорошая графика, качественный звук, трёхмерное изображение, динамика) позволяют лучше моделировать живую реальность. Чтобы всё получилось, необходимо решить три задачи: во-первых, дать героям визуальный образ, сохраняя единую стилистику, что практически невозможно, пользуясь картинками из сети интернет; во-вторых, озвучить всю сказочную историю, в-третьих, соединить все части в готовый продукт. Создаются фоны, где происходят действия и герои нарисованы отдельно друг от друга. Чтобы моделировать сцены из сказки, используется принцип перекладки. Суть этого вида анимации в том, что нарисованный на бумаге объект режется на отдельные кусочки, и эти кусочки передвигаются (перекладываются) от кадра к кадру. Отсюда и название – перекладка. Многие считают такую анимацию примитивной, но в умелых руках педагога такие мультфильмы могут получиться очень интересными. Осталось совсем немного, чтобы персонажи заговорили. В программе видео монтаж объединяются все

части, накладывается аудиозапись на видеоряд. Мультфильм готов! Для меня процесс увлекателен настолько, что в планах есть желание создать серию сказочных историй.

Опыт показал, что нужно прислушиваться к детям, к их потребностям. Несмотря на все плюсы современных новшеств, не стоит забывать о том, что никто и ничто не заменит ребенку живого общения с педагогом, вовремя оказанной помощи и внимания.



Материал поступил в редакцию 02.12.20

DIGITAL TEACHING ASSISTANTS

Ye.P. Brayeva, Educational Psychologist
Municipal Autonomous Preschool Educational Institution “Skazka” (Kogalym), Russia

Abstract. This article describes the importance of using digital technologies in teaching. Various digital tools and multimedia capabilities allow you to better simulate live reality. The author of the article presents the principles of working with multimedia resources.

Keywords: digital technologies, digital tools, multimedia opportunities, teaching, multimedia resources.

УДК 376.37

СЕНСОРНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ: СУЩНОСТЬ И ВОЗМОЖНОСТИ В ПРЕОДОЛЕНИИ РЕЧЕВЫХ НАРУШЕНИЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.Ю. Чистобаева¹, М.И. Зылева²

¹ кандидат педагогических наук, доцент кафедры логопедии и детской речи института детства,

² студент 4 курса по направлению подготовки «Специальное (дефектологическое) образование»,

профиль «Логопедия», Институт детства

ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет», Россия

Аннотация. В данной статье раскрываются понятия «сensорная интеграция», «сensорное развитие» и «сensорное воспитание», а также рассматривается вопрос об их тесном взаимодействии между собой, ведь полноценное сенсорное развитие напрямую зависит от целенаправленного сенсорного воспитания, посредством включения в него средств сенсорной интеграции. Обосновывается рациональность использования «сенсорного дерева» как логопедического средства развития сенсорной интеграции в коррекционной работе логопеда и его положительном влиянии на развитие детей с речевой патологией. Выбор темы обусловлен актуальностью данного вопроса в логопедической практике, для описания и обоснования средств сенсорной интеграции, в данном случае «сенсорного дерева» в коррекционно-развивающей работе учителя-логопеда в условия современного образования.

Ключевые слова: сенсорная интеграция, сенсорное развитие, сенсорное воспитание, виды восприятия (тактильное, зрительное, обонятельное, слуховое), мелкая моторика, хемочувствительность, фонематические процессы.

Сенсорная интеграция является естественным процессом, данный процесс начинает своё развитие с момента рождения и продолжается на протяжении всей жизни человека. Это обработка сигналов, поступающих от наших сенсорных систем, в головной мозг, где они эффективно обрабатываются, благодаря чему ребенок способен организовать и упорядочить восприятие сигналов, которые считывает его тело. Именно с помощью ощущений ребенок получает информацию о состоянии окружающей его среды, физическом состоянии собственного тела, необходимую для начала каких-либо действий.

Первые практические разработки в сфере сенсорной интеграции принадлежат калифорнийскому эрготерапевту Энн Джин Айрес, которая впервые сформулировала понятие «сенсорная интеграция», представляющее собой процесс упорядочивания ощущений, которые в дальнейшем будут как-либо использованы. Ощущения дают ребёнку информацию как изнутри, о физическом состоянии его тела, так и извне, ощущения о состоянии внешней среды [1]. Данные предположения основываются на идеях системного подхода о функционировании головного мозга и помогают понять связь процессов обработки сенсорной информации с поведением и обучением ребёнка. Позже эти предложения получили своё развитие в трудах Аниты Банди, Уллы Кислинг, Агнешки Леманьски и других.

Теоретический анализ передового отечественного педагогического опыта убеждает в том, что метод сенсорной интеграции используется в современной дефектологической практике. Многомерность и полифункциональный характер данного метода раскрыты в работах М. Белозеровой, С. Кашириной, М.И. Лынской. Практический интерес к использованию метода сенсорной интеграции определяет основную цель данной статьи – описание и обоснование метода и средств сенсорной интеграции, их адаптация, к решению речевых задач в работе с детьми, имеющими отклонения в речевом развитии, ориентация на развитие сенсорных систем и адаптивных ответов на сенсорный опыт.

Исходя из понятия о сенсорной интеграции, мы понимаем, что совокупность ощущений, полученных организмом от внешних раздражителей и их упорядочивание для адекватного ответа организма вплотную зависит от сенсорного развития и воспитания самого ребёнка. Успешность полноценного познавательного, речевого, физического, эстетического воспитания детей в значительной степени обеспечивается уровнем их сенсорного развития, то есть способностями ребёнка слышать,

видеть, осязать окружающее. Сенсорное развитие служит основой познания окружающего мира, первой ступенью которого является чувственный опыт. В раннем возрасте ребенок начинает активно познавать не только окружающий мир, но и себя в нём, происходит обогащение сенсорного опыта, накопленного в младенчестве. Мышечные чувства, осязание, зрение направлены на познание качеств окружающих его предметов, а именно величины, формы и цвета. Планомерное развитие сенсорной сферы обеспечит необходимые предпосылки для формирования всех других, более сложных познавательных процессов, таких как – память, воображение, мышление и др.

В отечественной науке и практике большое внимание сенсорному развитию детей, с различными нарушениями в развитии, уделяли такие известные учёные-исследователи как И.М. Сеченов, Л.С. Выготский, Н.А. Бернштейн, Н.П. Вайзман и др. Все исследователи отмечают, что взаимодействие органов чувств необходимо для движения, говорения и игры, – это фундамент более сложной интеграции, сопровождающей чтение, письмо и адекватное поведение. Чтобы нормально развиваться и работать мозг нуждается в постоянном поступлении сенсорной информации.

Теоретики и практики дошкольной педагогики, такие как М. Монтессори, Е.И. Тихеева, А.В. Запорожец, А.П. Усова, Н.П. Сакулина, Л.А. Венгер, считали, что сенсорное воспитание, обеспечивающее полноценное сенсорное развитие, и является основным направлением дошкольного образования [2, 7, 8]. Л.С. Выготский подчёркивал в более ранних исследованиях, что формирование познания осуществляется через восприятие, формирующееся посредством сенсорного развития детей [3].

Полноценное сенсорное развитие обеспечивается целенаправленным сенсорным воспитанием. Которое включает рассматривание, ощупывание, выслушивание, то есть формирование у ребёнка перцептивных действий. Но обследовать предмет, увидеть, ощутить его недостаточно. Необходимо определить отношение выявленных свойств и качеств данного предмета к свойствам и качествам других предметов. Для этого ребёнку нужны мерки, с которыми можно сравнить то, что он в настоящий момент воспринимает. Общепринятыми мерками являются, так называемые «эталоны», которые сложились исторически. Это системы геометрических форм, шкала величин, меры веса, звуковысотный ряд, система цветов, система фонем родного языка и т.д. И все эти эталоны должны быть усвоены ребёнком.

Одновременно с формированием эталонов необходимо учить детей способам обследования предметов: их группировке по цвету и форме вокруг образцов-эталонов, последовательному осмотру и описанию формы, выполнению все более сложных глазомерных действий. Наконец, в качестве особой задачи выступает необходимость развивать у детей аналитическое восприятие. Исходя из вышеизложенного, можно сказать, что сенсорное развитие ребёнка – это развитие его восприятия и формирование представлений о форме, цвете, величине, положении в пространстве, а также о запахе, вкусе и прочих внешних свойствах предметов посредством сохранных каналов восприятия. А сенсорное воспитание, в свою очередь, представляет собой целенаправленный процесс, в ходе которого при организации правильного педагогического взаимодействия развивается восприятие, накапливается сенсорный опыт ребёнка, формируются представления об окружающем мире.

Процесс познания ребёнка отличается от процесса познания взрослого. Взрослые познают мир умом, маленькие дети – эмоциями. Познавательная активность ребёнка дошкольного возраста выражается, прежде всего, в развитии восприятия, символической (знаковой) функции мышления и осмыслинной предметной деятельности.

В процессе развития восприятия ребенок постепенно накапливает зрительные, слуховые, тактильно-двигательные, осязательные образы. В связи с этим одна из основных задач детской деятельности – развивать интерес к обучению через сенсорные стимулы. Если понимание сенсорного развития представляется нам как использование сохранных каналов восприятия, то сенсорная интеграция представляет собой процесс, в ходе которого ребенок принимает, различает и обрабатывает ощущения, поступающие через различные сенсорные системы: зрительную, слуховую, обонятельную, вкусовую и осязательную.

Ввиду того, что сенсорная интеграция охватывает все 5 сенсорных систем, она всё-таки по большей части зависит от трех базовых ощущений, которые дают основу взаимодействия всех органов чувств человека, а это вестибулярная, тактильная и проприцептивная [4]. Когда ребенок чувствует какой-либо внешний раздражитель, он, при нормальной работе всех сенсорных систем, даёт адаптивный ответ (обоснованное и целенаправленное действие в ответ на ощущения). То есть можно сказать, что целенаправленное действие это есть праксис, а ощущения и их совокупность – это есть гноэзис. Иначе говоря, сенсорная интеграция – это про баланс гноэзиса и праксиса.

М.И. Лынская говорит о том, что сенсорная интеграция, это когда ребёнок изначально неадаптировано себя вёл, а после проведения с ним нескольких занятий с применением средств сенсорной интеграции, он даёт адаптивный ответ на внешние раздражители. То есть мы можем повлиять на поведение ребёнка, через произвольные движения [5].

Занятия по сенсорной интеграции включают в себя много праксиса (полоса препятствия, шведская стенка и т.д.), то есть целенаправленные действия и есть поведение, одна из его форм. А всё то, что ребенок осознает, нюхает, пробует – это уже другая её часть. Одно без другого невозможно.

Каждый компонент развития речи основан на сенсорных связях и напрямую зависит от них. Сенсорные стимулы оказывают большое влияние на мотивацию любой деятельности, в том числе и на речевую деятельность. Сенсорная интеграция в логопедической работе с детьми с особыми образовательными потребностями требует творческого отношения педагога к процессу обучения и представляет огромные возможности для использования на занятиях и в любом другом виде детской деятельности.

В соответствии с ФГОС ДО развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной [9].

Поскольку одной из главных задач логопедической работы является развитие мотивации к речи средствами арт-терапевтических технологий, для успешной коррекции речевых нарушений, обогащения и совершенствования речи детей было изготовлено многофункциональное логопедическое пособие «Сенсорное дерево». Оно представляет собой одно из направлений метода моделирования, легко раскладывается и переносится при необходимости, а также является одним из средств сенсорной интеграции.

Логопедическая работа с использованием «Сенсорного дерева» направлена на активизацию всех компонентов речи через сенсорику, в основе которой лежит развитие перцептивной деятельности. Дерево разделено на четыре сектора, для каждого канала восприятия. В каждом секторе имеется определённый блок заданий, которые направлены на формирование представлений о предметах и явлениях окружающей действительности, совершенствование процессов аналитико-синтетической деятельности, развитие когнитивных процессов, расширение и обогащение словарного запаса, уточнение и понимание слов через сенсорное восприятие, а также на развитие мелкой моторики.

Первый сектор ориентирован на развитие тактильного восприятия. С учётом особенностей детей играть мелкими предметами, расставлять их по порядку, манипулировать ими, была поставлена цель: развитие мелкой моторики и концентрации взгляда на движениях рук, а также интереса к обучению через сенсорные стимулы, организовать и собрать внимание ребёнка так, чтобы ему хотелось что-то делать, чтобы осуществлялось самопознание и возникло ощущение самовыражения.

Моторику мы используем таким образом, чтобы ребенок удерживал взгляд на действиях рук и мог ориентироваться на движения правой и левой руки и на движения головой; сумел удержать взгляд в течение некоторого времени. Такие комплексные занятия на развитие мелкой моторики и концентрации взгляда проводятся, потому что у детей с различной речевой патологией отмечается соскальзывание взгляда с предмета и слабая концентрация из-за чего ребенок не выделяет главные признаки предмета, не запоминает и не может ориентироваться на листе или в пространстве.

Здесь проводится игра «Что может расти на дереве?» ребёнку предлагается выбрать из нескольких предметов (в данном случае фрукты) те, которые могут расти на дереве и повесить их на крючки. На каждом из фруктов прикреплена верёвочка, помогающая держать фрукт на крючке. Игру можно интерпретировать по-разному. Она может быть направлена не только на развитие мелкой моторики, но и на уточнение и расширение номинативного, атрибутивного и предикативного словаря, а также различение предметов (фруктов) по вкусу, запаху и цветовой гамме и так далее.

Второй сектор направлен на развитие хемочувствительности. Ввод обонятельной информации выполняется путём создания ароматизации с помощью подобранных индивидуально эфирных масел или любых других естественных запахов. Для развития хемочувствительных навыков широко используются игры «угадай по запаху», «угадай по вкусу», при этом здесь мы можем рассматривать сенсорную интеграцию в совокупности не только с развитием обонятельных и вкусовых ощущений, но и наряду с артикуляционной гимнастикой, а также дифференциацией носового и ротового дыхания.

В данном секторе проводится игра «По вкусу, запаху и цвету». Перед ребёнком ставится несколько небольших «тарелочек», на которых лежат нарезанные ломтиками фрукты (яблоко, банан,

мандин). Ребёнку предлагается на выбор попробовать любой ломтик фрукта и найти его на картинке рядом с тарелочками, а после повесить на дерево (вставить в кармашки заламинированные картинки фруктов).

Как говорилось выше – развитие хемочувствительности можно объединить с развитием артикуляционной моторики. К примеру, в работе можно использовать фруктовое пюре, соки, фрукты и овощи (что дают в садике на завтрак, полдник). Ребенок вытягивает губы и пьёт сок через трубочку, улыбается от радости и удовольствия, делая улыбку; берет в рот фрукты губами, выполняя упражнение «Трубочка»; вытягивает язык и лижет фрукты, поднимая язык, облизывает губы; перекатывает кусочки фруктов и овощей во рту от щеки к щеке, тем самым, выполняя артикуляционные упражнения [6]. Также с ребёнком можно проводить дифференциацию носо-ротового дыхания, ощущая ароматы предложенных фруктов, овощей, эфирных масел. Обязательно перед этим уточнить у родителей про особенности здоровья (аллергии, непереносимости).

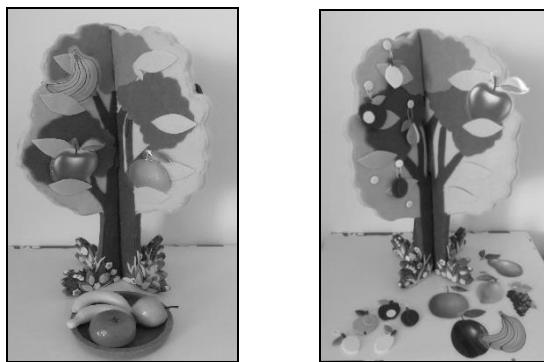
Третий сектор рассчитан на развитие фонематических процессов, в котором мы проводим дифференциацию разных звуков и образов. Предлагается прослушивание определённых звуков (птиц, животных) и соотнесение их с картинками, предметами, различными средствами игровой деятельности.

Четвёртый сектор направлен на зрительное восприятие. Его можно объединить с сектором №1, который направлен на развитие моторики и концентрации взгляда. Здесь проводится игра «Большое - маленькое». Ребёнку необходимо повесить все маленькие красные яблоки на одно сторону дерева, а все большие жёлтые яблоки – на другую сторону. Также можно провести дифференциацию фрукты/овощи, оставив тем самым фрукты на дереве, а овощи на грядке.

Значение тактильного, вкусового и обонятельного анализаторов подчёркивается в исследованиях по когнитивной лингвистике, в которых утверждается, что значительная часть лексики в языковом сознании возникает на основе перцептивных операций в области тактильной, вкусовой и обонятельной модальностей. Предполагается, что развитие тактильного, вкусового и обонятельного восприятия напрямую влияет на развитие мотивации к речи [5].

«Сенсорное дерево» как логопедическое средство сенсорной интеграции, универсально в своём назначении, все 4 сектора рассчитаны на 4 канала восприятия (осзание, обоняние, зрение и вкусовые ощущения). Его уникальность состоит в том, что за одно занятие задействуется практически вся система восприятия, параллельно с которой происходит развитие речевых компонентов.





В играх с этим деревом одновременно можно закреплять понятия вкуса, размера, цвета, формы и запаха фруктов, овощей, жидкостей и любых других предметов, которые можно использовать, тем самым формируя грамматические представления (напр., совершенствовать навык образования существительных в форме единственного и в форме множественного числа, формировать навык правильного употребления предлога «под» в творительном падеже и т.д.); расширяя лексический строй речи (уточнять номинативный, предикативный, атрибутивный словари), и работая над развитием связной речи (напр., совершенствовать умение составлять простые предложения по картинке, предмету, формировать навык составления простых и сложных предложений и т.д.).

Сенсорная интеграция подразумевает под собой использование всех каналов восприятия в логопедической работе, которые в свою очередь способствуют положительному процессу развития и формирования компонентов речевой системы с помощью грамотной логопедической помощи. Используя данное средство сенсорной интеграции, мы можем помочь детям в развитии не только речевых и психических функций, но и процессу индивидуализации и взаимодействию с окружающим миром.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айрес, Э.Д. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития / Э.Д. Айрес. – Москва: Теревинф, 2009. – 272 с.
2. Волосова, Е.Б. Развитие ребёнка раннего возраста / Е.Б. Волосова. – Москва: Линкас-Пресс, 1999. – 70 с.
3. Выготский, Л.С. Психология развития ребёнка / Л.С. Выготский. – Москва: Эксмо, 2004. – 512 с.
4. Кислинг, У. Сенсорная интеграция в диалоге. Понять ребёнка, распознать проблему, помочь обрести равновесие / У. Кислинг. – Москва: Теревинф, 2017. – 240 с.
5. Лынская, М.И. Преодоление азалии и задержки речевого развития у детей. Метод сенсорно-интегративной логотерапии. Конспекты занятий / М.И. Лынская. – Москва: Логомаг, 2015. – 90 с.
6. Лынская, М.И. Сенсорно-интегративная артикуляционная гимнастика / М.И. Лынская. – Москва: Парадигма, 2016. – 28 с.
7. Монтессори, М. Дом ребёнка. Метод научной педагогики / М. Монтессори. – Москва: ACT Астрель, 2005. – 272 с.
8. Морозова, А.М. Дошкольный возраст: сенсорное развитие и воспитание / А.М. Морозова, О.Е. Тихеева // Дошкольное воспитание. – 1995. – № 3. – С. 54–55.
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Министром России 14 ноября 2013, №30384) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_154637/

Материал поступил в редакцию 09.12.20

SENSORY INTEGRATION: THE ESSENCE AND CAPABILITIES IN OVERCOMING SPEECH DISORDERS IN PRESCHOOL CHILDREN

A.Yu. Chistobayeva¹, M.I. Zyleva²

¹ Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor
of Speech Therapy and Children's Speech at the Institute of Childhood,

² the 4th year Student majoring in "Special (Defectological) Education",
Profile "Speech Therapy", Institute of Childhood

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education
"Novosibirsk State Pedagogical University", Russia

Abstract. This article reveals the concepts of "sensory integration", "sensory development" and "sensory education", and also considers the issue of their close interaction with each other, because full-fledged sensory development directly depends on targeted sensory education, by including sensory integration tools in it. The article substantiates the rationality of using the "sensory tree" as a speech therapy tool for developing sensory integration in the correctional work of a speech therapist and its positive impact on the development of children with speech pathology. The choice of the topic is determined by the relevance of this issue in speech therapy practice, to describe and justify the means of sensory integration, in this case, the "sensory tree" in the correctional and developmental work of a speech therapist in the conditions of modern education.

Keywords: sensory integration, sensory development, sensory education, types of perception (tactile, visual, olfactory, auditory), fine motor skills, chemosensing, phonematic processes.

Education in the sphere of art
Образование в сфере искусств

УДК 371

ИНТЕГРАЦИЯ ОПЕРНОГО ИСПОЛНЕНИЯ
И ВОКАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ В СОВРЕМЕННОМ КИТАЕ

Ли Эрюн¹, Чжан Хунчжэн²

¹ кандидат искусствоведения, доцент, ² аспирант

Академия искусств «Цзянси университет финансов и экономики» (Наньчан, Цзянси), КНР

Аннотация. Вслед за постоянным развитием и преобразованием моделей обучения все большее внимание стало уделяться обучению вокальной музыке. Обучение вокальной музыке не может использоваться только для передачи и тренировки базовых знаний, оно должно быть интегрировано в различные модели обучения, чтобы тем самым повысить общее качество обучения вокальной музыке. Данная статья освещает важные отличительные черты обучения вокальной музыке через анализ конкретных приемов оперного исполнения, отражает органичное сочетание этих двух аспектов в художественной практике.

Ключевые слова: оперное исполнение, вокальной педагогики, интеграция.

Вокальное исполнительское искусство современной китайской оперы развивалось вслед за распространением в Китае западного стиля бельканто. Как известно, в Китае еще с эпохи Сун (960-1368 н. э.) многие произведения традиционной оперы и драмы постепенно приобретали черты оперы как жанра, но их еще нельзя было назвать оперой в полном смысле этого слова. Хотя традиционную китайскую оперу-цизю и называли “китайской оперой”, но это определение вовсе не было верным! А все потому, что китайская традиционная опера и драма и китайская опера – это два разных понятия, причем различаются они по форме исполнения.

Opera – это музыкальный термин, опера в Китае постоянно считалась заимствованным видом искусства, т. к. китайцы на протяжении долгого времени находились под влиянием традиционного искусства китайской оперы и драмы (цизю). Поэтому развитие оперного искусства в Китае имело свою специфику. Во-первых, оно значительно отличалось от развития оперы в европейских странах. В Германии, Франции, России, Великобритании и др. странах оперные произведения и формы во многом развивались в результате заимствования итальянского оперного искусства и внедрения в него национальных элементов. В Китае же лишь в начале нового времени, благодаря тому, что китайские музыкальные деятели исследовали и изучали европейское оперное искусство и бельканто, современная опера появилась и стала развиваться. В особенности, в сфере исполнения современная китайская опера неразрывно связана с бельканто.

Появление современной китайской оперы, в целом, относят к 20-м гг. 20 века. Обучавшиеся в Германии Сун Чуньфан (1892-1938), Ван Гуанци (1892-1936) и др. внесли значительный вклад в зарождение китайской оперы, они привезли европейскую оперу в свою страну, познакомив китайцев с музыкой западных драматических произведений.

Как же развивалось в Китае оперное искусство на протяжении длительного времени? В начале можно было говорить о двух концепциях понимания *оперы*: во-первых, как искусства, полностью опирающегося на развитие китайских оперных форм, при исполнении такая опера полностью ориентирована на традиционную оперу и драму *цизю*; во-вторых, это оперные произведения, направленные на изучение западных форм, исполняемых бельканто. Позже китайская опера пошла по пути монополярности, и исполнение, и написание произведений в обеих концепциях начали объединяться в единое целое.

Все современные оперные произведения можно отнести к классическим, общедоступным для понимания номерам в искусстве китайской национальной оперы, они ознаменовали собой выход китайского вокального искусства на чрезвычайно высокую ступень развития – как в плане исполнительских техник, так и в плане уровня вокала, – а также период настоящего расцвета китайского оперного искусства.

В целях способствования развитию оперного искусства известная оперная исполнительница Го Ланьин (род. 1929) прибегала к собственным, своеобразным приемам пения, при работе в новых национальных операх (“Седая девушка”, “Свадьба Сяо Эр Хэй” и др.) она практически достигла совершенного уровня исполнения. Она использовала яркие, сконцентрированные в плане звука приёмы пения опер-банцзы в высоких регистрах, что позволило ей добиться различных эффектов пения – мягкости и силы звучания, красоты и возвышенности, скорби, ненависти и др.

Го Даньинь считала, что звук должен быть естественным, певцу необходимо овладеть несколькими позициями звука – передней, задней, внутренней, внешней, средней, “затылочной” и др. При передней позиции звука в его извлечении следует опираться не на брюшину или же область живота, а на переносицу. Извлечение же звука в средней позиции опирается на выталкивание воздуха снизу, из брюшины (звук получается мягким). При затылочной позиции звук вначале направляется в область затылка, и лишь затем следует приступить к пению. Все подобные позиции следует использовать совместно, хотя при извлечении звука имеются несходные ощущения, но принципы звукоизвлечения везде одинаковы. Обычно, у подростка в 15-16 лет голос при ломке ещё не сложившийся, и можно использовать практически все позиции звука. При пении в высоких регистрах нужно обязательно использовать заднюю позицию, в противном случае звук не будет достаточно высоким, дыхание же невозможно контролировать какими-либо определенными методиками и упражнениями: здесь, в основном, надо опираться на собственный опыт, воздух следует концентрировать в брюшине (если он будет в горле, то легко может возникнуть хриплый звук, в грудной клетке – его будет недостаточно и воздух быстро иссякнет). При концентрации воздуха в брюшине его хватает на максимально долгое время, сила и качество звука оптимальны для пения в высоких регистрах. Но при дыхании, т. к. брюшина значительно удалена от ротовой полости (а носом дышать нельзя, т. к. при этом воздух направлен назад), воздух не всегда попадает в брюшину. Кроме того, ротовую полость не следует раскрывать слишком широко, т. к., при этом, возможно втягивание брюшины. Она же должна быть твёрдой (чем выше звук, тем тверже брюшина), как камень. При пении в высоких регистрах необходимы раскрытие ротовой полости, расслабленность грудной клетки, выталкивание воздуха вверх из брюшины. Дыхание должно быть естественным, подобно речи, отсюда резонанс будет результатом сочетания дыхания и звука. Нужно уметь регулировать и сдерживать дыхание, если воздух иссякает сразу же, то пение продолжать невозможно.

Позиции звука (передняя, задняя, внутренняя, наружная), о которых говорила Го Ланьин, перекликаются с техникой бельканто, здесь в центре проблемы – звукопроизводство и резонанс, и это во многом сходно с концепциями *переднего звука* школы немецкой певицы-сопрано Лиль Леманн и *заднего звука* в американской школе (Д. Стэнли и др.). Как считал известный китайский профессор музыки, исследователь и преподаватель бельканто Чжоу Сяоянь, “пение Го Ланьин – это не только чистота артикуляции, но и живость языка; искренность чувств, простота и естественность исполнения позволяли ей достигнуть единения со слушателями. В целом, её исполнение – это правильность слов (артикуляции), звуков (позиций звуков), в меру достаточная сила (воздуха, энергии, духа и др.), устойчивость чувств (их контроля)”. Все это полностью удовлетворяло требования китайцев к красоте исполнения. Го Ланьин использовала многие техники исполнения традиционной китайской оперы и драмы, поэтому она вошла в историю как выдающийся мастер, владевшая этими техниками.

Можно заметить, что её исполнение опиралось и на ряд западных техник вокала, только вот сама она не осознавала, что использует западные приемы пения. Причина этому не в том, что она получила западное образование, а в том, что её персональная исполнительская техника оказалась удивительно сходной с западными. Изначально она работала в традиционной опере и драме, отсюда и их влияние на её исполнение. Однако, её пение было более систематизированным, имело некоторую научную основу и было в чем-то приближено к бельканто, нежели пение её коллег. И это означало абсолютно новый уровень в истории китайского вокального искусства.

Среди последователей Го Ланьин наиболее известной исполнительницей главной роли в “Седой девушке” Пэн Лиоань (род. 1962) – самая яркая звезда народного вокального искусства, начиная с эпохи 80-х гг. Её пение отличается от чистых народных исполнений, оно впитало в себя техники

бельканто. Так, в сфере использования дыхания народные китайские исполнители опираются на брюшное дыхание, поддержку брюшины. Пэн Лиоань же использует смешанную технику брюшного дыхания бельканто, одновременный вдох носом и ртом, быстрое движение воздуха, сила дыхания при этом намного больше, чем при дыхании просто легочном или же просто брюшном, области и скорость движения воздуха увеличиваются. В традиционном китайском пении основные области резонанса – это ротовая полость, глотка и черепная коробка, основное дыхание – брюшное, а не легочное. Пэн Лиоань же использует комбинированное легочно-брюшное дыхание, смешанный резонанс, вовлеченность в процесс пения всех полостей. В высоких регистрах необходим резонанс в легких, в среднем и низком – в черепной коробке, позиция глотки несколько заниженная. Поэтому её звук красив и мягок, звуковые полости полностью задействованы. После её выступления в “Седой девушки” в 1985 г., при её сравнении с Го Ланьинь, стало понятно, что, в отличие от последней, Пэн Лиоань использовала в качестве основы западные техники бельканто, техники же народного исполнения были для неё второстепенными (у Го Ланьинь, наоборот, второстепенным было бельканто). Это означало собой непрерывность развития исполнительского искусства в Китае, постепенную смену эстетических принципов в стране.

До сегодняшнего дня самыми типичными представителями оперного искусства в Китае являются Ван Кунь, Го Ланьинь и Пэн Лиоань, а основными приемами исполнения – народное пение Ван Кунь, техники традиционной оперы и драмы Го Ланьинь и смешанные западные и китайские техники Пэн Лиоань, ознаменовавшие собой три эпохи вокальных техник и стиля исполнения в стране, процесс развития техник исполнения современной китайской оперы. Отсюда видно, что техники и стиль исполнения постоянно подвергаются изменениям, зависят от требований публики в тот или иной временной период, что и порождает необходимость усвоения исполнителем новых, научных способов пения.

Кроме этого, изменения в стиле исполнения китайской оперы можно проследить и на примере «Сестры Цзян». Исполнительница главной роли первого поколения – это Вань Фусян (1941-1994), которая в полной мере раскрыла возможности исполнения на основе техник народного пения, заимствовала принцип брюшного дыхания и позиций звука из бельканто, добившись широты звука и единства его окраски. Её пение – это первая попытка успешного сочетания западных и китайских методик исполнения.

Для сравнения приведем следующий пример. В постановке “Сестры Цзян” в 2008 году молодая исполнительница Ван Ли использовала одновременно смешанные методики народного пения, бельканто и исполнения популярной музыки, создав на сцене образ Сестры Цзян 21 века. И это – новая тенденция в развитии китайской оперы.

Сделаем следующий вывод: пение всегда определяется новым пониманием певцом или певицей принципов исполнения.

После 1981 г., вслед за развитием новой оперы, в Китае появилось множество новых произведений (“Звездный свет”, “Сердца душистых трав”, “Степь” и др.). В это время, вместе с постепенным формированием теории вокального искусства, в нем произошли новые изменения. Так, в 1987 г. в Пекине была впервые поставлена опера “Степь”. Композитор Цзинь Сян (род. 1935) во многом опирался на мелодику речитативов традиционной оперы и драмы, старинных стихотворений и формы исполнения, включавшие в себя речь, пение и музыку. При создании своей многоактной оперы он усложнил декламации и речитативы пением, что требовало от исполнителей высокого уровня мастерства и особой выразительности. Одна из исполнительниц в “Степи” – Вань Шанхун – прекрасно справилась со своей задачей, используя технику бельканто. Вань Шанхун, спевшая во многих операх, – это пример для подражания, представительница нового поколения исполнителей китайской оперы. В 1992 г. постановка “Степи” в центре искусств имени Кеннеди (Вашингтон, США) при участии Вань Шанхун имела огромный успех.

Её исполнение в “Степи” отличается чистотой звука, бесспорно, воплощая процесс интернационализации китайского оперного искусства. “Степь” – это первая китайская опера, поставленная за рубежом, она занимает важное место в истории музыки страны, являясь произведением, ознаменовавшим начало выхода опер Китая на мировой уровень.

Начиная с 1990-х гг. в Шанхайском оперном театре одна за другой были поставлены итальянские “Жизнь артиста”, “Тоска”, “Риголетто”, “Турандот”, китайские оперы “Дочь партии”, “Владыка царства Чу” и др. В Центральном оперном театре были поставлены итальянские “Дама с камелиями”, “Мадам Баттерфляй”, “Кармен”, “Джанни Скикки”, “Аида”, “Женитьба Фигаро”, “Севильский

цирюльник” и др., китайские оперы “Марко Поло”, “Прощай, моя конкубинка”, “Лю Хулань”, “Песнь степей”, “Аи Гу Ли”, “Сотая невеста” и др., в репертуаре театра было немало новых произведений. Все это постановки разнообразили культурную жизнь зрителей и слушателей, предоставили возможность совершенствования своего уровня для исполнителей. В 80-90 гг. в этих произведениях выступали великолепные оперные певцы, например, Вэй Сун, Чжан Фэн, Лю Вэйвэй, Сы ЯоХун, Лю Хунлин и др. Их исполнение, сочетавшее бельканто и традиционные приемы, отличалось своей спецификой, они в равной степени успешно выступали в западных и китайских произведениях, их высокий уровень мастерства проявлялся и в актерской игре, и в вокальном исполнении, воплощая государственность уровня исполнения оперных произведений.

Постепенно, вслед за интернационализацией китайской оперы, расширялся культурный обмен с зарубежьем. В 1986 г. Л. Паваротти в Центральном оперном театре успешно исполнил “Богему” Пуччини. В 1988 г. по приглашению финского театра Уолинна Центральный оперный театр поставил в Финляндии “Мадам Баттерфляй”, “Кармен” и др. итальянские оперы. В 1999 г. театр сотрудничал с мировым тенором Карлосом. В 2001 г. был организован совместный концерт Карлоса, Паваротти и Доминго в “Запретном городе” (Пекин), что стало толчком для дальнейшего развития китайского оперного искусства.

Естественно, каждый оперный исполнитель должен обладать сильным и чистым голосом. И здесь китайские оперные певцы отнюдь не составляют исключение. Их пение красиво по окраске, дыхание ровно и свободно, основы вокала хорошо усвоены, звук достаточно проникновенен. Так, в просторных залах они поют без каких-либо усилителей звука, их голос доходит до каждого слушателя (что, в принципе, очень сложно). После 1949 г. китайские оперные певцы постоянно упорно тренируют бельканто (это – первостепенное, но не единственное условие обучения), используют сочетание бельканто с традиционными приемами вокала. Кроме этого, обучение требует долгой системной работы с различными аспектами оперного пения. В искусстве оперы вместе с ее развитием постоянно возникают новые требования к исполнителям, здесь важны не только красота голоса и качество звука, но и выразительность игры. Опера 21 века несет в себе новый вызов своим исполнителям.

Начиная с 2005 г. в США идет китайская симфоническая опера “Поэма Мулань”, в которой исполнительница Пэн Лиюань путем использования густой народной окраски звука, полного резонанса и техник дыхания бельканто добилась яркости звучания, создав героический образ Хуя Мулань и в то же время выразив процесс возвращения мировой музыки к народным мотивам. Мелодии в этой опере вестернизированы, отличаются сочетанием приемов традиционно китайского и западного оперного пения. В отличие от своих предыдущих ролей здесь Пэн Лиюань использует больше приемов бельканто, её звучание более зрело и уже не такое красиво-сладкое, как раньше.

Как нам известно, Пэн Лиюань в “Поэме Мулань” работала со многими зарубежными и китайскими исполнителями, так, например, с американским тенором М. Остином, который исполнял китайскую оперу, только используя бельканто, и, хотя его китайское произношение не совсем правильно, но звук ровен, естественен и свободен, он особенно нравится европейской публике. Подобное исполнение китайской оперы говорит о глобализации китайского оперного искусства. О том же свидетельствует и смешанный стиль пения Пэн Лиюань, которая при работе со многими исполнителями использует и бельканто, и традиционное пение. Здесь сохраняется техника дыхания и звукопроизводства бельканто, в условиях работы звукоусилителей публика может наслаждаться звуком каждого исполнителя. И это – также символ взаимодействия китайского и западного оперного искусства, новый шаг китайской оперы к мировому уровню.

В последние годы сотрудничество Китайского оперного театра, Шанхайского оперного театра, Государственного оперного театра, Китайского театра оперы и балета с зарубежными центрами искусств постоянно расширяется. Например, теноры мирового уровня П. Доминго, Карлос, российский альт Д. Хворостовский и др. выступили в Китае. В 2008 г. опера “Прощай, моя конкубинка” была поставлена в Сан-Франциско, Вашингтоне, Нью-Йорке, Даллсе и др. Исполнители оперы – молодые китайские вокалисты, работающие с бельканто, многие из них являются лауреатами зарубежных и китайских премий.

Несложно заметить, что после того, как бельканто пришло на китайскую землю, китайское оперное искусство получило толчок для развития, возникла тенденция заимствования западных техник и приемов исполнения, на основе которых китайское оперное искусство продолжало развивать местное наследие вокальной музыки, сформировав особый стиль исполнения. Основное отличие между китайским и западным пением заключается в языке, однако мы знаем, что во всех языках мира

органы речи работают по сходному принципу. И в китайском, и в западном вокале необходимы прекрасная техника исполнения, соответствие звукопроизводства базовым принципам, естественность положения связок, длительность и красота звука, и все это опирается на научно разработанные методики пения.

За последние полвека вслед за постоянным развитием оперного искусства Китая и обучением студентов за границей, исполнение китайских опер вышло на новый, очень высокий уровень, получив широкое признание за рубежом. Так в 1982 г. китайская певица-сопрано Ху Сяопин получила первую премию на международном конкурсе в Будапеште (Венгрия). Первую премию получили на 3-м международном конкурсе в Вене и тенор Чжан Цзянь вместе с певицей-альтом Янь Маньхуа в 1984 г. На международном оперном конкурсе в Японии (1996) тенор Дай Юцян получил вторую премию. В 1997 г. на международном оперном конкурсе имени П. Доминго альт Ляо Чаньюн был удостоен первой премии, сопрано Сун Сюэй – третьей премии и т. д. Многие китайские исполнители, как-то: Мо Хуа-льунь, Фань Цзинма, Лю Кэцин, Ю Ли Бай Эр, Дин И и др. – выступали в зарубежных театрах (Оперном Холле США, оперном театре Сиднея, Немецком театре оперы, Финском оперном театре).

Обобщая вышесказанное, рассматривая китайское оперное искусство с исторической перспективы, можно заметить, что развитие новой китайской оперы с самого начала происходило на крепкой основе национальной музыкальной культуры, продолжении вокальных традиций страны, а также в условиях заимствования приемов бельканто западной оперы. Оно постоянно реформировалось, положив начало оперному искусству с китайской спецификой.

Окидывая взором развитие китайской оперы, можно увидеть использование в ней на основе западных приемов бельканто традиционных техник вокала, а также использование смешанных техник традиционной оперы и драмы, использование только бельканто (бельканто с китайской спецификой) и даже черты популярной музыки. В любом случае, хотя опера и предполагает в своей основе театральное начало, но вокальное искусство в ней играет первостепенную роль. Развитие современной китайской оперы непременно приведет к созданию ряда новых прекрасных произведений, а также к развитию музыкального искусства в целом. Верится, что в скором будущем искусство современной китайской оперы займет достойное место на небосклоне мирового оперного искусства!

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ли, Эр Юн. Амплуа и вокально-исполнительские техники в традиционном музыкальном театре Китая / Эр Юн Ли // Науч. тр. Белорус. гос. акад. музыки. Сер. 6, Вопросы современного музыказнания в исследованиях молодых ученых. – Минск, 2010. – Вып. 24: Современные проблемы композиторского творчества / сост. и науч. ред. Э.А. Олейникова. – С. 115–121.
2. Ли, Эр Юн. Вокально-исполнительские техники в музыкально-театральных традициях Китая / Эр Юн Ли // Вес. Белорус. гос. акад. музыки. – 2010. – № 17 – С. 75–79.
3. Ли, Эр Юн. Особенности претворения вокальных исполнительских традиций в каприччио «Цветущая лунная ночь на реке Чуньцзян» Сю Цзинсинга / Эр Юн Ли // Вес. ин-та соврем. знаний; научно-теоретический журнал. – 2011. – № 2. – С. 28–32.

Материал поступил в редакцию 08.12.20

THE INTEGRATION OF MODERN OPERA PERFORMANCE AND VOCAL MUSIC EDUCATION IN CHINA

Li Eryong¹, Zhang Hongzheng²

¹Candidate of Art Criticism Associate Professor, ²Postgraduate Student
College of Art, Jiangxi University of Finance and Economics, (Nanchang, Jiangxi), China

Abstract. Following the constant development and transformation of learning models, people have attached increasing importance to vocal music education. Vocal music training cannot be used only for transmitting and training basic knowledge, it must be integrated into various training models to improve the overall quality of vocal music education. This article highlights the important distinctive features of teaching vocal music through the analysis of specific techniques of Opera performance, reflects the organic combination of these two aspects in artistic practice.

Keywords: *Opera Performance, Vocal Music Education, Integration.*

УДК 371

ТРАНСФОРМАЦИИ В ИСПОЛНЕНИИ ВОКАЛЬНОЙ И ОБУЧЕНИИ ВОКАЛУ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ИСТОРИИ ОПЕРЫ

Ли Эрюн¹, Чжан Хунчжэн²

¹ кандидат искусствоведения, доцент, ² аспирант

Академия искусств «Цзянси университет финансов и экономики» (Наньчан, Цзянси), КНР

Аннотация. Вокальная музыка играет чрезвычайно важную роль в процессе развития оперного искусства. Она не только включает в себя культурное многообразие, но и обладает уникальным эстетическим сознанием, поэтому вокальное исполнение и обучение вокалу стали важной формой повышения художественного вкуса людей. За последние годы певцы и учителя пения постепенно изменили традиционные концепции и внедрили оперное мышление в исполнение вокальной музыки и обучение вокалу, что эффективно повысило их уровень.

Ключевые слова: с точки зрения истории оперы, вокальное исполнение и обучение вокалу, трансформация.

Вокальное исполнительское искусство современной китайской оперы развивалось вслед за распространением в Китае западного стиля бельканто. Как известно, в Китае еще с эпохи Сун (960-1368 н.э.) многие произведения традиционной оперы и драмы постепенно приобретали черты оперы как жанра, но их еще нельзя было назвать оперой в полном смысле этого слова. Хотя традиционную китайскую оперу-цизю и называли “китайской оперой”, но это определение вовсе не было верным! А все потому, что китайская традиционная опера и драма и китайская опера - это два разных понятия, причем различаются они по форме исполнения.

Опера – это музыкальный термин, опера в Китае постоянно считалась заимствованным видом искусства, т.к. китайцы на протяжении долгого времени находились под влиянием традиционного искусства китайской оперы и драмы (*цизю*). Поэтому развитие оперного искусства в Китае имело свою специфику. Во-первых, оно значительно отличалось от развития оперы в европейских странах. В Германии, Франции, России, Великобритании и др. странах оперные произведения и формы во многом развивались в результате заимствования итальянского оперного искусства и внедрения в него национальных элементов. В Китае же лишь в начале нового времени, благодаря тому, что китайские музыкальные деятели исследовали и изучали европейское оперное искусство и бельканто, современная опера появилась и стала развиваться. В особенности, в сфере исполнения современная китайская опера неразрывно связана с бельканто.

Появление современной китайской оперы, в целом, относят к 20-м гг. 20 века. Обучавшиеся в Германии Сун Чуньфан (1892-1938), Ван Гуанци (1892-1936) и др. внесли значительный вклад в зарождение китайской оперы, они привезли европейскую оперу в свою страну, познакомив китайцев с музыкой западных драматических произведений.

Как же развивалось в Китае оперное искусство на протяжении длительного времени. В начале можно было говорить о двух концепциях понимания *оперы*: во-первых, как искусства, полностью опирающегося на развитие китайских оперных форм, при исполнении такая опера полностью ориентирована на традиционную оперу и драму *цизю*; во-вторых, это оперные произведения, направленные на изучение западных форм, исполняемых бельканто. Позже китайская опера пошла по пути многополярности, и исполнение, и написание произведений в обеих концепциях начали объединяться в единое целое.

В 1920 году в целях распространения новой языковой культуры китайской нации композитор Ли Цзиньхуй (1891-1967) создал несколько опер для детей, например: “Воробей и ребёнок”, “Несчастный аромат осени” и др. По форме исполнения эти оперы отличались богатством народных красок, вызывали глубокий интерес юных слушателей, основным требованием техники исполнения были естественная красота, непосредственность, ясность и точность фраз. К примеру, выступление ученицы Ли Цзиньхуя, известной певицы Ли Лили было тёплым, наивным и живым, в созданных ею на сцене образах были воплощены красота образа, одежды, звука, движений и др. требования исполнения. Певица всегда производила огромное впечатление на слушателей.

Поэтому Ли Цинъхуя позже стали называть родоначальником новой китайской оперы. Его оперы для детей стали первыми ростками современной оперы в Китае, открыв новую страницу в истории оперы в стране.

В 1925 году композитор еврейского происхождения Арон Авшаломов (1894-1965) написал в Китае оперу “Гуанъинь”, во многом позаимствовав западные формы исполнения. “Гуанъинь” стала первой попыткой создания современной китайской оперы. В полном же смысле слова первой новой оперой в Китае стала написанная совместно Тянь Ханем и Не Эром в 1935 году “Гроза на Янцзы”. В этом произведении были объединены многие темы китайских песен, нечто вроде смешения драмы-хуацю с пением, требования к исполнению были точными, были воплощены в жизнь особенности оперного пения. В 1937 г. Чэн Тяньхэ, опираясь на западные оперные формы, создал оперу “Цин Кэ” с пением бельканто. Это стало новым шагом в развитии китайской оперы. В 1938-1939 гг. с успехом были поставлены написанные совместно Ли Бочжао (1911-1985) и Си Синхаем (1905-1945) вестернизированные произведения “Деревенская” и “Военный марш”. В 1942 г. в Чунцине была поставлена опера Хуан Юаньло (1910-1989) “Осенний плод”, исполнительская часть в произведении отличалась законченностью музыкальной структуры, эта вестернизированная опера прошла с успехом. Главную роль в опере исполняла обучавшаяся в США Чжан Цюань (1919-1993), использовавшая, в основном, технику бельканто. Это опера, с ее западными формами написания и исполнением бельканто, стала моделью для создания новой китайской оперы.

В 1942-1943 гг. возникает исполнительская оперная форма опера-янгэ (как ответ на призыв государства к музыкальным кругам). Янгэ включала в себя танец и пение и была восторженно встречена публикой. Представители исполнителей того времени – это Ли Бо (род. 1918), Ван Дахуа (1919-1946) и др. Как вспоминала Ли Бо, поскольку в то время еще не было усилителей звука (микрофонов), а сцена была расположена под открытым небом, прямо напротив зрителей, исполнителю приходилось петь натуральным, громким, естественным голосом, дабы звук достиг каждого слушателя; при исполнении возникало немало проблем, т.к. понимание бельканто было еще неполным, звук в низком и среднем регистрах был недостаточно громким, по своей же природе произведения янгэ отличались узостью звуковых диапазонов, раскрытие высоких звуков было ограничено, отчего янгэ в то время было сложно приспособить к обстановке исполнения произведений. В конце концов Ли Бо отказалась от западных способов пения и стала пользоваться техникой исполнения традиционной китайской оперы и драмы, а также воспользовалась исполнительскими формами народных танцев. Все это позволило ей добиться прекрасных исполнительских результатов.

В то время техника вокала в основном опиралась на традиционное народное пение (сегодня их называют *первичными способами пения*). При этом использовался естественный голос певца (*наружный голос, дабай сан*), профессиональной же техники исполнения, в целом, еще не было. Можно заметить, что такое пение не могло удовлетворить потребностей опер-янгэ. Исполнители понимали, что им просто необходимо было освоить бельканто, лишь тогда они могли бы адаптироваться к требованиям исполнения янгэ.

В апреле 1945 г. на основе народных мотивов и традиционной китайской оперы появилась новая опера - “Дева с белыми волосами” (или “Седая девушка”) (“Баймао ню”), отличавшаяся ярким соответствием эпохе и народным стилем и ставшая классикой новой китайской оперы. В то время понятие “новая китайская опера” приобрело конкретное значение, её нельзя было отнести ни к чистым вестернезированным оперным формам, ни к исполнительским формам янгэ. В ней принципы исполнения традиционной китайской оперы и народных песен слились в единое целое с западным бельканто. Создание “Седой девушки” ознаменовало собой начало нового периода развития китайской оперы, стало вехой в её истории.

В целях развития вокального искусства новой китайской оперы, многие деятели музыкального искусства, например, известная певица, исполнившая главную роль в “Седой девушке”, Ван Кунь (род. 1925), soprano Мэн Ю (род. 1922), преподаватели вокала Чжун Вэй (1921-1991), Тан Жунмэй (род. 1916) и др. глубоко исследовали сочетание техник исполнения китайской традиционной оперы и драмы и народных песен, положив начало новому, соответствовавшему новым операм типу исполнения – смешанному способу исполнения традиционной оперы и песен (*сигэ чанфа*), в основу которого было положено пение естественным голосом, изменённый же голос играл вспомогательную роль. Такой способ пения отличался теплом и естественностью исполнения народных песен, изысканностью исполнения традиционных опер. Так, особенностями исполнения Ван Кунь были глубина окраски в народном стиле, преимущественное использование естественного звука, мягкость и естественность

звучания; сочетание естественного и изменённого голоса при декламации, пронзительность и сила звука. На основе естественного сочетания методик исполнения народных песен и традиционной оперы она использовала технику дыхания бельканто, отчего в её исполнении и можно было выделить определённые черты бельканто.

Кроме того, исполнение Мэн Ю было несколько типичным для своего времени. Поскольку она получила западное вокальное образование, считалось, что она поёт в стиле бельканто. Для того, чтобы отвечать потребностям исполнения новых китайских опер, она на основе техник бельканто изучила некоторые особенности народного исполнения, добившись народности вокального стиля, при этом сохранив черты стиля бельканто. Её пение стало наглядным примером смешанного способа исполнения традиционной оперы и песен (*сигэ чанфа*).

Конечно, в то время *сигэ чанфа* был абсолютно новым способом вокального исполнения, в определенной мере впитавшим технику бельканто, однако по субъективным причинам, связанным с самими исполнителями, в области пения по-прежнему существовали некоторые проблемы, например: выкрикивание высоких звуков, напряжённость горла и др., которые непосредственно влияли на выразительность произведений. Тем не менее, такое исполнение представляло собой новую ступень в развитии вокального искусства китайской оперы, открыв дверь в новое исполнительское искусство оперы в стране.

После 1949 года деятели музыкального искусства КНР получили возможность прямо или косвенно учиться у Запада и обмениваться опытом с западными коллегами, систематизированно постигать западное оперное искусство. На основе принципов создания произведений *старое на службу новому* (заимствования из старинных китайских опер), *зарубежное на службу Китаю* (изучение и использование западных знаний), они начали исследовать искусство китайской оперы.

Стоит заметить, что первым исполнителем западной оперы в Китае стал Чжан Цюань (1919-1993). Вернувшись из США после обучения, она совместно с Ли Гуанси (1929-, Ли Вэйбо (1924-2007) и др. солистами китайской оперы исполняла “Даму с камелиями”, “Мадам Баттерфляй” и т.д. В основе исполнения Чжан Цюань лежали принципы исполнения бельканто, также она использовала и некоторые способы пения традиционной оперы. Ровный голос, ясность звука, свободное использование дыхания были отличительными чертами её исполнения. Она не только прекрасно исполняла западные оперы, но и была мастером лирического пения китайских народных мелодий. Она могла исполнять самую разную музыку разных стран мира на шести языках. Для того, чтобы китайцы могли лучше понимать зарубежные произведения, она выступала за исполнение зарубежных опер и песен на китайском языке, за исполнение китайских произведений в стиле бельканто. Она подчёркивала, необходимость создания нового направления китайской вокальной музыки, активного сочетания западного и китайского музыкального искусства. Так китайская вокальная музыка могла выйти на мировой уровень и сохранить особенности китайской традиционной музыки.

Её исполнение способствовало выведению музыкального образования и вокальной музыки в стране, равно как и искусства китайской оперы, на новую ступень развития.

К 1959 году в Китае было создано множество прекрасных оперных произведений с огромным количеством любимых зрителями вокальных номеров, например: “Луна поможет мне взглянуть еще раз на родные места” (опера “Лю Хулань”) – достаточно сложный номер, требовавший хорошего контроля над звуком, дыханием и др. Номер “В чистейшей воде отражается синее-синее небо” из оперы “Девушка Сяоэр” включает в себя разнообразные исполнительские приёмы, пение отличается народной окраской, позволяя исполнителю гибко использовать звук и полностью раскрыть на сцене свои вокальные возможности. В лирической опере “Красные отряды на озере Хун” номер “Волны на озере Хун” особенно великолепен. “Несчастная жизнь” и “Заходящее солнце” из оперы “Печаль о кончине” - это настоящий *пробный камень* бельканто, на их исполнении можно оценивать степень овладения певцом техникой бельканто.

Все вышеуказанные произведения можно отнести к классическим, общедоступным для понимания номерам в искусстве китайской национальной оперы, они ознаменовали собой выход китайского вокального искусства на чрезвычайно высокую ступень развития – как в плане исполнительских техник, так и в плане уровня вокала, - а также период настоящего расцвета китайского оперного искусства.

В целях способствования развитию оперного искусства известная оперная исполнительница Го Ланьин (род.1929) прибегала к собственным, своеобразным приёмам пения, при работе в новых национальных операх (“Седая девушка”, “Свадьба Сяо Эр Хэй” и др.) она практически достигла

совершенного уровня исполнения. Она использовала яркие, сконцентрированные в плане звука приёмы пения опер-банцы в высоких регистрах, что позволило ей добиться различных эффектов пения – мягкости и силы звучания, красоты и возвышенности, скорби, ненависти и др.

Го Даньинь считала, что звук должен быть естественным, певцу необходимо овладеть несколькими позициями звука – передней, задней, внутренней, внешней, средней, “затылочной” и др. При передней позиции звука в его извлечении следует опираться не на брюшину или же область живота, а на переносицу. Извлечение же звука в средней позиции опирается на выталкивание воздуха снизу, из брюшины (звук получается мягким). При затылочной позиции звук вначале направляется в область затылка, и лишь затем следует приступать к пению. Все подобные позиции следует использовать совместно, хотя при извлечении звука имеются несходные ощущения, но принципы звукоизвлечения везде одинаковы. Обычно, у подростка в 15-16 лет голос при ломке ещё не сложившийся, и можно использовать практически все позиции звука. При пении в высоких регистрах нужно обязательно использовать заднюю позицию, в противном случае звук не будет достаточно высоким, дыхание же невозможно контролировать какими-либо определёнными методиками и упражнениями: здесь, в основном, надо опираться на собственный опыт, воздух следует концентрировать в брюшине (если он будет в горле, то легко может возникнуть хриплый звук, в грудной клетке – его будет недостаточно и воздух быстро иссякнет). При концентрации воздуха в брюшине его хватает на максимально долгое время, сила и качество звука оптимальны для пения в высоких регистрах. Но при дыхании, т.к. брюшина значительно отдалена от ротовой полости (а носом дышать нельзя, т.к. при этом воздух направлен назад), воздух не всегда попадает в брюшину. Кроме того, ротовую полость не следует раскрывать слишком широко, т.к. при этом возможно втягивание брюшины. Она же должна быть твёрдой (чем выше звук, тем твёрже брюшина), как камень. При пении в высоких регистрах необходимы раскрытие ротовой полости, расслабленность грудной клетки, выталкивание воздуха вверх из брюшины. Дыхание должно быть естественным, подобно речи, отсюда резонанс будет результатом сочетания дыхания и звука. Нужно уметь регулировать и сдерживать дыхание, если воздух иссякает сразу же, то пение продолжать невозможно.

Позиции звука (передняя, задняя, внутренняя, наружная), о которых говорила Го Ланьин, перекликаются с техникой бельканто, здесь в центре проблемы – звукопроизводство и резонанс, и это во многом сходно с концепциями *переднего звука* школы немецкой певицы-сопрано Лилль Леманн и *заднего звука* в американской школе (Д. Стэнли и др.). Как считал известный китайский профессор музыки, исследователь и преподаватель бельканто Чжоу Сяоянь, “пение Го Ланьин – это не только чистота артикуляции, но и живость языка; искренность чувств, простота и естественность исполнения позволяли ей достигнуть единения со слушателями. В целом, её исполнение – это правильность слов (артикуляции), звуков (позиций звуков), в меру достаточная сила (воздуха, энергии, духа и др.), устойчивость чувств (их контроля)”. Все это полностью удовлетворяло требования китайцев к красоте исполнения. Го Ланьин использовала многие техники исполнения традиционной китайской оперы и драмы, поэтому она вошла в историю как выдающийся мастер, владевшая этими техниками.

Можно заметить, что её исполнение опиралось и на ряд западных техник вокала, только вот сама она не осознавала, что использует западные приёмы пения. Причина этому не в том, что она получила западное образование, а в том, что её персональная исполнительская техника оказалась удивительно сходной с западными. Изначально она работала в традиционной опере и драме, отсюда и их влияние на её исполнение. Однако, её пение было более систематизированным, имело некоторую научную основу и было в чем-то приближено к бельканто, нежели пение её коллег. И это означало абсолютно новый уровень в истории китайского вокального искусства.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ли, Эр Юн. Исторические этапы формирования вокального исполнительского искусства в Китае / Эр Юн Ли // Pax Sonoris: история и современность. – Астрахань, 2009. – Вып. 3. – С. 66–69.
2. Ли, Эр Юн. Традиции становления и развития современной вокальной педагогики в Китае / Эр Юн Ли // Беларусь – Китай: сб. Науч. Тр. Вып. 11. В 2 ч. Ч. 2 / под общ. ред. А.Н. Гордея, Лю Сулин. – Минск: РИВШ, 2012. – С. 231–236.

Материал поступил в редакцию 08.12.20

THE TRANSFORMATION OF VOCAL MUSIC PERFORMANCE AND EDUCATION IN CHINA FROM THE PERSPECTIVE OF OPERA HISTORY

Li Eryong¹, Zhang Hongzheng²

¹ Candidate of Art Criticism, Associate Professor, ² Postgraduate Student
Academy of Art, Jiangxi University of Finance and Economics (Nanchang, Jiangxi), China

Abstract. Vocal music plays a significant role in the development process of opera, covering multi-culture and owning a unique aesthetic consciousness. Therefore, vocal music performance and education has become a momentous form of improving people's aesthetic taste. In recent years, singers and vocal music teachers have gradually changed the traditional concept and introduced opera thinking into vocal music performance and teaching, effectively improving the level of vocal music performance and teaching.

Keywords: from the Perspective of Opera History, Vocal Music Performance and Education, Transformation.

Education for teachers
Образование для преподавателей и учителей



УДК 355.233.11

ЮНГВАРДЕЙЦЫ В ЗИМНЕМ НАСТУПЛЕНИИ

А.Н. Странцов, командир патриотического отряда «Юнгвардия»
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец Детского Творчества» (Таганрог), Россия

Аннотация. В статье рассматривается проведение полевых тактических учений на пересеченной местности южнорусского ТВД в зимних условиях и их значение в организации допризывной военной подготовки подростков, описана последовательность проведения, отражена специфика решения наступательных учебно-боевых задач личным составом полевых тактических учений «Быстрая победа» и «Саранча-16», а также приведен блок иллюстративного фотоматериала.

Ключевые слова: учебный бой, обход флангов противника, охват оборонительной позиции, маневренные боевые действия, разведывательная группа, огневое поражение приоритетных целей, воинские упражнения, тактические умения.

«Тактика подобна сандалиям, носить их должны только сильные.
Калека не должен осмеливаться надевать их»
Боевая сутра, IV век до н.э.

Основой военной допризывной подготовки подростков – мальчиков и девочек, юношей и девушек в возрасте от 13 до 17 лет является их личное активное участие в полевой тактической подготовке. В ее основу должны быть положены жесткие требования мунштры «drill» – (нем.), необходимые для ведения войны в новых условиях, автоматизация навыков путем повторных упражнений, интенсивная тренировка решительных наступательных действий и натаскивание. Для подростков и юношей видимым, ощущимым условием доблести, должна стать телесная сила. К первой силе, развитой физическими упражнениями, молодёжная военизированная организация содействия армии (ОСА–А.С.) должна уметь добавить свою вторую – тяжелыми воинскими упражнениями, в порядок выполнения которых был вложен длительный личный опыт подростков и юношей. Юнгвардейцы должны быть отважными, пылкими бойцами, гореть стремлением научиться воевать.



Рисунок 1. «В военном обучении подростков, помимо теоретических занятий, много времени уделяется усвоению практических приемов и навыков». Допризывники выполняют норматив № 22 – посадку в армейский вездеход КАМАЗ «Мустанг» 6350 для следования на полевое тактическое учение «Быстрая победа».

Город Таганрог, улица Чехова дом 22, 09.12.2013 год

Бесспорной признается необходимость проведение военной подготовки небольшими группами на местности, где возможно лучше всего показать правильные и ошибочные приемы ведения боя, всемерно развивать инициативу и активность подростков. Только тогда они поймут, что в подразделении бойцы необходимы друг другу и только объединившись, они смогут служить в полную силу, а постепенно приобретенный тактический опыт, усваивался допризывниками практическим путем. Организация полевых тактических учений (далее ПТУ–А.С.) должна отвечать природной обстановке. Они должны практически проводится в условиях, максимально приближенным к боевым, чтобы допризывники научились действовать как «C est La guerre» – (фр.), на войне, в ближнем бою и «под огнем», привыкли к физическому напряжению, научились все время идти вперед, сохраняя упорство, не обращать внимание на неудачи.

Следует помнить, что для боя нельзя дать тактические правила пригодные на все случаи, так как в бою приходится действовать большей частью в условиях непредвиденной обстановки. Поэтому, гибкий подход к ведению учебного боя, позволит личному составу допризывников достичь значительных результатов. Для победы в бою нужна автоматическая реакция и полная самоотдача каждого бойца. Учебный бой – это испытание не только физических способностей подростков и юношей, но и скорости, чувства равновесия и быстроты рефлексов. Сила допризывника – это энергия, приложенная к его ратному труду. Они должны знать, что могут сами. И не просто знать: тактические навыки должны войти в их плоть и кровь. Поскольку, лучше всего запоминаются болезненные уроки, закаляющие тело и характер, то никаких поблажек личному составу делаться не должно – каждый юный воин получает только то, что заслужил. Все ошибки, допущенные допризывниками на каждой фазе упражнений, сразу обсуждаются и исправляются командным составом путем проведения дополнительной отработки маневра. Так производится оценка действий личного состава. Военная подготовка должна проводиться постоянно каждый календарный сезон года. Допризывники должны быть готовы переносить всякого рода трудности, неизбежные при военной службе под открытым небом: страдать от холода ранней весной, поздней осенью и в начале зимы, уметь маскироваться и окапываться в снегу. Юнгвардейское подразделение считается отличным, когда оно точно стреляет, решает боевые задачи, умеет правильно выйти из сложной ситуации на поле учебного боя.



Рисунок 2. «Свобода – это как раз то, чего мы не хотим. Для нас это значит не иметь жизненной цели и не действовать, чтобы достичнуть ее. У нас есть иной, правильный выбор. Нам нужно обрести свое предназначение и стать настолько полностью собой, насколько это возможно». Юнгвардейцы на построении для проверки вооружения, снаряжения и обмундирования в ходе полевого тактического учения «Быстрая победа». Хутор Кошкино, западный берег реки Миус 09.12.2013 год

Допризывников надо готовить в наступательном духе, учить юнгвардейские подразделения идти вперед, атаковать решительно и напористо нанося противнику жестокое поражение. Это должна быть атака с обеспечивающим боевой успех элементом внезапности. Только маневренные боевые действия могут привести к сравнительно быстрому и решающему успеху на войне. Метод полевой тактической подготовки в тесном контакте со множеством подростков, юношей гораздо лучше, чем постоянное теоретическое обучение допризывников матчасти и сдача ими зачетов. У допризывников должны включиться индивидуальные инстинкты физической моторики. Они должны выжимать из своего тела куда больше физических и психологических усилий, чем то, на что оно способно, ведь одной лишь силой воли юные бойцы смогут преодолеть все, что угодно. Как воинский коллектив, подростки должны почувствовать себя единым подразделением, выполняющим боевую задачу. Умений, полученных в ходе ПТУ, должно с лихвой хватить каждому допризывнику, чтобы убить врага.

На южнорусском ТВД преобладает степная, слабо всхолмленная местность, где на каждые 5 км движения встречается водное препятствие шириной не менее 5 метров, а на каждые 10 км – не менее 10 метром. Район проведения ПТУ типичный для Юга России: нескончаемые поля и широкие лесопосадки, пересеченные в меридиональном направлении оврагами и более или менее протяженными балками. Полевая тактическая подготовка допризывников – в мобильность боевой линии маневренного наступательного и оборонительного боя должна проводиться как весной и осенью, так и в зимний период в условиях холодных ветров, сугробового покрытия грунта и низкой (0°C , -7°C) температуры атмосферного воздуха поля боя южнорусского ТВД.

По мнению автора, в зимних условиях наиболее целесообразно ставить перед юнгвардейским подразделением учебно-боевые наступательные задачи. В своих трудах древневосточные военные стратеги рекомендовали: **«Возможность победить есть наступление... делай себя непобедимым неожиданно нападай, действуя с высоты небес»** – (Сунь – Цзы VI век до н. э.). Получение решительного военного преимущества юными воинами – допризывниками в учебном наступательном бою связано с индивидуальной двигательной активностью подростков и юношей, движением и маневром отделений и групп для фланкирования, охвата и достижения локального окружения условного противника.

Для юнгвардейцев проведение полевого тактического учения в зимних условиях представляет собой гораздо более высокую степень физической нагрузки. Это и более тяжелая форма одежды, затрудняющая движение по снежному покрову, специфика заряжения, ведения огня, прицеливание и уверенное поражение цели, очистка подсумков от снега при выполнении команд «ложись» и «встань». Следует отметить, что скорость движения пешим шагом по запорошенному грунту уменьшается. При движении по снегу из-за забивания грунтозацепов армейских ботинок плотным от надавливания спрессованным снегом, сохраняется опасность «проскальзывания» обуви под снаряженным и несущим выкладку бойцом на ледяной корке снежного покрова. Чтобы избежать этого,

боец должен ставить ногу плотно на грунт, всей ступней и рационально двигаясь шагом, переносить вес на опорную стопу, а также уверенно удерживать вес тела при ведении огня СПХ. Физические нагрузки, которые испытывает каждый юнгвардец от рядового до младшего командного состава, позволяют им почувствовать себя физически сильными, улучшат координацию движений тела, увеличат работоспособность организма, его устойчивость неблагоприятным факторам внешней среды. В наступательном бою, юнгвардец в снаряжении, полевой форме и термобелье под ним, двигаясь по пересеченной местности «ведет огонь» на поражение противника из личного стрелкового оружия автоматов, снайперских винтовок и ручных пулеметов. Определенную сложность представляет процесс перезаряжания ручного стрелкового оружия, снижается дальность практического метания гранатных болванок руками при надетом бушлате. Юные воины в варежках вынимают из подсумка и вкручивают взрыватель, снаряжают ручную гранату, укладывают ее в подсумок, извлекают из подсумка и по команде метают ее в направление противника, согласно норматива. Командиры отделений во время проведения ПТУ для осуществления связи и взаимодействия между подразделениями отдают приказания голосом, радиосвязью, сигнальными ракетами РСП-30 в атаке и сигнальными патронами НСП при обнаружении противника, а также применяют оранжевые сигнальные дымы НСП ДД для обозначения левого и правого фланга стрелковых цепей. В ходе полевого учения должны отрабатываться маневры фронтальной атаки отходящего противника, флангового охвата его укрепленных позиций с целью ведения огня вдоль окопов и траншей для уничтожения живой силы, охват и блокирование его огневых точек с тыла. В период ноября декабря 2011 и 2016 года личным составом патриотического отряда «Юнгвардия» были проведены два полевых тактических учения в зимний период:

1. 9 декабря 2013 года ПТУ «*Быстрая победа*» на территории правого берега реки Миус от хутора Кошкино до водозаборной дамбы Дарьевского пруда Неклиновского района Ростовской области. Целью ПТУ являлось отработка навыков движения юнгвардейских отделений в цепи, реализация умений дебуширования через естественные препятствия, преследуя отходящего противника, атака с ходу с целью не дать его соединениям закрепиться в выгодном для ведения обороны межозерном дефиле;

2. 4 декабря 2016 года ПТУ «*Саранча – 16*» на северо-восточных скатах высоты 101,0 Матвеево Курганского района Ростовской области. Особенностью данной ПТУ явилось решение боевой задачи на наступление маневром флангового охвата, обнаруженных разведкой оборонительных позиций полевого типа противника на обратном скате высоты 101,0 в условиях наличия на грунте снежного покрова толщиной 15 – 20 см, и устойчиво минусовой температуры наружного воздуха до –5 градусов С;

Оба полевых тактических учения (далее ПТУ-А.С.) проводились в течение светового дня с 9:00 до 19:30. Выполнение вводных и достижение обусловленных ими боевых задач осуществляется личным составом в светлое время фактических суток. Типовой расчет времени для организации и проведения полевого тактического учения в зимних условиях следующий:

1. 9:10–9:15 – посадка личного состава в армейский вездеход КАМАЗ «Мустанг» 6350 в городе Таганроге, улица Чехова, дом 22;
2. 9:15–11:00 – время в пути следования;
3. 11:05–11:10 – высадка личного состава в районе проведения ПТУ (личный состав покидает десантный отсек и образовывает оборонительный периметр);
4. 11:10–11:25 – обмундирование и одевание снаряжения личным составом;
5. 11:30–18:00 – выполнение личным составом наступательной боевой задачи на местности в условиях зимних погодных условий (движение юных воинов и маневрирование I-го и II-го юнгвардейских отделений на открытой местности под «огнем» противника, активная оборона);
6. 18:05–18:15 – разобмундирование и упаковка снаряжения личным составом;
7. 18:20–18:25 – погрузка в армейский вездеход КАМАЗ «Мустанг» 6350;
8. 18:30–20:00 – время в пути следования;
9. 20:05–20:15 – высадка личного состава из армейского вездехода КАМАЗ «Мустанг» 6350 в городе Таганроге, улица Чехова, дом 22.

Следует особо отметить чрезвычайную важность наличия зимнего обмундирования и термобелья, рукавиц, подшлемников, головных уборов у допризывников. Это необходимое условие проведения ПТУ в зимний период. Юнгвардец должен хорошо знать особенности зимнего обмундирования и крепления на него снаряжения: бронежилета – на бушлат, шлема на флисовый подшлемник или балаклаву, налокотников – на бушлат, наколенников – на зимние брюки с нательной поддевкой термобелья.



Рисунок 3. «Допризывник, пройдя полевую тактическую подготовку по ВУС «автоматчик», должен: уметь правильно и быстро исполнять обязанности, устанавливать оптический прицел, уметь вести огонь при всех условиях и всеми способами, знать матчасть оружия, его сборку и разборку, уметь обращаться с ним, наблюдать за его исправным состоянием, уметь чистить, мыть и смазывать, уметь обращаться с боеприпасами, снаряжать патроны, знать укладку боекомплекта (БК) в подсумках мотострелка, а также уметь маскироваться и окапываться». Юнгвардейцы проходящие подготовку по ВУС «стрелок» и «пулеметчик» на полевом тактическом учении «Быстрая победа». Западный берег реки Миус, Неклиновский район Ростовской области 09.12.2013 год

Юнгвардеец должен быть пример того, как должен выглядеть рядовой мотострелок. С подогнанным снаряжением и готовностью открыть огонь по противнику. Наличие четырех ручных гранат на поясном ремне, запасные снаряженные магазины в подсумках позволяют допризывнику дослав патрон в патронник автомата с функцией стрельбы холостым патроном (СХП) контролировать выделенный ему командиром сектор местности немедленно. Транспортные ранцы и разгрузочные системы юнгвардеца закрепляют непосредственно на бронежилете и бушлате. Каждый допризывник должен уметь оперировать индивидуальным стрелковым оружием в утепленных варежках или теплых пятипалых перчатках. Например, нажатие на спусковой крючок автомата с функцией СХП и ММГ личного стрелкового оружия производится указательным пальцем. Защитная перчатка делает это движение неуклюжим. Еще более трудными представляется выполнение практических упражнения с оружием, его разборки, чистки, поиска и устранения неисправностей. Юнгвардец должен уметь, не снимая перчаток, снарядить магазин, разместить магазины в подсумках разгрузочной системы, вытянуть ремень автомата или ручного пулемета на необходимую длину, поставить оптический прицел, перезарядить оружие, сменить магазины по мере израсходования учебных патронов, осуществить прицеливание в оптический прицел и вести огонь по целям выполняя основной принцип ведения огня, «не вижу – не стреляю», ибо поражать врага, не видя цели, – нельзя. Представляется необходимым, чтобы во время фланговой атаки юнгвардейцы младших и старших возрастов уверенно действовали личным стрелковым оружием и осуществляли метание болванок гранат РГО и РГН, Ф-1 и РГД-5 вдоль линии окопов и по огневым точкам в условиях движения по сугробам покрова. Каждый юный воин верный своей стране и юнгвардейской клятве, обязан напрягать все свои физические силы и применять все средства, чтобы непрерывно сохранить способность к ведению огня и передвижению. Только тогда подросток всегда найдет силы в самом себе для прохождения маршрута ПТУ. Желательно наличие у личного состава белых зимних маскировочных халатов бш119 общевойскового комплекта «Ратник». При движении бойцов на фоне снежного покрова, травы засыпанной снегом, бугров и кустарников, он прекрасно скрадывает очертания фигуры, размывая ее в зимнем пейзаже.

9 декабря 2013 года после высадки из армейского вездехода КАМАЗ «Мустанг» 6350, обмундирования и проверки снаряжения личного состава, подготовки им СХП автоматов, ручных пулеметов и снайперских винтовок, выполняя наступательную боевую задачу полевого тактического учения «**Быстрая победа**» юнгвардецы должны преодолеть значительное расстояние в 12 км в пешем порядке, ведя преследование отходящего противника. При движении бойцам следует соблюдать дистанцию между двумя атакующими цепями которая на открытой местности составляющую 20-25 метров, а при прохождении деревьев и кустарника в лесопосадках составляющую 4-6 метров и интервал 5-7 метров между бойцами в цепи. Личному составу последовательно подаются команды:

«Оружие зарядить!» и «На предохранитель ставь!». Учебное оружие должно быть взведено и нацелено в сторону противника. Передвижение осуществляется быстрым шагом длинной в 60-75 см, нога ставится с упором на всю ступню в армейском ботинке.



Рисунок 4. «Связь – это основа боеспособности войск». Допризывник Дьяченко Максим подает сигнал для атаки личным составом I-го и II-го юнгвардейских отделений личного состава ракетами РСП-30 на полевом тактическом учении «Быстрая победа». Восточный берег Дарьевского пруда, Неклиновский район 09.12.2013 год

Выравнивание стрелковой цепи производится командирами отделений только вблизи естественных маскировочных масок – куп деревьев, зарослей кустов и высокой, находящейся под снегом травы. Беспощадные и целеустремленные юнгвардейцы находясь на открытой местности где ветер рвал голые ветви кустов и гнал по степи пожухлые листья, под возможным огнем противника в цепи должны двигаться, а не стоять на месте. По одиночке цели бойцы не атакуют никогда. Под «вражеским огнем» допризывники не должны замирать на месте и не сбиваться в кучу. Практическая отработка тактических приемов военной выучки должна научить допризывников оставаться в живых на поле боя.

Огневое поражение противника на открытой местности ведется с помощью АК-74 с коллиматорными оптическими прицелами типа ПКУ-2, ЭКП-1С-03 «КОБРА», Р1x20 «PILAD» на дистанции 300–500 метров, а по зарослям деревьев, кустарника, бойцы ведут огонь ровно и кучно из АКМ с более тяжелой пулей весом 7,9 грамм калибра 7,62x39 мм (57-Н-231С, со стальным сердечником-А.С.). Такая пуля мгновенно пробивает одежду, мышцы и кости тела, буквально рвет на части «врага». «Боец противника» отлетает назад, падает на грунт замирает. «Огневое воздействие» бойцы ведут в ходе передвижения по появляющимся и движущимся целям противника. Юнгвардеец самостоятельно выбирая, захватывая и удерживая новую цель, снова ведет огонь короткими очередями по противнику. Юный боец повернул оружие за пистолетную рукоятку, следя за целиком оптическим прицелом. Благодаря прицелу, он мог рассмотреть бойцов противника на расстоянии 500 – 1000 метров так же отчетливо, словно они находились в 10 метрах от него. Воин смещает прицел и следя за отметкой целика, сопрягая его с одной из движущихся фигур. Это и есть цель, которая будет поражена умевшим хорошо стрелять допризывником. В ходе наступления юнгвардейцами отрабатываются тактические задачи на встречный бой, ведения разведки местности при маневрировании, а также учатся действовать по вводным: «Воздушная тревога» и «Отбой воздушной тревоги». Общая наступательная задача не исключает занятие кратковременной обороны. В этом случае ОТ пулеметчиков оборудованные только как полузакрытые (маскированные), являются опорой оборонительной позиции стрелковой цепи. Ручные пулемёты, оснащенные оптическими прицелами ПО1,5–4,5, ПО2,5–18, ПО1x20А, ПО1x20Л, поддержит огнем мотострелков при всяких обстоятельствах.



Рисунок 5. «— Тактика — это теория и практика подготовки и ведения боя подразделениями и частями мотострелковых войск». Бойцы I-го юнгвардейского отделения выполняют боевое разряжение ММГ личного стрелкового оружия на полевом тактическом учении «Быстрая победа». Восточный берег Дарьевского пруда, Неклиновский район Ростовской области 09.12.2013 год

Контратакующие силы противника встречает смертоносный пулеметный огонь из фланговых окопов в упор. Этот огонь усиленный до высшего напряжения, должен остановить силы наступающих, поколебать их и расстроить его подразделения настолько, чтобы обороняющиеся могли перейти в наступление и разбить противника. Все попытки противника атаковать должны разбиться о нанесивший тяжелые потери, расстреливающий его бойцов губительный, уничтожающий перекрёстный огонь ручных пулеметов. Нужно обращать большое внимание на возможность ведения своими пулеметчиками косоприцельного огня при выборе, занятии, оборудовании и перемене позиций. Воспитанная в юнгвардейцах железная решимость, их чувство морального превосходства и отказ признать поражение сильнее любого оружия противника. Поэтому, командир I-го отделения должен рассматривать занятие обороны исключительно как временную меру для обеспечения нанесения силами резерва стрелковой цепи II-го отделения и снайперской группы, обеспечить обход установленного фланга противника и уничтожение его арьергардного заслона в случае если условия боя позволят достигнуть глубокого охвата позиций.

Командир I-го атакующего отделения старший урядник Пономаренко Павел определяет позиции пулеметных огневых точек противника, которые бойцы стремятся уничтожить с помощью РПО-А и РШГ-2 сосредоточив на минимальном пространстве столько огневой мощи, сколько возможно. Силы II-го отделения перестраиваются и наносят удар во фланг позиции противника, обеспечивая уничтожение его живой силы до того, как его арьергардная группа нанесет огневое поражение внезапным автоматно – пулеметным огнем по бойцам атакующей цепи I-го отделения и отойдет сама вслед за отступающими главными силами, прикрыв таким образом, их отход. Действия юнгвардейских подразделений в учебном бою подчиняются тактическому правилу: два подразделения (I-е и II-е отделения –А.С.) сражаются, а третье (снайперская группа –А.С.) находится в резерве.

Особенно большое значение придается действиям бойцов снайперской группы, которые ведут огонь на поражение приоритетных целей – командного состава, номеров пулеметных расчётов противника. Все, что движется на позициях противника, становится объектом их прицельного огня. Стрельба снайперской пары лежа с руки, с упора по «живым» целям производится со сменой огневых позиций. Юнгвардецы – снайперы разворачиваются так, чтобы целик прицела совпал с зафиксированной целью и затем нажимают спусковой крючок, быстро и резко поводя стволом с поражённой на приоритетную цели. Снайперы двойки, вооруженные ММГ винтовок СВД и СВД-С для обеспечения скрытности и малой визуальной заметности их действий в условиях снежного покрытия лесостепной местности, обмундированы в зимние маскировочные халаты, поверх обмундирования и снаряжения. Снайперские винтовки СВД также обматываются белыми маскировочными лентами, в районе оптического прицела ПСО-1М2, цевья, ствола и шейки приклада, исключая пламегаситель. Этот камуфляж искажает контуры маскируемого ствола снайперской винтовки путем придания ему однотонной белой окраски.

Направление движения стрелковых цепей и ориентирование на местности осуществляется по карте, азимуту, берущемуся по компасу Адрианова. Выдерживанию правильного направления наступления придается приоритетное значение. Это одна из главных обязанностей командиров отделений в наступательном бою. В условиях ведения наступления приобретает особую важность соблюдение порядка движения и укрытие за естественными маскировочными масками, обход зон минной опасности, либо опасных мест с точки зрения возможного расположения огневых реперов противника.



Рисунок 6. «Превыше всего мы ценим верность и честь». Юнгвардейцы урядник Метелкин Евгений, приказный Сычев Василий, рядовой Бондаренко Николай, есаул Странцов Алексей, рядовой Крайненко Илья, приказный Кульчинский Александр, рядовой Бенгальский Данил на предмостном укреплении плотины Дарьевского пруда на полевом тактическом учении «Быстрая победа». Восточный берег Дарьевского пруда, Неклиновский район Ростовской области 09.12.2013 год

При подходе к межозерному дефиле, впереди атакующих отделений высыпается разведгруппа, задача которой определить конфигурацию и особенность обороны противника, саму возможность ее преодоления сходу, наличными силами и средствами отделений, с учетом понесенных ранее «потерь». После огневого подавления выявленных разведкой огневых точек противника, бойцы в стрелковой цепи атакуют врага бегом. Они уничтожают противника огнем, гранатами и штыками. Непосредственно перед атакой подается команда «Примкнуть штыки». Действенную огневую поддержку атакующим обеспечивает огонь снайперской пары, которая внимательно отслеживают все опасные участки, держа палец рядом со спусковым крючком: бруствера окопов, естественные бугры, отдельные деревья и густые кусты. Атака как общий единый удар всеми силами, не должна быть по словам генерала пехоты Э. фон Фанкейгайна **«кровавым жертвоприношением»**, когда техническое превосходство противника преодолевается кровью и мужеством русских солдат. Она производится как прерывчатое движение от закрытия к закрытию бойцов в составе боевых двоек в направлении избранного участка оборонительных позиций противника. В настоящей схватке даже малейшее промедление может стоить жизни бойцов.

Разбившись в составе отделения на тройки «пулеметчик – автоматчик – автоматчик» и «автоматчик – автоматчик» юнгвардейцы показывают свои боевые умения. Согнув ноги в коленях и наклонив корпус тела в сторону противника, бойцы прижимают затыльник приклада автомата к плечу. Без колебаний и с предельным напряжением сил фигуры юных бойцов в камуфляже быстро перемещаются с места на место. Опустившись на грунт, боец должен сместиться в противоположную сторону от места падения и сосредоточить свой огонь в решающем направлении атаки. Одна тройка броском продвигается на десять метров вперед и падает, сливаюсь с заснеженной травой.



Рисунок 7. «Полевое тактическое учение в зимних условиях дает допризывникам способность достижения частных (для бойца) и общих (для подразделения) задач боя, умения правильно и быстро, без колебаний действовать в условиях меняющейся обстановки боя, побеждая грозного противника». Юнгвардейцы под Корниловским боевым знаменем на построении полевого тактического учения «Саранча – 16». Северо – западные скаты высоты 101,0. Матвеево, Курганский район Ростовской области 02.12.2016 год

Следом за ней рывком поднимается и мчится вторая двойка, а потом и третья совершают короткую перебежку. «Уничтожив» обороняющегося противника и заняв предмостное укрепление дамбы Дарьевского пруда, личный состав оборудует автоматные и пулеметные точки, находящиеся в огневой связи по типу опорного пункта. Это будет исходная позиция для дальнейшего наступления. Командир отделения подготавливает пиротехнику (ракеты, сигнальные дымы и сигнальные огни) для обозначения пути следования механизированной колонны ВТ.

Личный состав занимая оборонительную позицию остается в шлемах, бронежилетах и остальном снаряжении, держит ММГ стрелкового оружия наготове, а СХП заряженным и поставленным на предохранитель. Бойцы должны находиться в состоянии пятиминутной боеготовности. Ручные пулеметы размещаются одиночно для получения флангового и перекрестного огня, который наносит большие потери наступающей мотопехоте врага как при ее атаке, так и при отходе, когда его бойцы попадают под огонь наших пулеметов. Этот огонь наиболее уничтожающий и наносит наибольшие потери личному составу атакующего противника. Перед подачей пиротехнических сигналов ракетами стрелок, старший стрелок визуально и саперными щупами осматривают участок дорожного покрытия, идущий по дамбе на 50 метров перед ней и 100 метрах за ней. По завершению полевого тактического учения проводится боевое разряжение стрелкового оружия и контрольное построение личного состава, после чего ММГ автоматов, пулеметов и винтовок зачехляются и производится посадка в грузовой автомобиль.

4 декабря 2016 года полевое тактическое учение «Саранча – 16» проводилось в условиях наличия снегового покрова толщиной 15-20 см. Местность полевого учения весьма разнообразная и пересеченная, была для допризывников очень поучительной, как в смысле ведения огня, так и для производства разведки и тактического маневрирования подразделениями в учебном бою. После высадки, обмундирования и надевания снаряжения личным составом, для обнаружения фланга обороны противника вперед была выдвинута разведгруппа в составе 4-х юнгвардейцев. Ее задача – не обнаруживая себя, путем визуального наблюдения установить место нахождения позиций противника и определить наиболее слабо защищенный фланг для его последующего обхода основными силами I-го и II-го юнгвардейских отделений численностью в 9–ть бойцов каждое. Движение разведгруппы осуществляется в колонне по одному между холмами гряды и далее через лощину, пересекающую скат высоты 101,0. Бойцы движутся след в след умело применяясь к местности. Лица юных разведчиков словно каменные, напряженные скулы, холодные, полные затаенной ярости глаза. Их руки в теплозащитных перчатках сжимаются на пистолетных рукоятях и цевьях макетов автоматов и ручных пулеметов. Скрытность действий и маскировка личного состава становятся одним из главных залогов успеха разведчиков. Ударную силу юнгвардейских отделений составляют ручные пулеметы РПК в количестве 1 единицы на отделение. Пулеметная боевая тройка состоит из пулемётчика, вооруженно-го ММГ РПК-74М и двух бойцов – автоматчиков вооруженных ММГ АК-74. Например, для I-го отделения пулеметная боевая тройка состоит из пулемётчика младшего урядника Сидорова Николая с

ММГ РПК-74М и двух бойцов – автомата урядника Метелкина Евгения и приказного Николаенкова Дмитрия. Именно успешное продвижение пулеметной боевой тройки атакующего фланга цепи обеспечивает успех наступления. По сигналу командира разведгруппы старшего урядника Кудрявцева Данила – он подается дублировано, по радиосвязи (два щелчка тангенсом) и сигнальным огнем, личный состав юнгвардейских отделений начинает движение на определенный ориентир. Так осуществляется обход фланга противника, глубокий охват его оборонительной позиции. Следует помнить, что фронтальная атака приводит к тяжелым потерям в личном составе. Только сочетание фронтальной атаки с атакой во фланг ведет мотострелков к решительному успеху.

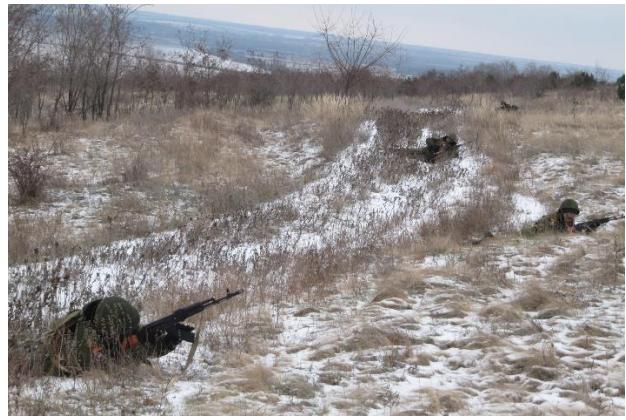


Рисунок 8. «Мотострелки должны вести огонь только тогда, когда они безусловно не могут идти вперед. Огонь и движение в пешем порядке несовместимы: при желании выполнить их одновременно, лучшие мотострелки теряют свой порыв и свои боеприпасы. Отлично тактически обученные и хорошо знающие свою ВУС мотострелки идут вперед без стрельбы». Допризывники I-го юнгвардейского отделения атакуют в ходе полевого тактического учения «Саранча – 16». Северо – восточные скаты высоты 101,0. Матвеево, Курганский район Ростовской области 02.12.2016 год

Командиры отделений должны уверенно ориентируясь на местности, проявлять в бою самую широкую инициативу, уметь поднять залегших под огнем бойцов в стрелковой цепи и использовать условия местности для организации атаки. Они должны быть изобретательными и уметь импровизировать, чтобы развернуть войска наилучшим образом, искусно использовать местности для применения контратак. Младший командир – юнгвардец всегда должен задавать себе вопрос: **что я могу еще предпринять, чтобы нанести противнику еще больший ущерб?** В движении и наступлении юнгвардейцы, уклоняясь от естественных препятствий, должны действовать быстро, сокращая биологическое время своей реакции. Бойцы противника поражаются продольным огнем вдоль расположенных окопов на обратном скате высоты 101,0. Юнгвардейские отделения в ходе атаки должны занять охватывающее положение, для ведения перекрестного и фланкирующего огня по противнику.



Рисунок 9. «Военное обучение допризывников следует одной из основ воинского искусства сложившееся еще в эпоху Наполеона Бонапарта: «не уступать в вооружении противнику». Подготовка юнгвардейца – пулеметчика ручного пулемёта состоит из знаний порядка взаимодействия частей оружия и обязанности пулеметчика, в умении самостоятельно вести огонь, умении скрытно располагать и перемещаться в экстремальных обстоятельствах современного поля сухопутного боя оказывая огневое противодействие противнику. Боевой гребень высоты 101,0. Матвеево, Курганский район Ростовской области 02.12.2016 год

Для обеспечения маневра и «сматывания» фланга противника в направлении атаки, чтобы не дать противнику подтянуть нужные силы к угрожаемому пункту, его огневые точки и в первую очередь пулеметные, поражаются огнем РПО-А и РШГ-2 с максимальной возможной дистанции 500–700 метров. Огнеметы и штурмовые гранаты являются могущественными помощниками мотострелков в бою. Выгодные случаи для действия в бою представляются минутами, а их поражающие свойства позволяют уничтожить укрепленные позиции противника (блиндаж, пулеметную ОТ, узел ходов сообщения или окопов-А.С.) и живую силу в них в самый короткий срок. Их согласованное применение позволит создать «кулак», чтобы таким кулаком наносить мощные огневые удары в решающем направлении атаки. Огневое воздействие их БЧ уничтожит и расчистит на пути атаки все, мешающее мотострелкам двигаться вперед, даст им возможность занять обезвреженную позицию противника почти без всяких потерь для себя.

Разведгруппа, скрытно находящаяся в тылу противника определяет слабые и сильные стороны позиции противника, затем ее бойцы должны воспрепятствовать отход врага – то есть, предотвратив организованное отступление его личного состава с целью прикрытия своих сил и помешав развертыванию противником промежуточной оборонительной позиции. При наступлении благоприятных условий они ведут обстрел выходов из окопов, ходов сообщения, тыловых дорог и резервов. Умелый разведчик, применяясь к местности, всегда найдет наблюдательный пункт, с которого открывается широкий кругозор в районе расположения целей на позиции противника. Наилучший способ для разведгруппы не быть замеченной наблюдателями врага, скрытно передвигаясь по местности, все время перемещаться с одного на другое место. Атакующие бойцы должны действовать самоотверженно и целеустремленно, самостоятельно проявляя инициативу в атаке и быть упорными в маневренной обороне.



Рисунок 10. «Тактические упражнения подростков и юношей позволили на поле учебного боя почувствовать себя физически сильными, улучшили координацию движений тела и увеличили работоспособность организма». Юнгвардейцы – бойцы разведгруппы в тылу оборонительных позиций противника после его «разгрома». Геодезический гребень высоты 101,0. Матвеево, Курганский район Ростовской области 02.12.2016 год

Командиры I-го и II-го юнгвардейских отделений быстро и решительно руководят ведением наступательного боя своих подразделений. Бойцы разведгруппы после начала огневого боя обороняющихся с атакующими скрытно располагаются на путях возможного отхода врага и перерезают его тыловые коммуникации. Обнаруженные пути сообщения минируются противопехотными минами типа МОН-50 и МОН-90. Бойцы юнгвардейских отделений ведут огневой бой до нанесения полного поражения противнику, окончательно уничтожая его силы при организованном отходе, стремясь превратить его в паническое бегство солдат противника. Усиленное огневое противодействие противнику на поле боя, позволяет нашим бойцам начать наступление. По команде «*Отделение к бою. Вперед!*» юнгвардейцы поднимаются и короткими зигзагообразными перебежками по снежному покрову устремляются вперед.



Рисунок 11. «Учебный наступательный бой показал, что организованная активная атака способна полностью прорвать оборонительные позиции противника».

Допризывники I-го юнгвардейского отделения на прорванных ими оборонительных позиций противника. Геодезический гребень высоты 101,0. Матвеево, Курганский район Ростовской области 02.12.2016 год

Личный состав обоих отделений эшелонируется на узком атакующем участке. Целью бойцов был низкий обратный скат высоты, до которого было примерно сто метров. Тактические правила действий в бою просты и ясны. Когда бойцу нечем прикрываться, когда он превращается в легкую мишень – *двигайся!* Автоматчики отделений, поддерживают огнем по противнику ручные пулеметы, обеспечивают ведение огня только на действительных дистанциях стрельбы короткими очередями и при применении устройств оптических прицелов. Это требует от юнгвардейцев-автоматчиков опыта и хорошей реакции при наличии на линии огня деревьев и кустов, препятствующих обзору. Огневая

подготовка имеет целью выработать у допризывников навык своевременно развивать огонь с правильно выбранной позиции, против верно намеченной цели. Практическая стрельба из автоматов с СХП должна дать юным воинам полное представление и технических и тактических свойствах огня. Стрельба ведется юнгвардейцами умело, живо и уверенно. Их сосредоточенный огонь направлен на уязвимую вражескую мотопехоту, которая «оказывает сопротивление». Рядовые бойцы осуществляют преследование отходящего противника активно, до выхода на рубеж, указанный командиром. После завершения учебного боя и выполнения задачи командиры I-го и II-го юнгвардейских отделений проводят построение, проверку вооружения и комплектность снаряжения бойцов. На контрольной отметке проводится построение личного состава допризывников, в полном учебном вооружении и снаряжении, на котором *каждый участник ПТУ награждается нагрудным знаком «За мужество и доблесть, проявленные в полевом бою»* [2, с. 48.].



Рисунок 12. «**Наша цель – стать закаленными юными воинами с железной волей к победе, готовым к любым жертвам**». Младший урядник пулеметчик Сидоров Николай в карауле у ружейной пирамиды на дневке. Обратный юго-западный скат высоты 101,0. Матвеево, Курганский район Ростовской области 02.12.2016 год

Затем на обратном юго-западном скате, защищенном от резкого степного ветра, организуется дневка. Разряженное ММГ личного стрелкового оружия устанавливается в ружейную пирамиду, разводится костер и личный состав принимает пищу. По команде осуществляется погрузка бойцов в грузовую автомашину. Для этого личный состав выдвигается к транспорту по отдельно в колонне по одному. Следует отметить высокую практическую ценность ПТУ, приобретённый в ходе него умений юнгвардейцев, отработанных навыков рядовых бойцов и младших командиров. *Нужно ли рассматривать проведенные полевые тактические учения в зимних условиях как образец? Автор приходит к выводу, что нужно, так как эти полевые тактические учения «Быстрая победа» и «Саранча-16» конкретны, а не абстрактны, реальны, а не беспредметны.* При их организации и проведении соблюдаются условия правильного военного обучения. Учить в мирное время следует тому, что личному составу придется выполнять в бою, учить в логической последовательности и учить подростков–мальчиков, подростков–девочек и юношей преимущественно показом и личным участием. Тактильные воздействия на все органы чувств допризывника в учебном бою подобны настоящим. Подросток побывавший в нем, подходит к опасностям с другими мерками, нежели чем его гражданские сверстники.



Рисунок 13. «Истинное правило военного искусства – прямо напасть на противника с самой чувствительной для него стороны» (Генералиссимус Александр Суворов). Допризывники II-го юнгвардейского отделения под прикрытием дымовой завесы белого дыма ручных дымовых гранат РДГ-2 атакуют фланг оборонительных позиций противника на обратном юго-западном склоне высоты 101,0. Матвеево, Курганский район Ростовской области 02.12.2016 год

Так в мирное время допризывники готовится к службе в армии, совершенствуя военные знания и отрабатывая навыки воевать толково в целях их приближения к боевым задачам мотострелковых войск. Самым лучшим оружием мотострелковых войск будут их отборные бойцы из плоти и крови, которые получают боевые задачи и выполняют их. В ближайшем будущем только такие солдаты-мотострелки срочной службы со стальной волей, готовые к любым жертвам в тяжелом, напряженном маневренном наступательном бою, смогут сохранить ратную славу сухопутных побед и умножить достигнутое русским народом, в свою очередь передав последующему поколению сильную и могущественную страну. Физическая подготовка в ходе ПТУ укрепит организм подростков, юношей, разовьет в них силы и ловкость, способствующих перенесению трудностей в учебном бою и обеспечивающих преодоление естественных и искусственных препятствий на местности. Тактические тренировки, материальная часть, макеты современного оружия и боевой дух движут подростков-юнгвардейцев к успеху, превращая укомплектованные ими подразделения в действенный тактический инструмент. Личное активное участие в полевом тактическом учении закрепляет в допризывниках уже имеющиеся знания и постоянно поддерживает их тактические навыки, а также развивает умения решать задачи, выпадающие на долю рядового мотострелка в разных случаях его боевой деятельности.



Рисунок 14. «Right or wrong that is my country» (англ.) – право или не право Отечество – оно мое Отечество, это кredo солдата». Юнгвардейцы сегодня – это будущие граждане и солдаты ВС, они готовы приносить существенные жертвы ради достижения победы в войне. Уровень их волевых качеств, мотивации, физической подготовки и готовности подвергать риску жизни значительно выше, чем у них на что не годного, самодовольного и мягкотелого поколения современной молодежи в возрасте 14-19 лет насквозь пропитанного либеральными идеями, отрицанием ратной истории России, всех ее славных достижений. Геодезический гребень высоты 101,0. Матвеево, Курганский район Ростовской области 02.12.2016 год

После двух лет соответствующей подготовки по военно-учетным специальностям: «стрелок», «пулеметчик», «снайпер», «санитар» учебного курса «воин – корниловец», допризывник должен стать ответственным, сильным бойцом – энтузиастом армии, который хорошо помнит военные знания, с отработанной физической моторикой тактических умений, натренированными рефлексами и навыками самообороны с оружием и без него.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Странцов, А.Н. Молодая гвардия русского возрождения / А.Н. Странцов. – Таганрог: Издательство ООО «Форпрес», 2012. – С. 292.
2. Странцов, А.Н. Навстречу русскому рассвету – тактика общевойскового боя для допризывников. Меч наступления. Под щитом обороны. Материалы учебно-методического курса. Рукопись / А.Н. Странцов. – Таганрог, 2018. – с. 118.
3. Странцов, А.Н. Организация и проведение военно-тактических игр «Борьба за знамя» и «По следу врага» в полевых условиях / А.Н. Странцов // Педагогика & Психология. Теория и практика. – 2020. – № 2 (28) – С. 45–55.
4. Странцов, А.Н. Роль полевых тактических учений в военной подготовке казачьей и русской допризывной молодежи. Актуальные проблемы реализации требований ФГОС в контексте современного образования / А.Н. Странцов. – Ростов-на-Дону.: ЮФУ, 2018. – С. 77–81.
5. Странцов, А.Н. Тактическое превосходство / А.Н. Странцов // Педагогика & Психология. Теория и практика. – 2019. – № 3 (23) – С. 42–54.
6. Странцов, А.Н. Юнгвардейцы в береговой обороне / А.Н. Странцов // Педагогика & Психология. Теория и практика. – 2020. – № 4 (30) – С. 35–51.

Материал поступил в редакцию 29.11.20

YOUNG GUARDS IN THE WINTER OFFENSIVE

A.N. Strantsov, Commander of the Patriotic Detachment “Yungvardiya”
Municipal Autonomous Institution of Extended Education
“Dvorets Detskogo Tvorchestva” (Taganrog), Russia

Abstract. The article discusses the execution of field tactical exercises on terrain of the southern Russian operational theatre in winter conditions and their importance in the organization of pre-conscription military training of teenagers, described the sequence of, reflects the specificity of the solution to offensive combat training missions personal compositions field tactical exercises "Bystraya pobeda" and "Sarancha-16", and is a block of illustrative material.

Keywords: training battle, flanking the enemy, covering a defensive position, maneuvering combat operations, reconnaissance group, fire defeat of priority targets, military exercises, tactical skills.

Lifelong learning
Обучение в течение всей жизни

УДК 57.04

**АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДОВ
И СРЕДСТВ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОГО ПЕРИОДА
КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ КОМПОНЕНТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

Е.А. Спиридовон, доктор педагогических наук, доцент
ФГБОУ ВО «Политехнический университет» (Москва), Россия

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы применения методов и средств альтернативной медицины на этапе восстановления. В пользу практических средств альтернативной медицины в настоящее время имеется множество подтверждений, вместе с тем доказательная база освещает лишь положительные изменения без конкретизации как, когда и на каком этапе, при какой патологии данный метод альтернативной медицины наиболее эффективен и актуален. Отсутствие данных о целесообразности применения в сочетании с общепринятыми методами традиционной медицины затрудняет возможность разработки технологии восстановления с учетом нарушений и индивидуальных особенностей организма, работа направлена на решение данной задачи.

Ключевые слова: альтернативная медицина, восстановление, реабилитация, апитерапия, ароматерапия, аюрведа, гирудотерапия, гомеопатия, йога терапия, мануальная терапия, массаж, рефлексотерапия.

Введение. Возросшее стремление людей заботиться о своём здоровье зачастую ведёт к перекосам и крайностям как в следствии излишней доверчивости во всемогущество медицины, так и в следствии необразованности в вопросах здоровья и поиска чудодейственных эликсиров. В условиях нестабильности, психологической напряжённости человек ищет любые средства оздоровления [4]. Мы ожидаем быстрого облегчения наших страданий, не понимая опасности отдельных лекарств. Мы должны напомнить себе, что нет универсального лекарства от всех недугов. Так ли уж правомерны наши надежды на здоровье и ожидания, возлагаемые на медицину, наделяя ее всемогуществом в вопросах здоровья и принижая, а зачастую и игнорируя возможности, предоставленные в наше распоряжение другими направлениями, занимающиеся вопросами здоровья, так называемой нетрадиционной медициной таких как: апитерапия, ароматерапия, аюрведа, гирудотерапия, гомеопатия, йога терапия, мануальная терапия, массаж, рефлексотерапия и др. [2].

Цель исследования. Определить эффективность использования методов и средств гирудотерапии и гомеопатии на этапах реабилитационно-восстановительного периода.

Методы и организация исследования. Анализ научно-методической литературы, беседы со специалистами в области реабилитационно-оздоровительных программ, анкетирование, личные наблюдения, эксперимент, статистическая обработка данных.

В исследовании приняли участие 15 человек (мужчины), которые были разбиты на три группы (по 5 человек), имеющие заболевания опорно-двигательного аппарата (ОДА). Первая группа (1ТМ) проходила восстановление по традиционной схеме, рекомендованной лечащим врачом «в пассивном режиме». У групп (2НТМ и 3НТМ) занятия проводились по авторской методике Е.А. Спиридонова [3], в которой предусмотрено использование методов и средств альтернативной медицины (2НТМ – гирудотерапия, 3НТМ – гомеопатия). Измерения функционального состояния в группах проводились 1 раз в неделю в одно и тоже время на протяжении 5-ти этапов восстановления, а также до и после каждого этапа.

Динамическое наблюдение включало исследование вариабельности сердечного ритма и фиксирование интегрального показателя функционального состояния (Health), который включает:

уровень адаптации сердечно-сосудистой системы (A), показатель вегетативной регуляции (B), показатель центральной регуляции (C), – психоэмоциональное состояние (D), (шкала Health: 80-100 % – хорошее функциональное состояние организма (эустресс); 50-79 % – удовлетворительное; 20-49 % – низкое (дистресс); 19 и ниже – отсутствие резервов, перенапряжение и т.п.

Для оценки состояния вегетативной регуляции использовали систему комплексного компьютерного исследования функционального состояния организма человека «Омега медицина» [7].

Статистическая обработка данных заключалась в определении стандартного отклонения, коэффициента вариации и проведении однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA) – достоверности различий внутри группы более 95 % ($P > 0,05$), с последующим применением метода множественных сравнений, что является показателем достоверности различий между полученными значениями, исследуемых групп, при доверительной вероятности более 95 % ($P < 0,05$) [1].

Результаты исследования и обсуждение.

Гирудотерапия – это вид альтернативной медицины, который предполагает использование физиотерапевтические методы воздействия на организм человека при помощи медицинских пиявок (*Hirudo medicinalis*), относится к альтернативной медицине (одно из направлений натуropатии) [5].

Гомеопатия – это вид альтернативной медицины, который предполагает использование трав или же природных веществ в минимальных дозах или препаратов с небольшим содержанием действующего вещества [6].

Ниже представлены результаты исследования использования методов традиционной (ТМ) и нетрадиционной медицины (НТМ) – гирудотерапии и гомеопатии на различных этапах восстановления и реабилитации (таблицы 1, 2, 3, 4, 5)

Таблица 1

Показатели функционального состояния у лиц с нарушениями ОДА с использованием методов ТМ и НТМ (1 этап)

Группы	A %		B %		C %		D %		Health %		ANOVA	P
	до	посл е	до	Посл е	до	посл е	до	посл е	до	посл е		
1ТМ	23,6	23,1	22,1	24,5	26,4	30,3	25,1	29,4	24,3	26,8	<0,05	>0,05
2НТМ	25,4	24,8	21,4	28,4	28,8	29,7	23,3	28,8	24,7	27,9	<0,05	
3НТМ	22,4	24,9	28,4	28,7	28,6	29,7	23,3	28,8	25,6	28,0	<0,05	

Из таблицы 1 видно, что в группах показатели 1-ого этапа восстановления имеют положительную динамику изменений. Статистическая обработка данных позволила определить, что в группах 1ТМ, 2НТМ и 3НТМ внутригрупповой показатель имеет значение $P < 0,05$, что говорит о недостоверности изменений.

Метод множественных сравнений имеет значение $P > 0,05$, что говорит о недостоверности различий между группами.

Таблица 2

Показатели функционального состояния у лиц с нарушениями ОДА с использованием методов ТМ и НТМ (2 этап)

Группы	A %		B %		C %		D %		Health %		ANOVA	P
	до	посл е	до	Посл е	до	посл е	до	посл е	до	посл е		
1ТМ	23,1	27,7	24,5	31,2	30,3	32,2	29,4	30,4	26,8	30,3	<0,05	>0,05
2НТМ	24,8	28,7	28,4	30,9	29,7	33,1	28,8	30,1	27,9	30,7	<0,05	
3НТМ	24,9	26,4	28,7	32,2	29,7	30,2	28,8	33,1	28,0	30,4	<0,05	

Из таблицы 2 видно, что в группах показатели на 2-ом этапе восстановления имеют положительную динамику изменений. Статистическая обработка данных позволила определить, что в группах 1ТМ, 2НТМ и 3НТМ внутригрупповой показатель имеет значение $P < 0,05$, что говорит о недостоверности изменений.

Метод множественных сравнений имеет значение $P > 0,05$, что говорит о недостоверности различий между группами.

Таблица 3

**Показатели функционального состояния у лиц
с нарушениями ОДА с использованием методов ТМ и НТМ (3 этап)**

Группы	A %		B %		C %		D %		Health %		ANOVA	P
	до	посл е	до	Посл е	до	посл е	до	посл е	до	посл е		
1ТМ	27,7	30,4	31,2	32,5	32,2	33,1	30,4	37,3	30,3	33,3	<0,05	>0,05
2НТМ	28,7	30,8	30,9	32,1	33,1	32,8	30,1	34,4	30,7	32,5	<0,05	
3НТМ	26,4	31,8	32,2	33,2	30,2	34,1	33,1	36,4	30,4	33,8	<0,05	

Из таблицы 3 видно, что в группах показатели на 3-ем этапе восстановления имеют положительную динамику изменений. Статистическая обработка данных позволила определить, что в группах 1ТМ, 2НТМ и 3НТМ внутригрупповой показатель имеет значение $P < 0,05$, что говорит о недостоверности изменений.

Метод множественных сравнений имеет значение $P > 0,05$, что говорит о недостоверности различий между группами.

Таблица 4

**Показатели функционального состояния, у лиц
с нарушениями ОДА, с использованием методов ТМ и НТМ (4 этап)**

Группы	A %		B %		C %		D %		Health %		ANOVA	P
	до	посл е	до	Посл е	до	посл е	до	посл е	до	посл е		
1ТМ	30,4	33,2	32,5	33,7	33,1	32,9	37,3	39,4	33,3	34,8	<0,05	<0,05
2НТМ	30,8	52,5	32,1	49,4	32,8	50,1	34,4	51,1	32,5	50,7	>0,05	
3НТМ	31,8	36,4	33,2	38,2	34,1	35,6	36,4	37,7	33,8	36,9	<0,05	

Из таблицы 4 видно, что в группах показатели на 4-ом этапе восстановления имеют положительную динамику изменений. Статистическая обработка данных позволила определить, что в группах 1ТМ и 3НТМ внутригрупповой показатель имеет значение $P < 0,05$, что говорит о недостоверности изменений. В группе 2НТМ показатель имеет значение $P > 0,05$, что говорит о достоверности изменений.

Метод множественных сравнений имеет значение $P < 0,05$, что говорит о достоверности различий между группами, показатели в группе 1ТМ и 3НТМ достоверно ниже, чем в группе 2НТМ.

Таблица 5

**Показатели функционального состояния, у лиц
с нарушениями ОДА, с использованием методов ТМ и НТМ (5 этап)**

Группы	A %		B %		C %		D %		Health %		ANOVA	P
	до	посл е	до	Посл е	до	посл е	до	посл е	до	посл е		
1ТМ	33,2	37,4	33,7	40,1	32,9	41,8	39,4	43,5	34,8	40,7	>0,05	<0,05
2НТМ	52,5	55,1	49,4	52,3	50,1	51,5	51,1	53,5	50,7	53,1	>0,05	
3НТМ	36,4	44,9	38,2	54,1	35,6	47,7	37,7	54,3	36,9	50,2	>0,05	

Из таблицы 5 видно, что в группах показатели на 5-ом этапе восстановления имеют положительную динамику изменений. Статистическая обработка данных позволила определить, что в группах 1ТМ, 2НТМ и 3НТМ внутригрупповой показатель имеет значение $P > 0,05$, что говорит о достоверности изменений.

Метод множественных сравнений имеет значение $P < 0,05$, что говорит о достоверности различий между группами, показатели в группе 1ТМ достоверно ниже, чем в группах 2НТМ и 3НТМ, разница между группами 2НТМ и 3НТМ недостоверна ($P > 0,05$).

Заключение. Полученные результаты исследований, использования методов и средств НТМ (гирудотерапии и гомеопатии) в восстановительный период (у мужчин), позволили выявить специфику и особенности, данных методов НТМ. Методы гирудотерапии оказали свой максимальный

эффект на четвёртом этапе, что выразилось в значительном улучшении функционального состояния, которое сохранялось на пятом этапе восстановления. Стоит отметить, что при использовании методов гирудотерапии наиболее подвижным являлся показатель «уровень адаптации сердечно-сосудистой системы» (А).

Улучшение показателей в группе с использованием методов и средств гомеопатии также проявилось на пятом этапе, что выразилось в резком скачке функциональных показателей организма, наилучших значений достигал «показатель вегетативной регуляции» (В).

Выводы:

1. Методы и средства гирудотерапии (у мужчин) при нарушениях ОДА целесообразно использовать на четвёртом этапе восстановительного периода.
2. Методы и средства гомеопатии (у мужчин) при нарушениях ОДА целесообразно использовать на пятом этапе восстановительного периода.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гласс, Д. Статистические методы в педагогике и психологии / Д. Гласс, Д. Стэнли. – М.: «Прогресс», 1976. – 494 с.
2. Макаров, В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней / В.В. Макаров. – М., 2001.
3. Спиридовон, Е.А. Свидетельство авторского права: №1976 ИС 009650 – 8.08.17.
4. Традиционная медицина в контексте трансформации отношения к здоровью в современном российском социуме рецензия на книгу: традиционная медицина: политика и практика профессионализации / под ред. Е.Р. Ярской-Смирновой. – М.: ООО "Вариант", ЦСПГИ, 2011. – 212 с.
5. (эл. ресурс: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/tuwiki/439115>)
6. (эл. ресурс: https://yandex.ru/q/question/health/chto_takoe_gomeopatiia_pri_kakikh_3760ce4d/?utm_source=yandex&utm_medium=wizard&answer_id=b2b3a1b7-ceb0-452d-8f39-c6f272b4799c)
7. (эл. ресурс: www.dyn.ru)

Материал поступил в редакцию 09.12.20

**ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS OF METHODS AND MEANS
OF THE RECOVERY PERIOD AS A COMPONENT OF PHYSICAL EDUCATION**

Ye.A. Spiridonov, Doctor of Pedagogic Sciences, Associate Professor
Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education
“Moscow Polytechnic University”, Russia

Abstract. The article deals with the application of methods and means of alternative medicine at the stage of recovery. In favor of the practical means of alternative medicine, there is currently a lot of evidence; however, the evidence base only highlights positive changes without specifying how, when and at what stage, at what pathology, this method of alternative medicine is most effective and relevant. The lack of data on the feasibility of using in combination with conventional methods of traditional medicine makes it difficult to develop a recovery technology, taking into account disorders and individual characteristics of the body; the work is aimed at solving this problem.

Keywords: alternative medicine, recovery, rehabilitation, apitherapy, aromatherapy, ayurveda, hirudotherapy, homeopathy, yoga therapy, manual therapy, massage, reflexology.

Physical education
Физическое воспитание

УДК 796.422.14

РАЦИОНАЛЬНОЕ ПОСТРОЕНИЕ ЭТАПА НПП,
БЕГУНОВ НА 800 М ЮНИОРСКОГО ВОЗРАСТА

И.В. Мосин¹, И.Н. Мосина², М.Н. Есаулов³

¹ кандидат педагогических наук, доцент, ² доцент, ³ кандидат технических наук, доцент
Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ» (Москва), Россия

Аннотация. Дано обоснование рационального планирования бегунов на средние дистанции юниорского возраста на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки. Показана роль микро и мезоциклов при определении оптимальной тренировочной нагрузки юниоров.

Ключевые слова: этап НПП, концентрированная нагрузка, мезоциклы, строительные блоки, рациональная нагрузка.

Этап непосредственной предсоревновательной подготовки является важным звеном в системе подготовки бегуна на средние дистанции. Этап охватывает период между главными и отборочными соревнованиями сезона и длится 4-7 недель [10, 11].

В настоящее время этапу НПП в беге на средние дистанции придается особое значение. При этом, отмечается, что успех в соревнованиях обеспечивается более длительной подготовкой. Но принципиальное значение имеет НПП, с помощью которой спортсмен должен подвести себя к состоянию высокой или наивысшей работоспособности [9].

Следует отметить высказывание Н.Г. Озолина [9] о необходимости учитывать индивидуальные особенности при определении величины нагрузок, продолжительности пауз отдыха, педагогического воздействия тренировочных средств. При этом, возрастание роли НПП пропорционально значимости главного соревнования.

А.Н. Макаров [5] констатирует, что для квалифицированных бегунов на средние дистанции этап НПП к ответственным соревнованиям занимает до 14 дней. В эти дни объем тренировочной работы значительно уменьшается, однако, интенсивность остается на прежнем уровне и даже повышается. Последняя максимальная нагрузка должна быть по меньшей мере за 5 дней до соревнования.

В.Т. Гнеушев [3] считает, что для подготовки к основным соревнованиям сезона нужно использовать мезоцикл продолжительностью 4-6 недель, с целью создания оптимальных предпосылок для достижения высокого уровня специальной работоспособности, сосредоточив внимание на специфических средствах, используя индивидуальные средства и методы подготовки.

Д. Харре [12] говорит, что непосредственная подготовка к важнейшему соревнованию года должна проводиться в специальном цикле соревновательного периода (этап непосредственной подготовки к соревнованию). Ошибки в построении этого этапа часто служат причиной замедленного роста достижений или даже ухудшения их. Отсюда становится ясным: тренировочная нагрузка непосредственно перед важнейшими соревнованиями должна строиться в высшей степени индивидуализированно и не может проводиться по стандартной схеме.

Однако в принципе построения этапа НПП имеет общее значение следующее:

– микроциклы необходимо строить так, чтобы в рамках отдельного микроцикла спортсмен имел возможность для полного отдыха. Это условие должно особенно тщательно выполняться в последние дни перед стартом;

– соревнования во время непосредственной подготовки должны обеспечивать и развивать спортивную работоспособность, т. е. играть вспомогательную роль, а не превращаться в основные соревнования. Ибо в последнем случае они будут мешать систематической подготовке к решающему

соревнованию, вызывать преждевременные энерготраты, психически изматывать спортсмена и отвлекать его внимание от кульминационного момента;

- после успешного выступления в квалификационных состязаниях часто снижается степень мобилизации, поэтому необходимо постоянное повышение его готовности к борьбе;
- после квалификационных соревнований, потребовавших от атлета максимального напряжения физических и психических сил, в процесс тренировочной нагрузки нужно включать фазу «разгрузки» (длительностью около недели), в которой преобладали бы общеразвивающие упражнения;
- длительность непосредственной подготовки должна составлять (4-5 недель, в этот период не следует вводить какие – либо кардинальные изменения в спортивную технику. Гораздо важнее упрочить ее в специфических для соревнования условиях.

Г.Н. Максименко [6] в своем исследовании среди юных бегунов на средние дистанции при построении этапа непосредственной подготовки к соревнованиям в недельном микроцикле приводит следующую последовательность: 1-й день – (через сутки после окончания последнего в неделе занятия) – отдых, 2-й день – выполнение малой скоростно-силовой нагрузки, 3-й день – отдых, 4-й день – соревнование.

Наиболее эффективным вариантом распределения тренировочных нагрузок у юношей в беге на средние дистанции в предсоревновательных микроциклах, был признан мезоцикл, разработанный Н.Г. Никитушкиным [8], представленный на (рис. 1). Большинство специалистов [3, 6, 11 и др.] считают, что подведение к кульминационному состязанию требует продолжительного этапа НПП (от 4-6 недель). Микроциклы же различного типа служат своего рода «строительными блоками», из которых складываются мезоциклы этапа НПП, образуя относительно законченную структуру тренировочного процесса. Именно в эти 4-6 недель спортсмены сталкиваются с решением следующих задач:

- восстановиться после отборочных соревнований (4-7 дней);
- втянуться в напряженную тренировочную работу (3-5 дней);
- выполнить объемную тренировочную нагрузку (1 неделя);



Рис. 1. Распределение тренировонагрузок и предсоревновательных микроциклов при подготовке к ответственным стартам. Условные обозначения: А – общий объем бега (в % от максимального); Б – объем бега в аэробно-аэробном режиме энергообеспечения (в % от общего объема микроцикла); В – объем бега в анаэробном режиме энергообеспечения (в % от общего объема микроцикла)

- провести интенсивную и модельную тренировочную нагрузку (7-10 дней);
- обеспечить подведение к старту (1 неделя).

Н.Г. Озолин [9] считает, что оптимальное подведение к кульминационному состязанию требует более продолжительного этапа НПП (6-8 недель), цель которого – обеспечить наилучшую спортивную форму ко дню (дням) и часу (часам) важнейших стартов.

Важнейшая основа этапа НПП – рационально построенная тренировочная нагрузка в виде повторяющихся недельных или с другим числом дней микроциклов, моделирующих соревновательные условия и требования. Этот этап оформляется в виде подробного, ежедневного, индивидуального (6-8 недельного) плана с указанием основных средств подготовки и тренировочной нагрузки, проведения прикодок и участия в соревнованиях, использования бани, фармакологии, физиотерапии и др.

Вместе с тем все эти особенности должны базироваться на изложенных здесь общих положениях построения этапа НПП:

- необходимо строжайшее соблюдение двухмесячного срока после отборочного состязания, дающего право на включение в команду участников самого главного состязания года;
- отборочные соревнования желательно провести по программе главного состязания и в те же дни, недели и часы;
- после отборочного соревнования, перед началом этапа НПП, обязателен разгрузочный микроцикл;
- этап НПП, как указывалось, слагается из 6 или 8 соревновательных и других микроциклов (рис. 2).

Ф.П. Суслов [11], утверждает, что этап НПП имеет свою четко выраженную структуру и конкретные задачи:

- восстановление работоспособности после главных отборочных соревнований и чемпионатов страны;



Рис. 2. Структура построения в соревновательном периоде тренировочной нагрузки по Озолину Н.Г.

- дальнейшее совершенствование физической подготовленности и технико- тактических навыков;
- создание и поддержание высокой психологической готовности у спортсменов за счет регуляции и саморегуляции состояния;
- моделирование соревновательной деятельности и контроля за уровнем готовности;
- обеспечение оптимальных условий для максимального использования всех сторон готовности – физической, технической, тактической и психологической с целью трансформации их в максимально возможный спортивный результат.

В зависимости от интервала между чемпионатом страны и главным соревнованием продолжительность этого этапа колеблется в пределах 6-8 недель. Он обычно состоит из двух мезоциклов. Один из них (с большой суммарной нагрузкой) направлен на развитие качеств и способностей, обуславливающих высокий уровень спортивных достижений, другой – на подведение спортсмена к участию в конкретных соревнованиях с учетом специфики спортивной дисциплины, состава участников, организационных, климатических и прочих факторов.

Опыт проведения этапа НПП в отдельных, особенно циклических, видах спорта, по мнению автора, позволил выработать следующую его структуру (рис. 3).

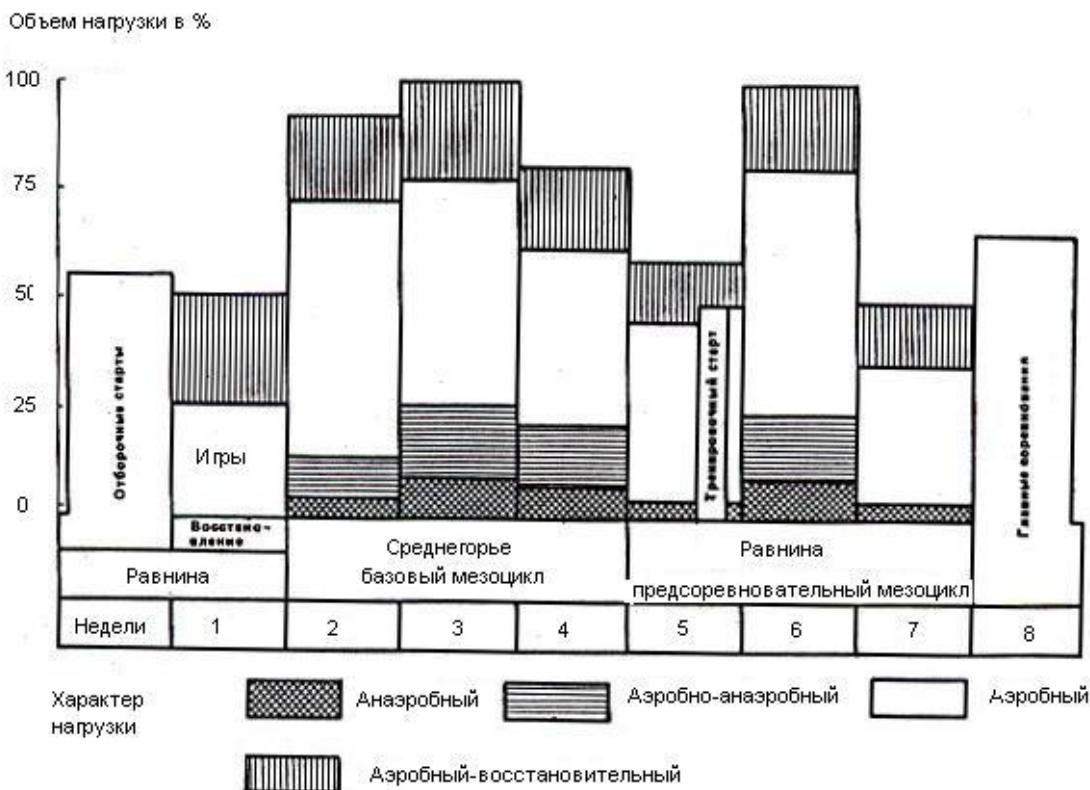


Рис. 3. Структура НПП бегунов на средние дистанции по Сулову Ф.П.

Первый мезоцикл – базовый:

- восстановление и втягивание (6-8 дней);
- ударная тренировка (14-28 дней) с целью повышения работоспособности за счет высоких по объему и интенсивности тренировочных нагрузок.

Второй мезоцикл – предсоревновательный:

- непосредственное подведение к главному старту (14-21 день). Цель – подведение к соревнованиям путем снижения отдельных параметров тренировочных нагрузок, приспособление к условиям соревнований.

В. Иссурин., В. Шкляр [4], исследуя концепцию блоковой композиции в подготовке спортсменов высокого класса, при подведении к главному соревнованию, исходя из длительности отставленного тренировочного эффекта, отмечают, что оптимальная продолжительность этапа НПП составляет 7-8 недель, что полностью соответствовало опыту подготовки сборной СССР и ГДР. Этап подводящий к главным соревнованиям сезона, рационально планировать в оптимальные сроки. Важное значение при планировании этапа НПП в беге на 800 м юниоров, имеет опыт выступления сильнейших бегунов, как зарубежных, так и отечественных спортсменов на чемпионатах мира и Европы, и их методика подготовки к главным стартам года.

Нам представляется наиболее рациональным предложенный вариант структуры тренировочных нагрузок на этапе предсоревновательной подготовки бегунов на 800 м юниорского возраста И.В. Мосиным [7].

На основании обобщения научно-методической литературы, предварительно проведенных собственных исследований, разработана принципиально новая схема построения тренировочного процесса, бегунов юниорского возраста на этапе НПП.

В основе формирования этапа подготовки лежат три концентрированных мезоцикла с учетом совпадения различных по длительности отставленных эффектов (рис. 4)

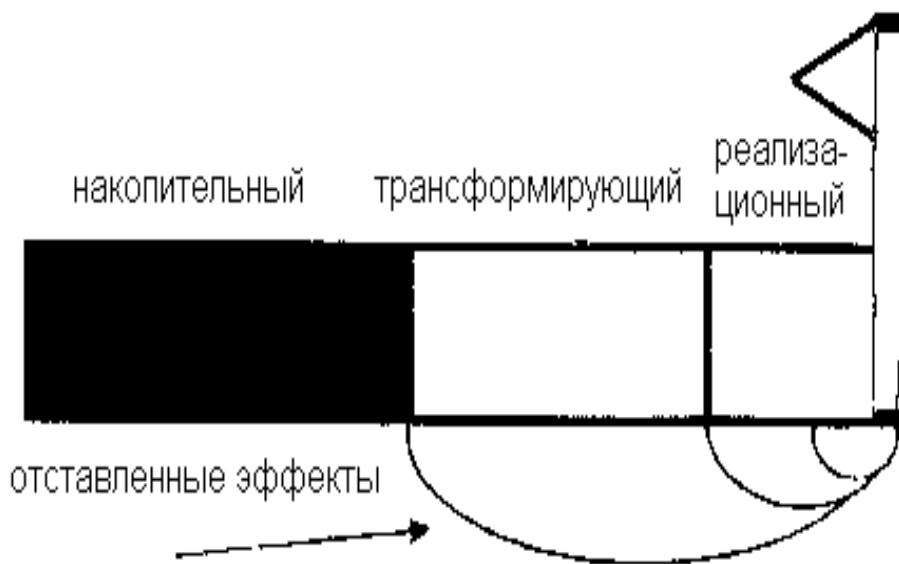


Рис. 4. Формирование этапа подготовки из трех концентрированных мезоцикла с учетом возможного совпадения различных по длительности отставленных эффектов

- накопительный (accumulation) – предназначен для развития базовых качеств и базовых технических компонентов;
- трансформирующий (transmutation) – предназначен для развития более специфических качеств и преобразования накопленного потенциала в специфическую для данного вида спорта подготовленность: аэробно-анаэробная и анаэробная выносливость, силовая выносливость, технико-тактическая подготовленность;
- реализационный (realization) – предназначен для непосредственной подготовки к предстоящим соревнованиям: включает относительно высокий объем скоростных упражнений, алактатных и скоростно-силовых, а также упражнения, моделирующие соревновательную деятельность.

В отличие от классической схемы, предусматривающей комплексное параллельное развитие многих качеств, альтернативная концепция предполагает последовательное концентрированное воздействие на малое количество качеств (обычно не более двух), именно эта высокая концентрация тренировочного воздействия составляет сущность данной схемы.

Три различных мезоцикла образуют этап подготовки, который как бы в миниатюре воспроизводит сменность тренировочных воздействий в годовом цикле: базовая подготовка – специализированная подготовка – реализация и участие в соревнованиях. Порядок следования мезоциклов определяется особенностями и длительностью остаточного тренировочного эффекта при развитии различных качеств. В идеале схема должна обеспечить выход к соревнованиям на фоне наилучшей комбинации отставленных эффектов ведущих двигательных качеств (рис. 4).

Практическая реализация идей планирования трех мезоциклов тренировочной нагрузки на этапе НПП позволяет существенно сократить объемы тренировочной работы, поскольку ее построение оказывается более целенаправленным и сбалансированным. Такое построение подготовки позволяет упорядочить и облегчить текущий и этапный контроль. При текущем контроле в первую очередь отслеживаются показатели, характеризующие реакцию на доминирующий тип нагрузки. Тесты этапного контроля органично вписываются в заключительную фазу этапа.

Предлагаемая схема построения этапа НПП существенно облегчает процесс подведения к главным стартам, а именно:

- по завершении рационально спланированного этапа удается достичь совпадения пиков всех ведущих двигательных качеств; исходя из длительности отставленных эффектов оптимальная продолжительность этапа составляет 8-9 недель, этапы соревновательного периода могут быть короче, однако этап, подводящий к главным соревнованиям сезона, рационально планировать в оптимальные сроки;

– при построении этапа подведения к главным соревнованиям сталкиваются две тенденции: сохранение, воспроизведение и оттачивание принципиальной схемы планирования [1] и обновление содержания тренировочной нагрузки с целью предотвращения чрезмерного привыкания и стабилизации ответных реакций [2];

– отчасти это обновление происходит естественным путем (меняются сроки и место проведения тренировки, партнеры, условия и т. д.), однако этого, как правило, оказывается недостаточно, и содержание развивающих упражнений тоже надо периодически обновлять.

Предыдущие разработчики пытались оптимизировать тренировочный процесс в структуре недельного микроцикла, учитывая лишь отставленный тренировочный эффект спустя 24 часа, после однократной нагрузки.

Но на этапе НПП структура распределения тренировочной нагрузки у бегунов на 800 м, в возрасте 18-19 лет, на наш взгляд, должна отвечать последним достижением науки и практики, с учетом возрастных особенностей адаптации организма юниоров и кумулятивного эффекта после выполнения работы соревновательной направленности.

За основу структуры НПП нами был использован этап продолжительностью 7-8 недель, что полностью соответствует длительности отставленных тренировочных эффектов. С учетом юниорского возраста мы модифицировали структуру, разделив этап НПП на три двухнедельных мезоциклов, чередующихся с однодневными восстановительными микроциклами, в конце которых предусмотрено тестирование по специальному комплексу, разработанному нами (рис. 5).

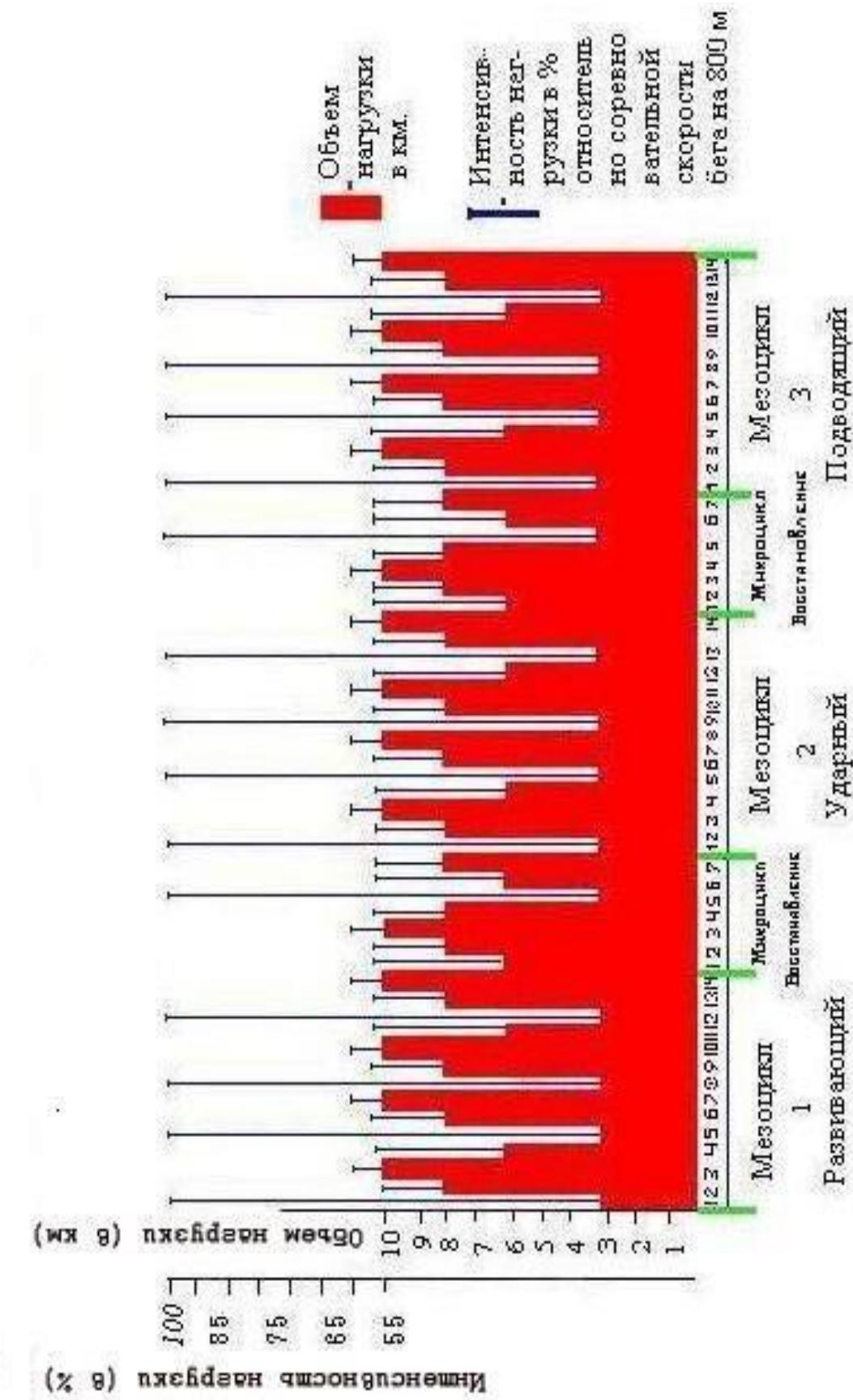


Рис. 5. Структура специальной тренировочной нагрузки на этапе НПП, бегунов на 800 м, 18-19 лет

Первый двухнедельный мезоцикл развивающий – направлен на адаптацию организма спортсмена к специфической соревновательной деятельности, второй двухнедельный мезоцикл – ударный – способствует развитию специфической соревновательной работоспособности, третий – подводящий – направлен на совершенствование специфической соревновательной работоспособности. Важная роль на этом этапе отводится не столько развитию скорости бега, сколько способности спортсмена выполнять работу в специальном режиме бега на 800 м.

Нагрузка на этапе НПП носит волнообразный характер. Распределение тренировочной нагрузки у юниоров построено на основании индивидуальных физических и психических возможностей развития спортсменов.

Это дает возможность тренерам и спортсменам более рационально подходить к построению этапа НПП, с учетом всех возможных вариантов и поможет избежать ошибок при подготовке к кульминационному соревнованию юниоров.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бондарчук, А.П. Тренировка легкоатлета / А.П. Бондарчук. – Киев: Здоровье, 1986. – 160 с.
2. Верхощанский, Ю.В. Горизонты научной теории и методологии спортивной тренировки / Ю.В. Верхощанский // Теория и практика физкультуры. – 1998. – № 7 – С. 50–52.
3. Гнеушев, В.Т. Построение годичного цикла тренировки бегунов на средние дистанции / В.Т. Гнеушев, С.А. Малахова // Построение тренировки по годам обучения в спортшколах: тез. докл. XI Всесоюз. науч. конф. Моск. обл. гос. ин-т физ. культуры. – Малаховка, 1987. – С. 14–15.
4. Иссурин, В.Б. Блоковая периодизация спортивной подготовки / В.Б. Иссурин. – Москва: Советский спорт, 2010. – С. 170–196.
5. Макаров, А.Н. Бег на средние и длинные дистанции / А.Н. Макаров. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 273 с.
6. Максименко, Г.Н. Управление тренировочным процессом юных бегунов / Г.Н. Максименко: Здор. – Киев ов'я, 1978. – 180 с.
7. Мосин, И.В. Структура тренировочных нагрузок в период предсоревновательной подготовки бегунов на 800 м, на этапе спортивного совершенствования: автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.В. Мосин. – М., Рос. гос. акад. Физ. культуры, 2006. – 118 с.
8. Никитушкин, В.Г. Особенности структуры тренировочной нагрузки на этапе непосредственной подготовки к основным соревнованиям юных бегунов на средние дистанции: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.Г. Никитушкин. – М., Всесоюз. науч.-исслед. ин-т физ. культуры, 1980. – 20 с.
9. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера / Н.Г. Озолин. – М.: Астрель, 2003. – 672 с.
10. Самоленко, Т.В. Методика индивидуального планирования спортивной подготовки легкоатлетов высокой квалификации, специализирующихся в беге на средние и длинные дистанции. Монография / Т.В. Самоленко. – М., 2016. – С. 34–39.
11. Современная система спортивной подготовки / под ред. Ф.П. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустрина. – М.: СААС, 1995. – 448 с.
12. Учение о тренировке / под общ. ред. Д. Харре. – М.: Физкультура и спорт, 1971. – 305 с.

Материал поступил в редакцию 03.12.20

RATIONAL CONSTRUCTION OF THE DPP STAGE, RUNNERS 800 M JUNIOR AGE

I.V. Mosin¹, I.N. Mosina², M.N. Esaulov³

¹ Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor, ² Associate Professor,

³ Candidate of Technical Sciences, Associate Professor

National Research Nuclear University (Moscow), Russia

Abstract. The substantiation of rational planning of middle-distance runners of junior age at the stage of direct pre-competition training is given. The role of micro and mesocycles in determining the optimal training load for juniors is shown.

Keywords: DPP stage, concentrated load, mesocycles, building blocks, rational load.

School education
Школьное образование

УДК 37.013

ВЛИЯНИЕ СЕМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ
В СОВРЕМЕННЫХ РОССИЙСКИХ СЕМЬЯХ НА РАЗВИТИЕ
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ И ЛИЧНОСТНЫХ НАВЫКОВ РЕБЕНКА

А.А. Беликина, студент правового и исторического факультета,
Научный руководитель: И.С. Бессарабова, доктор педагогических наук, профессор
Волгоградский государственный социально-педагогический университет, Россия

Аннотация. В статье рассматривается проблема восприятия процесса обучения для детей из разных семей. Исходя из обществоведческих понятий, существует понятие нуклеарная и ненуклеарная семья, а также существует понятие благополучная и неблагополучная семья. Состояние современных семей и влияет всецело на процесс обучения каждого отдельного ребенка и на его индивидуальное развитие.

Ключевые слова: педагогика, образовательный процесс, трудный ребенок, обучение, школьный предмет, развод, сензитивный период.

Введение: данная тема является актуальной, так как уровень разводов в современной России возрастает, по многим причинам, но, от этого страдают дети, и не только психологически, это отражается на их учебном процессе. Особенно опасен развод родителей в сензитивный период развития ребенка. По словам великого советского психолога Л.С. Выготского, сензитивный период выпадает на возраст 5-7 лет.

Очень опасно подвергать детскую психику семейным неурядицам, так как после всего, что происходит в семье у ребенка будут складываться различные страхи, фобии, комплексы, плохая успеваемость в школе, в концепции «Я никому не нужен», «Я мешаю», «Им хорошо без меня» и пр. А также неблагоприятно будут складываться отношения со сверстниками. В этой работе будет исследоваться и доказываться, что развод родителей будет отрицательно влиять на психику ребенка.

Материалы и методы. В данной статье рассматриваются реальные примеры влияния семейной среды на благополучие и развитие ребенка в процессе изучения предметов в школе и развития его личностных навыков в процессе общения со сверстниками. Использованные методы в статье – практический метод, при использовании, которого были взяты случаи из нашей педагогической практики при обучении детей английскому языку, психологический, коммуникативный, индуктивный, дедуктивный методы.

Результаты исследования. Влияние семьи на ребенка оказывает наиболее важное и существенное влияние на формирование личности, в том числе на успешное воспитание школьников. Дети являются показателем уровня образования, культуры, духовности родителей. Формирование личности ребенка происходит под влиянием различных социальных отношений, в которые вовлечен ребенок. Моральная составляющая родителей, традиции и культура семьи, их поведение, жизненные планы и устремления, а также социальные связи имеют большое значение для формирования личности ребенка.

Исследователи указывают на полную и неполную семью, процветающую и неблагополучную семью – эти понятия были введены А.С. Макаренко, который сосредоточился на составе семьи. Неполная семья считается семьей, в которой нет отца или матери. Из-за того, что ребенок может быть неполноценным, он отличается от отношения детей из целых семей. Отсутствие одного из родителей может привести к возникновению чувства неполноценности, стресса, нервозности, зависти у детей из целых семей, из-за того, что другие дети имеют полноценную семью [9].

Семья может быть семьей, а не материей. Эти семьи хоть и не имеют кровного родства, но наличие «приемного родителя» способствует положительному воспитанию ребенка [4]. Психолого-педагогическая точка зрения – родительские функции, которые родители вряд ли смогут заменить, поскольку их роль в семье принципиально иная. Точно так же хуже, если дети живут с дядями, старшими братьями и сестрами или с другими родственниками. Ребенок глубоко переживает и страдает, если семейный очаг рушится. Разрушение семьи или развод, даже когда все происходит в высшей степени и без скандалов, неизбежно вызывает психическое расстройство и сильные чувства у детей. Конечно, это необходимо для того, чтобы ребенок оставался ребенком. Когда ощущения находятся в возрасте от 3 до 12 лет, последствия особенно острь. Мужчины реже остаются отцами, воспитывают детей без супругов, это связано с тем, что женщины отводят роль вынашивания и рождения ребенка. Мужчины являются отцами-одиночками, часто из-за определенных жизненных обстоятельств, например, если женщина хочет не мысленно готовиться к семейной жизни, она оставляет мужа и ребенка и покидает семью.

В неполной семье преобладает высокая степень уязвимости мальчиков; другие типы причин их беспокойства также возможны. Если в неполной семье нет мужчин, мать-одиночка пытается компенсировать этот недостаток и дополнить родительскую роль. Это означает, что женщина не сможет одновременно выполнять материнскую функцию любви, опираясь на мужскую строгость, требовательность, мужское доверие и авторитаризм. В глазах мальчика, похоже, что ребенок не может быть отражен в эмоциональном состоянии. В результате мальчик был не только отцом, но и отчасти материальным [8]. Мальчики в неполных семьях сильнее испытывают чувство одиночества и трудности в общении, чем дети из полной семьи.

Трудности, с которыми сталкивается ребенок в неполной семье:

1. отсутствие примера мужского (женского) поведения;
2. отсутствие отношений между двумя половинами;
3. отсутствие родительского образа жизни;
4. отсутствие полноценного источника знаний о мире;
5. психологическая уязвимость и отсутствие безопасности;
6. проблемы с дисциплиной и порядочностью;
7. проблемы межличностного общения и социальной адаптации.

В современном российском обществе идут большие изменения в семейных взаимоотношениях уже более 20 лет. На протяжении этого времени, доля разводов и появление матерей или отцов-одиночек уже стало обычным явлением для общества. Тем не менее, от этого страдают дети. Известно, что разводы родителей очень сильно влияют на психику ребенка. Психологи отмечают, что дети становятся трудными подростками, так как эта травма произошла в их сензитивный период развития (5-7 лет). Мы также столкнулись с такими примерами на своей практике.

Это поднимает проблему воспитания одного ребенка в семье. Предупреждение А.С. Макаренко известно. Макаренко отмечал, что воспитывать единственного сына или дочь гораздо сложнее, чем воспитывать нескольких детей [8, с. 52]. Как правило, родители уделяют максимум внимания одному ребенку, защищают его от всевозможных трудностей, чрезмерно покровительствуют, находясь во власти слепой, необоснованной любви. Трудность воспитания одного ребенка в семье, по мнению А.С. Макаренко, заключается в отсутствии коллективного воздействия на его личность. Кроме того, отсутствие сестер и братьев в семье обедняет жизнь ребенка, негативно сказывается на развитии его эмоциональной сферы, формировании чувств.

Говоря о современной семье, нельзя обойти молчанием такую проблему, как увеличение количества разводов. Это явление отражает разрушение старых и развитие новых основ семейных отношений, моральных норм.

Причины развода разные: противоречия между профессиональными и семейными ролями женщины; стремление супружеских пар к максимальной справедливости в распределении прав и обязанностей в семье, что вызывает внутрисемейные конфликты, ссоры. Это также относится к перегрузке женщины домашними делами, что негативно сказывается на семейных отношениях, создает напряженность в общении с детьми.

Известно, что больший процент разводов приходится на молодые супружеские пары (в возрасте от 20 до 30 лет). На протяжении многих лет отсутствие необходимой моральной и психологической подготовки молодого поколения к созданию семьи, к повседневной семейной жизни, к преодолению трудностей в первые годы совместной жизни является важной причиной распада семьи.

Низкая мораль брачного союза, безответственное отношение родителей (в основном отцов) к воспитанию детей и пьянство родителей также приводят к разводу. В связи с этим, возникает проблема воспитания ребенка в неполной семье. Дети из неполных семей чаще, чем их сверстники, растущие в полной семье, совершают безнравственные поступки и оскорблении. Об этом свидетельствуют исследования ученых. В частности, по словам А.Г. Харчевой, 53 % из 500 несовершеннолетних правонарушителей воспитывались без отца.

Устойчивый рост материального благосостояния семьи требует пристального педагогического внимания к формированию разумных потребностей у детей, умению управлять их желаниями и воспитанию ответственности перед семьей и обществом за свое поведение.

В последние десятилетия семья стала предметом пристального внимания учителей, психологов и социологов. Семья – это особая интимная система.

В отличие от других учебных заведений, семья способна влиять и, как правило, затрагивает все стороны, грани человека на протяжении всей его жизни. Этот огромный спектр воспитательной функции семьи сочетается с глубокой спецификой ее идеально-психологического воздействия, что делает ее не только чрезвычайно эффективной, но и необходимой связью в процессе формирования личности.

Специфика семейного воспитания заключается в том, что оно начинается с рождения ребенка, когда ему больше всего нужны забота и руководство со стороны взрослых. Находясь в течение длительного времени в постоянном непосредственном общении с родителями или другими членами семьи, ребенок постепенно включается в многогранную жизнь семейного коллектива, во все сферы человеческой жизни.

Перейдем к практической части. Анализируемыми объектами были мальчик и девочка, одинакового возраста 11 лет. Мальчик Миша К. был из неполной семьи, где его воспитывал отец и психически нездоровий родственник; отец был постоянно на работе, и ребенок был предоставлен самому себе, а также девочка из полной семьи, где родители занимали высокие должности и имели много времени на ребенка и его воспитание.

В процессе обучения английскому языку, у обоих детей были существенные различия в восприятии предмета. Мальчик запоминал плохо, часто опаздывал, с точки зрения невербального поведения часто имел отстраненный пустой взгляд, скрещенные руки и конфликтность в поведении. Отличалась молчаливостью или скованностью речи, и коммуникации с другими детьми для него проходили проблемно. Например, он заикался если нужно было спросить у сверстника передать ему тетрадь, попросить закрыть дверь и пр., тем самым становился объектом насмешек и унижений.

Если говорить о втором ребенке, то особых отклонений в поведении не было. Девочка, Даши Б., быстро воспринимала учебный материал, ей было легко учить правила и запоминать слова, а также общаться с одноклассниками и иметь близких подруг. Было также легко общаться и находить общий язык и с учителями. Причем, оба ребенка учились в одном классе, успеваемость обоих сильно отличалась. Ребенок из неполной семьи был троекщиком, а девочка была отличницей. Тем не менее, на успеваемость также влияли такие факторы, как:

1. Пример родителей;
2. Отношение классного руководителя к ребенку;
3. Отношение к детям со стороны учителей в школе;
4. Наличие или отсутствие одного из родителей;
5. Участие родителей в воспитании ребенка;
6. Наличие деликта или девиантного признака в поведение окружающих ребенка родственников.

Известно, что в неполной семье, где живет мальчик, не поставлена цель стараться учиться, достигать результата, успехов и прочего. Его родители, находясь в разводе, не интересуются его успеваемостью. Отец не проверяет сделанное домашнее задание. По словам ребенка, он ездит на рыбалку и смотрит телевизор. Из-за незаинтересованности в личной и учебной жизни ребенка, мальчик стал более скрытым, стеснительным, а также конфликтным. Он не выполняет домашнюю работу в школе и от репетитора, дома отсутствуют художественная, научная литература, также ребенок плохо читает и разговаривает. Также из-за того, что дома не всегда спокойная обстановка, он стал заикаться и в школе и дома.

Девочка, из благополучной семьи, наоборот имеет много друзей, она открытая, общительная и неконфликтная. Успеваемость в школе хорошая, так как мама часто встречает ее с занятий и также

поддерживает ее в ее творческой деятельности – девочка хорошо рисует и учится дополнительно в художественной школе, и вместе с родителями они часто ездят в галереи, художественные магазины, музеи и в другие города. Помимо этого, каждые выходные девочка и ее родители проводят время вместе – вместе готовят, убираются, ходят гулять.

Что касается школьной успеваемости, хотелось бы привести отличия в успеваемости детей в таблице 1.

Таблица 1

**Успеваемость Миши К. и Даши Б. на примере усвоения
предмета английского языка (Оценка по десятибалльной шкале)**

Дети/пункты	Усвоение нового материала	Запоминание новых слов	Чтение	Говорение	Аудированиe
Миша К.	4	2	1	1	0
Даша Б.	10	10	9	9	10

Таким образом, можно сделать вывод, что дети в полных благополучных семьях развиваются намного быстрее и успешнее тех, кто рос в неполных, так как говорил З. Фрейд, влияние родителей и особенно участие обоих родителей в воспитании имеет очень важную роль для становления успешной личности, которая в итоге будет строить такую же модель семьи для себя в будущем.

Выводы. С самого рождения ребенок и родители связаны невидимой «нитью», и формирование личности напрямую зависит от того, какие отношения формируются между ними. Поэтому очень важно, чтобы ребенок рос в полной семье, исходя из нашего исследования.

Влияние семьи особенно важно в начальный период жизни ребенка и намного превосходит все другие образовательные влияния. Согласно исследованиям, семья опережает как школу, так и средства массовой информации, влияние улицы, друзей, литературы и искусства. Это позволило учителям вывести зависимость: успешность формирования личности определяется в первую очередь семьей. Чем лучше семья, тем лучше это влияет на воспитание.

В данной работе проанализирована психолого-педагогическая литература по исследуемому вопросу, определены теоретические основы семейного воспитания и охарактеризованы его формы на основе работ известных педагогов-психологов, рассмотрены методы и средства воспитания детей в семье.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Большая Советская Энциклопедия, 1954. – Т 30 – С. 404.
2. Выготский, Л.С. Психология развития ребенка / Л.С. Выготский. – М., Просвещение, 1937.
3. Зимняя, И.А. Педагогическая психология: для студентов педагогических и психологических специальностей / И.А. Зимняя. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. – С. 480.
4. Каиров, И.А. Педагогический словарь: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / И.А. Каиров. – М.: изд-во Академии педагогических наук, 1960. – С. 13–14.
5. Коджаспирова, Г.М. Словарь по педагогике / Коджаспирова Г.М.
6. Коджаспиров, А.Ю. Учебник для ВУЗов / А.Ю. Коджаспиров. – М.: ИКЦ «МарТ», 2005. – С. 448.
7. Лордкипанидзе, Д.О., Я.А. Коменский издание 2 / Д.О. Лордкипанидзе. – М: Педагогика, 1970.
8. Макаренко, А.С. Книга для родителей / А.С. Макаренко. – М., Просвещение, 2003.
9. Макаренко, А.С. О воспитании в семье / А.С. Макаренко. – М., Просвещение, 1920.
10. Михайленко, О.И. Общая педагогика: Уч. пособие для студ. / О.И. Михайленко. – 2008. – 487 с.
11. Ожегов, С.И. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений. Российская академия наук. Институт русского языка им. В.В. Виноградова. – 6-е изд., дополненное / С.И. Ожегов. – М.: Азбуковник, 2006. – 944 с.
12. Особенности психического развития детей 6-7-летнего возраста // под ред. Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера. – М., МГУ, 2000. – 126 с.
13. Педагогическая Энциклопедия, 1966. – Т. 30 – С. 266.
14. Практическая психология образования // под ред. И.В. Дубровиной. – М., 2006. – 248 с.

Материал поступил в редакцию 24.11.20

**THE INFLUENCE OF FAMILY WELL-BEING
ON THE DEVELOPMENT OF COGNITIVE AND PERSONAL
SKILLS OF A CHILD IN MODERN RUSSIAN FAMILIES**

A.A. Belikina, Student of the Faculty of Law and History
Research Advisor: I.S. Bessarabova, Doctor of Pedagogic Sciences, Full Professor
Volgograd State Pedagogical University, Russia

***Abstract.** The article examines the problem of perception of the learning process for children from different families. Based on social science concepts, the concept of a nuclear and non-nuclear family, as well as from this concept, a prosperous and dysfunctional family. The state of modern families affects entirely the learning process of an individual child and his individual development.*

Keywords: pedagogy, educational process, difficult child, learning, school subject, divorce, sensitive period.

УДК 355/359.08

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И ФОРМЫ ПОВЫШЕНИЯ БОЕВОГО ДУХА ВОЙСК ПРИ ПОДГОТОВКЕ И В ХОДЕ БРУСИЛОВСКОГО ПРОРЫВА

А.В. Машкин, преподаватель

Федеральное государственное казенное военное образовательное учреждение высшего образования
Военный учебно-научный центр Сухопутных войск «Общевойсковая ордена Жукова
академия Вооружённых Сил Российской Федерации» (Москва), Россия

Аннотация. В статье раскрыты виды и основные мероприятия духовно-нравственного воспитания в ходе подготовки и проведения «Брусиловского прорыва» в Первой мировой войне. Проанализирован вклад генерала Брусилова А.А. по организации формирования и поддержание морально-психологического состояния военнослужащих Юго-Западного фронта в 1916 году. Обобщены основные недостатки духовно-нравственного воспитания рассматриваемого периода.

Ключевые слова: духовно-нравственное воспитание, «Брусиловский прорыв», морально-психологическое состояние личного состава, формирование и поддержание морально-психологического состояния.

В общем комплексе проблем, связанных с историей Первой мировой войны, есть немало таких, которые вызывают значительный интерес. К их числу можно отнести настроения, морально-психологическое состояние солдатских масс, офицерского состава, которые во многом предопределили судьбу русской армии исследуемого периода.

Анализируя боевые действия Первой мировой войны, следует подчеркнуть, что в рассматриваемом периоде понятия «морально-психологического обеспечения» не существовало, однако весь комплекс организационных, политических, информационно-воспитательных мероприятий, проводимых государственным, религиозным, военным, военно-религиозным руководством страны, всеми органами военного управления в целях формирования и поддержания высокого морального духа, устойчивого морально-психологического состояния, военно-профессиональных качеств, необходимых для успешного выполнения боевых задач, проводился в полном объёме. Формой этой деятельности стало духовно-нравственное воспитание, основными видами которого являлись: информационно-воспитательная работа, религиозно-нравственная работа, военно-социальная работа, психологическая работа, культурно-досуговая работа, антисектантская деятельность [5].

Идеологической основой духовно-нравственного воспитания личного состава армии в рассмотренном периоде выступает идея общности религиозных, государственных и национальных интересов общества, нашедшая своё отражение в лозунге «За Веру, Царя и Отечество».

После неудач Русской армии на Юго-Западном и Западном фронтах в 1915 году, правительству пришлось идти на крайние меры для восстановления боевой способности армии, в том числе, на кадровые изменения в высшем военном руководстве.

В марте 1916 года генерал Брусилов А.А. принял командование Юго-Западным фронтом протяженностью 550 км, включавшим в себя четыре армии (7, 8, 9 и 11-ю): 534 000 штыков, 60 000 сабель, 1770 легких и 168 тяжелых орудий [1].

Основными направлениями воспитания войск его армий явились: религиозная пропаганда, преданность существующему государственному строю и порядку, преданность верховной власти

в лице царя, а также чувство патриотизма – сознательной любви к Родине с её достижениями материальной и духовной культуры, бытовым укладом.

При подготовке к широкомасштабному наступлению, под непосредственным руководством командующего Юго-Западным фронтом в подчинённых войсках практически проводились мероприятия по всем видам духовно-нравственного воспитания.

Мероприятиями информационно-воспитательной работы явились: разъяснение причин и справедливого характера войны, славных побед русской армии в минувших войнах, под командованием талантливых полководцев, её боевых традиций; воспитание у солдат веры в непобедимость русского народа и его армии, гордости за принадлежность к званию русского воина, к своей части.

Значительная работа проводилась в войсках по раскрытию «образа врага». Существенный вклад в решение этой задачи вносила военная периодическая печать, в том числе фронтовые и армейские газеты, листовки и другие печатные материалы, адресованные непосредственно солдатам. Характерным для такого рода материалов было изображение врага в образе зверя, варвара. При этом, отрицалась сама принадлежность его к «культурному миру». Подтверждением данного положения служат заголовки фронтовых газет: «Невероятные зверства германцев», «Христиане или немцы?», «Германские неистовства», «Люди или звери?», «Как воюют палачи» и другие. В этих же целях широко публиковались в печати и разъяснялись солдатской массе систематические нарушения противником законов и обычаев войны, в частности солдат информировали:

- немцы первые стали применять разрывные пули и первые пустили на русские войска удручающие газы (хлор);
- вопреки всяkim международным конвенциям и договорам немецкая авиация бомбардирует госпиталя, санитарные поезда и пароходы;
- захватывая русские города и сёла, немцы грабят мирное население, подвергая изощренным пыткам и издевательствам стариков, женщин и детей;
- очень жестоко и бесчеловечно германские войска обращаются с русскими военнопленными. Немецкие солдаты хладнокровно добивают на поле боя раненых русских солдат, а захваченных в плен отправляют на каторжные работы, обрекая на полуоголодное рабское существование в отвратительных нечеловеческих условиях.

Все это явилось той почвой, на которой проявились лучшие морально-боевые качества русского солдата и офицера в предстоящем наступлении. Об этом убедительно свидетельствуют действия воинов при ведении боевых действий, в том числе и по количеству людских (кровавых) потерь и попавших (или сдавшихся) в плен воинов. По периодам войны эти данные представлены в таблице и характеризуются следующими данными (в процентах) [4]:

Таблица 1

Период	Категории	Процентное соотношение		Всего %
		Кровавые потери	Пленные	
1915 г.	офицеры	80	20	100
	солдаты	63	37	100
1916 г.	офицеры	92	8	100
	солдаты	86	14	100

Количество пленных, согласно представленным статистическим данным, в 1916 году было в два раза меньше, чем в предыдущем, зато больше было среди них кровавых потерь. Это свидетельствует о высоком боевом настрое, самопожертвовании ради спасения своего государства.

Религиозно-нравственная работа в войсках фронта Брусилова А.А. играла особую роль. Должное воздействие на воспитание солдат и офицеров оказывала церковь через своих представителей в армии – военных священников. С началом вступления в должность генерал Брусилов приказал в каждой части проводить церковные проповеди (в устной и письменной форме) и литургические сугубые молитвы о здравии и упокоении с публичным провозглашением имён поминаемых.

По приказу Брусилова полковой священник во время сражения должен был находиться среди воинов для их ободрения, молитвы, утешения раненых и совершения таинства причастия. Основными формами религиозно-нравственной работы являлись: проповедь, внебогослужебные беседы, религиозные чтения, преподавание Закона Божия, самостоятельное изучение духовной литературы, использование потенциала средств массовой информации, применение средств наглядной агитации.

Психологическая подготовка всех категорий личного состава к предстоящей наступательной операции.

Операцию готовили 1,5 месяца. В тылах всех армий были оборудованы учебные городки с укреплениями, где проходили занятия.

Солдат учили преодолевать заграждения, захватывать и удерживать позиции противника, артиллерия готовилась разрушать заграждения и оборонительные сооружения, сопровождать огнем свою пехоту. Таким образом, в ходе проведения плановых занятий по боевой подготовке реализовывался принцип создания условий, максимально приближённых к обстановке реального боя.

Офицеров и унтер-офицеров, а также солдат, имеющих боевой опыт и пользующихся в своей среде авторитетом, учили оказывать психологическую помощь новобранцам при адаптации к воинской службе и в ходе боя. Проводились напутствия солдат священниками и общая молитва перед боем. Немало делалось для того, чтобы солдаты не боялись быть ранеными. Офицеры и старослужащие воины делились своим опытом о ранениях, убеждая молодых солдат, что при ранении нестерпимой боли не бывает. Кроме того, солдатам разъясняли, что для того, чтобы их ранить или убить, надо потратить столько свинца, сколько весит его тело. Поэтому на стрельбище при проведении учений показывали, как даже в спокойном состоянии духа много пуль летит мимо цели. Обращалось внимание и на то, что в бою будет организована санитарная служба, что раненый солдат не будет брошен и будут люди, которым вменено в обязанность, помочь ему при ранении, вынести его с поля боя и вылечить. А об инвалидах позаботится государство, при том быть инвалидом даже почетно. Инвалид не в тягость обществу, а славное напоминание о совершенном подвиге [8].

После боевых действий при общем построении воинских частей служилась торжественная панихида по павшим в боях воинам. Этот обычай создавал трогательное настроение у солдат и офицеров. Слушая длинный ряд имён тех, кто душу свою положил «За Веру, Царя, и Отечество» каждый солдат и офицер ощущал свою крепкую связь с теми, кто ушел в мир иной, с боевой историей родной им части.

Важным аспектом в победе главнокомандующий Юго-Западным фронтом считал поддержание дисциплины и организованности личного состава.

Брусилов не боялся идти на самые жёсткие и непопулярные меры, когда считал их необходимыми. Наводя порядок в сломленных отступлением войсках, Брусилов счёл себя вынужденным издать приказ, где были такие строки: «Для малодушных, оставляющих строй или сдающихся в плен, не должно быть пощады; по сдающимся должен быть направлен и ружейный, и пулемётный, и орудийный огонь, хотя бы даже и с прекращением огня по неприятелю; на отходящих, или бегущих действовать таким же способом, а при нужде не останавливаться также и перед поголовным расстрелом... Слабодушным нет места между нами и они должны быть истреблены» [7].

Историк Николай Яковлев, приводя этот приказ, отмечает, что, хотя приказ не очень широко применялся, но нагнал страху в войсках. Когда для укрепления дисциплины в Русской армии пришлось восстановить практику телесных наказаний (существовавшую во всех армиях мира, но в Российской отменённую в 60-е годы XIX века), Брусилов широко развил её применение. Новое пополнение частенько прибывало на фронт с недостачей в материальной части: вновь мобилизованные по дороге на фронт обменивали кое-что из казённого обмундирования на сало, водку, махорку и т. д. Главнокомандующий фронтом приказал давать каждому прибывшему с недостачей по пятьдесят ударов плетью. Порка, как отмечал Брусилов в одном из донесений, дала «отличные результаты» – слух о наказаниях распространился далеко в тыл, и пополнения стали прибывать без недостачи в казённом имуществе.

Одним из основных направлений духовно-нравственного воспитания в армиях Брусилова являлась военно-социальная работа, основными формами которой являлись:

- изучение социальной ситуации в подразделении;
- обучение грамоте воинов;
- оказание медицинской помощи раненым в лазаретах;
- погребение погибших воинов;
- благотворительная деятельность.

Анализ источников позволил сделать вывод о том, что одним из основных видов духовно-нравственного воспитания являлась культурно-досуговая работа – комплекс проводимых в часы досуга информационных и воспитательных мероприятий по формированию у российских воинов христианского мировоззрения, удовлетворение культурных потребностей и снятие психической напряженности.

Брусиловым установлены основные формы культурно-досуговой работы в частях фронта:

- хоровое пение нижними чинами общественных молитв;
- занятия с церковным хором;
- чтения с «волшебными фонарями» (чтения с «туманными картинками»);
- личные беседы командиров и священнослужителей с военнослужащими;
- антиалкогольные компании;
- шуточные викторины и соревнования;
- проведение полковых праздников.

Военные пастыри с помощью офицерского состава проводили активную антисектантскую работу. В результате контент-анализа литературы был сделан вывод о том, что основными формами этой деятельности являлись обличительная проповедь, произнесенная священником и беседы с нижними чинами, осуществляемые офицерским составом.

Мероприятия духовно-нравственного воспитания, проводимые в войсках Брусилова А.А. вскоре дали свои результаты.

Обратимся к оценке русского белоэмигрантского военного историка Антона Керновского, который счёл нужным написать о победе на фронте в 1916 году, прославившей имя генерала Брусилова, такие слова: «...Когда после несчастий 1915 года самые мужественные пали духом, он (Брусилов) один сохранил твёрдую веру в русского офицера и русского солдата, в славные русские войска. И войска отблагодарили полководца, навеки связав его имя с величайшей из своих побед» [6]. Брусилов знал силу и слабость, прежде всего, своей 8-й армии и с удовлетворением отмечал – к весне войска полностью оправились от предыдущих неудач, хорошо доукомплектовались, вооружились, получили полный комплект артиллерии, в том числе тяжелой, и боеприпасов к ней. Люди хорошо отдохнули и имели высокий морально-боевой дух. После назначения главнокомандующим он лично проинспектировал некоторые части 7-й, 9-й и 11-й армий и убедился в их достаточной боеготовности, высоком моральном духе, и принял решение добиваться для своего фронта более решительных задач [3].

В наступлении, названном впоследствии его именем, войска Брусилова применили принципиально новую тактику прорыва укреплённых позиций – «огневой вал», который был короткой артиллерийской подготовкой. Атака начиналась не после него, а непосредственно под его прикрытием. Прижатая артиллерийским огнём пехота противника не могла оказать сопротивления. Атакующие войска врывались в первую линию траншей врага. Вслед за этим «огневой вал» переносился дальше, на вторую линию обороны, на третью и т. д. При этом атакующие войска шли четырьмя волнами. Уставшая, понесшая потери первая волна закреплялась на захваченных позициях, а дальше шла вторая волна пехоты и т. д.

Изобретённая Брусиловым тактика прорыва была широко применена на Юго-Западном и Западном фронтах в последний год войны и способствовала уверенности войск в своих силах, а, следовательно, повышению психологической готовности к выполнению боевой задачи.

22 мая (4 июня) 1916 года русская артиллерия в ходе артподготовки начала огонь по позициям противника. Причём огонь вёлся не монотонно, а с перерывами, нанося попеременно удары то по его переднему краю, то по позициям в глубине. В 10 часов утра артиллеристы перенесли огонь на вторую линию позиций неприятеля. На первой позиции австрийцы вышли из укрытий, но снова огонь был открыт по ним. Оставляя в полуразрушенных окопах убитых и раненых, австро-венгры и немцы искали спасения в убежищах, блиндажах. Два раза через равные промежутки времени русская артиллерия прекращала огонь на 15 минут и два раза на протяжении 10-20 минут вела его по тылам противника. Это дезориентировало, деморализовывало, угнетало, подавляло неприятеля.

И только в полдень ринулась в атаку русская пехота. Она шла волнами, в некоторых местах, почти не встречая организованного сопротивления и неся относительно небольшие потери. Начался «Брусиловский прорыв» – наступательная операция гигантского масштаба.

Одним из важных результатов победы на фронте была моральная солидарность всего народа России с его армией.

Рабочие, крестьяне, духовенство, купечество, студенты, профессора буквально забросали штаб телеграммами. «Поздравляю, целую, обнимаю, благословляю», написал Брусилову великий князь Николай Николаевич, бывший верховный главнокомандующий русской армией. Позже А.А. Брусилов скажет: «Это были лучшие дни моей жизни, ибо я жил одной всеобщей радостью со всей Россией» [2].

В тоже время выделяется ряд недостатков духовно-нравственного воспитания в армиях Брусилова А.А., основными из которых являлись:

– отсутствие единого понимания сути процесса достижения духовного превосходства своих войск над противником. В военную практику не внедрена система морально-психологического воздействия на противника.

– проникновение антиправительственных настроений и идей леворадикальных партий в армию;

– утрата авторитета офицерских кадров;

– процесс духовно-нравственного воспитания носил субъективный характер.

Долгое время основным видом воспитательной работы с военнослужащими оставалась строящаяся подготовка.

К 1917 году в войсках была утеряна общенациональная идея.

Обобщив характерные черты духовно-нравственного воспитания личного состава рассматриваемого периода, можно сделать следующие выводы:

– происходит становление мировоззренческой основы морально-психологической подготовки в российской армии как идеи общности религиозных, государственных и национальных интересов россиян, что находит своё выражение в лозунге «За Веру, Царя и Отечество»;

– в армии широко применялись религиозно-нравственные формы и методы воздействия;

– происходит постепенная институализация духовной (морально-психологической) сферы российской военной организации;

– в армии восстановлена практика дисциплинарных воздействий, в том числе физических наказаний для низших чинов;

– «Брусиловский прорыв» явился важной вехой в деятельности по формированию и поддержанию морально-психологического состояния личного состава российской армии.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Александров, Б.Ю. А.А. Брусилов: военная и общественно-политическая деятельность 1877 – 1924 гг. Автореф. дисс. ... канд. ист. наук / Б.Ю. Александров. – М., 2009.
2. Базанов, П.Н. Жизнь и звёздный час Брусилова / П.Н. Базанов // Наука России. – 2006. – № 4 – С. 91–98.
3. Брусилов, А.А. Воспоминания / А.А. Брусилов. – М.: Воениздат, 1983. – Т. 1. – 140 с.
4. Залесский, К.А. Кто был кто в Первой мировой войне / К.А. Залесский. – М.: ACT, 2003. – 896 с.
5. Краснов, П.Н. Душа армии. Русская военная эмиграция о морально-психологических основах российской вооруженной силы. Российский военный сборник / П.Н. Краснов. – М., 1997. Вып. 13. – С. 116–117.
6. Кресновский, А.А. История Русской Армии 1915 – 1917 гг. / Публ. Хлодовского / А.А. Кресновский. – М.: Голос, 1994. – Т. 4. – 368 с.
7. Ростунов, И.И. Генерал Брусилов / И.И. Ростунов. – М.: Воениздат, 1964.
8. Рыжов, К.В. Алексей Брусилов. Сто великих россиян / К.В. Рыжов. – М., 2003. – С. 305–310.

Материал поступил в редакцию 25.11.20

THE MAIN DIRECTIONS AND FORMS OF IMPROVING THE MORALE OF TROOPS IN THE PREPARATION AND DURING THE BRUSILOV OFFENSIVE

A.V. Mashkin, Lecturer

Federal State-Owned Enterprise Military Training and Research Center of the Ground Forces Combined Arms of the Order of Zhukov Academy of the Armed Forces of the Russian Federation (Moscow), Russia

Abstract. The article reveals the types and main activities of spiritual and moral education during the preparation and conduct of the "Brusilov offensive" in the First World War. The contribution of General A. A. Brusilov to the organization of the formation and maintenance of the moral and psychological state of the South-Western front servicemen in 1916 is analyzed. The main shortcomings of spiritual and moral education of the considered period are summarized.

Keywords: spiritual and moral education, "Brusilovsky offensive", moral and psychological state of personnel, formation and maintenance of moral and psychological state.

УДК 329.78

МЕТОДОЛОГИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМ ПРЕЕМСТВЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ ОБЩЕСТВЕННЫХ ОБЪЕДИНЕНИЯХ И КУРСАНТОВ

А.А. Чистяков, аспирант

Костромской государственный университет, Россия

Аннотация. В статье рассматривается методология и методы конкретных исследований, опирающихся на диалектику и теорию познания. Правильно применённая методология и методы позволяют научно обосновать содержание, формы и методы преемственности военно-патриотического воспитания в общественных детско-юношеских объединениях и воспитания курсантов. Достоверно оценить историю и опыт практики детских и молодёжных объединений, в сфере педагогики социального воспитания.

Ключевые слова: педагогика, воспитание, социальное воспитание, методология, методы исследования.

В современных капиталистических отношениях в российском обществе лишь часть рекомендаций ученых, педагогов по воспитанию патриотизма в советское время применима напрямую. В современном государстве появились новые коммуникативные механизмы, интернет, социальные сети, в которых общается юношество и дети. Следовательно, изменённая воспитательная среда нуждается в описании и анализе, в рекомендациях в соответствии с новым временем. В том числе и обеспечения преемственности между деятельностью детско-юношеских общественных объединений и воспитанием курсантов. Эта преемственность является, на наш взгляд, важным фактором профессионального становления военнослужащих.

Отсюда вытекает необходимость методологически правильно обеспечить исследование проблемы социально – педагогического обеспечения преемственности военно-патриотического воспитания в детско-юношеских общественных объединениях и курсантов военных центров подготовки, трактуя его как фактор профессионального становления военнослужащих. Еще в период, предшествующий факту распада Советского Союза в философской, исторической, педагогической науке была инициирована дискуссия, конечной целью которой было изменение методологии развития общества и государства, развития науки. Вместо формационного материалистического основания предложено было несколько иных методологических подходов и теорий: конвергенции двух факторов, цивилизационный подход и другие.

Но за прошедшие десятилетия эти методологические подходы не доказали своей универсальности, а в нашем случае не позволяют выявить и обосновать совокупность положений концепции профессионального становления военнослужащих. А ведь решая эту проблему предстоит решить несколько задач: выявить и охарактеризовать содержание, формы и методы преемственности военно-патриотического воспитания в общественных детско-юношеских объединениях и воспитания курсантов. Выявить и подтвердить опытным путем комплекс условий, обеспечивающих профессиональное становление военнослужащих. Уточнить понятие преемственности, применительно к деятельности детско-юношеских общественных объединений и воспитания курсантов. Поэтому мы считаем необоснованным отказ от материалистических принципов марксовой и гегелевской теорий.

Методологической основой исследования, обозначенной в теме, явилась теория познания. Важнейшими методологическими принципами, для проведения исследования, являлись общенакальные принципы научной объективности и историзма. Принцип историзма был применён, чтобы проследить динамику развития законотворчества в области молодежной политики как в сфере общего образования, так и в сфере военного образования. Объективность требовала рассмотрения преемственности в воспитании патриотизма всесторонне, с учетом конкретно-исторических условий жизнедеятельности общества, изучая всю совокупность фактов и социокультурной жизни и изменений в науке педагогики. Объективность требовала подхода к исследованию возникновения, развития, отмирания или превращения в другое молодёжное движение, изменения в содержании и формах патриотического воспитания, как среди допризывной молодежи, так и военнослужащих, преемственность в передаче этого опыта.

Объективность позволила подвергнуть сомнению выводы, построенные на сформировавшихся в педагогике стереотипах оценки государственной политики в отношении молодёжных объединений, детского движения, и молодежи, не состоящей в объединениях как о едином поступательном, позитивном непротиворечивом процессе, в воспитании военнослужащих и становлению у них профессиональных качеств, учёта опыта патриотического воспитания в детско-юношеских общественных объединениях. Системный подход тоже играл важную роль в проводимом исследовании при изучении социальных явлений, идеи о человеке, как субъекте, познающем и преобразующем окружающий мир и самого себя в процессе деятельности.

В определении методологических, теоретических подходов к исследованию преемственности в деятельности общественных детско-юношеских объединений и воспитанию патриотизма в военных учебных заведениях большую роль сыграли труды в области методологии истории развития образования и педагогической мысли (Н.Ф. Басов, В.М. Богуславский, С.Ф. Егоров, Т.Б. Игнатьева, Г.Б. Корнетов, З.И. Равкин), методологии исследования деятельности общественных детско-юношеских объединений (А.Г. Кирпичник, В.А. Кудинов, Ю.В. Кудряшов.)

Теоретическую основу исследования составили труды отечественных педагогов, психологов, историков, философов по проблемам развития и социализации личности, деятельности общественных объединений, включая и детско-юношеские объединения, детское движение в целом. (А.Г. Асмолов, А.В. Брушлинский, И.С. Кон, Б.Ф. Ломов, А.В. Мудрик, А.В. Петровский, М.И. Рожков, С.Л. Рубинштейн); обоснование идей о воспитательном пространстве и воспитательной среде (Л.П. Буева, А.С. Макаренко, Ю.С. Мануйлов, Л.И. Новикова, Н.Л. Селиванова и др.); концептуальные подходы к определению роли и значения детской общественной организации, использованию ее роли в передаче социального опыта, формированию патриотизма (Л.В. Алиева, Т.Ф. Асафова, Л.В. Байбординова, Н.Ф. Басов, А.В. Волохов, А.Г. Кирпичник, В.А. Кудинов, Ю.В. Кудряшов, Р.А. Литвак, О.В. Попова, К.Д. Радина, М.И. Рожков, Т.А. Ромм, И.И. Фришман и др.); теоретические разработки в области военной педагогики (И.Е. Будовский, В.И. Вдовюк, Е.С. Иванов, А.И. Каменев, В.А. Козлов и другие).

При проведении исследования проблемы важную роль играют правильно используемые и применяемые методы. За последние десятилетия они мало изменились, хотя существенное влияние оказала цифровизация государства и общества, система Интернет. К ним можно отнести теоретические (анализ философской, социологической, педагогической, исторической литературы, систематизация, классификация, моделирование), эмпирические (изучение, обобщение массового передового педагогического опыта, практики, включённое наблюдение, опросные методы: беседы, интервью, тестирование, анкетирование), анализ документов, создание базы данных и качественная обработка полученных результатов. Важную роль играют используемые источники. В последние годы появились новые формы доступа к ним, в первую очередь цифровые, система Интернет. Государственные органы и общественные объединения широко их используют, что ускоряет к ним доступ, позволяет подвергать проверке, обеспечивает их достоверность. Стали доступнее официально опубликованные нормативно-правовые документы в сфере образования в России периода XX-XXI века, документы, министерства обороны России, архивные материалы, воспоминания, публикации периодической печати, публикации в системе Интернет, документы ВЛКСМ, Всесоюзной пионерской организации, Всемирной организации скаутского движения, Российского движения школьников, движения Юнармии, историко-педагогические исследования проблем детско-юношеского движения России, социологические исследования военнослужащих.

Важен также понятийный аппарат, который требует осмысления в современных условиях применительно к каждой конкретной теме.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Кудинов, В.А. Историческая обусловленность подростковых и юношеских организаций / В.А. Кудинов // Вестник КГУ. – 2016. – № 3. – С. 235.
2. Кудинов, В.А. Теоретико-методологические основы изучения скаутинга как воспитательной системы личности подростка / В.А. Кудинов, О.В. Попова // Вестник КГУ имени Н.А. Некрасова. – 2008. – Том 14. – Серия Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – № 6. – С. 230–234
3. Мудрик, А.В. Социальное воспитание в воспитательных организациях / А.В. Мудрик // Вопросы воспитания. – 2010. – № 4 (5). – С. 38–43.
4. Ромм, Т.А. Социальное воспитание: эволюция теоретических образов: монография / Т.А. Ромм. – Новосибирск: Наука, 2007. – 380 с.

Материал поступил в редакцию 01.12.20

**RESEARCH METHODS AND METHODOLOGY
IN THE AREA OF MENTORING CONSISTENCY IN CHILDREN'S
AND YOUTH SOCIAL ORGANIZATIONS AND OFFICER CANDIDATES**

A.A. Chistyakov, Graduate Student
Kostroma State University, Russia

***Abstract.** The article studies the methodology and methods of specific research based on dialectics and cognitive theory. The appropriate use of methodology and methods allow us to validate the content, forms and methods of military-patriotic mentoring consistency in social children's and youth organizations and officer candidates' training as well as evaluate the history and practical experience of children's and youth organizations in the area of pedagogy and social upbringing.*

Keywords: pedagogy, mentoring, social upbringing, methodology, research methods.

Educational psychology
Педагогическая психология

УДК 37.015.3

ПРОФИЛАКТИКА АГРЕССИВНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

А.А. Швидкий, студент 2 курса

Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт, Россия

Научный руководитель: С.С. Петрова, кандидат педагогических наук,
доцент кафедры ППО НТГСПИ

Аннотация. Изучение проблемы агрессивного поведения людей является одним из самых популярных направлений исследовательской деятельности психологов всего мира; регулярно проводятся международные конференции, симпозиумы и семинары по этой теме, многие специалисты затрагивают её в своих теоретических исследованиях (Р. Бэрон, Д. Ричардсон, Л. Берковиц, А.А. Реан, А.И. Захаров, Л.М. Семенюк, Л. Выготский). Данная проблема особенно актуальна в нынешнее время, так как сейчас детская агрессивность "помолодела"; если раньше она проявлялась преимущественно в подростковой среде, то сейчас повышенная агрессия всё чаще наблюдается уже на уровне начальных классов, что подтверждается многими учителями. Данная проблема является актуальной ещё и потому, что агрессивность, оставленная без внимания, с годами может лишь "закрепиться" в характере человека и привести его к преступлениям и прочим нежелательным последствиям, поэтому стоит обращать особое внимание на агрессивность именно среди младших школьников, так как они лучше поддаются положительному влиянию, чем те же подростки, и охотнее идут на контакт.

Задачи данного исследования:

- 1) Провести обзор литературы по проблеме агрессивного поведения младших школьников;
- 2) Выявить причины и особенности проявления агрессивности в младшем школьном возрасте;
- 3) Разработать рекомендации по профилактике агрессивного поведения младших школьников.

Ключевые слова: ребёнок, определения агрессии, формы детской агрессии, причины детской агрессии, высокий уровень агрессии.

Сначала выясним, что понимают под агрессией, какова ее структура и природа.

Пытаясь дать определение агрессии, мы сталкиваемся с трудностями, потому что этот термин подразумевает большое разнообразие действий и состояний, из-за чего каждый человек, по сути, может составить своё собственное определение. Так, например, для одних людей громкий, повелительный голос собеседника является признаком агрессии, в то время как другие даже не обратят на это внимания. Так что даже поиск пригодного определения для данного термина уже является трудной задачей.

Р. Бэрон и Д. Ричардсон составляют определение агрессии из трёх частных положений:

1. Агрессия обязательно подразумевает преднамеренное, целенаправленное причинение вреда жертве;
2. В качестве агрессии может рассматриваться только такое поведение, которое подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам;
3. Жертвы должны обладать мотивацией избегания подобного обращения с собой.

Некоторые исследователи придерживаются следующего мнения: чтобы те или иные действия можно было квалифицировать, как агрессию, они должны не только приводить к негативным последствиям, таким, как обида или оскорблениe, а ещё и совершаться с определённым намерением. И, наконец, третья точка зрения, высказанная Зильманом, ограничивает употребление термина агрессия попыткой нанесения другим телесных или физических повреждений.

В настоящее время большинством исследователей принимается следующее определение: агрессия — это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

По Н.А. Дубинко, агрессивное поведение младшего школьника чаще всего выражается в формах враждебности, жестокости и демонстрации.

Враждебность узконаправлена и всегда имеет определённый объект. Стоит отметить, что нередко люди, находящиеся во враждебных отношениях, прямой агрессии друг к другу не проявляют, опасаясь последствий.

Под жестокостью как личностной чертой следует понимать стремление к причинению страданий, мучений, выражющееся в действиях, бездействии, словах, а также фантазировании соответствующего содержания. Жестокость может быть преднамеренной и непроизвольной, реализующейся в определённых действиях, верbalном поведении, причинение мучений словами или в воображении – фантазировании, оперирующим образами истязаний, мучений людей и/или животных.

Демонстрация — это показ возможности нападения. Иногда демонстрация бывает полезна, так как, вызывая у противника страх, она позволяет выиграть стычку, не прибегая к физическому противоборству, нежелательному для обеих сторон.

Т.Б. Горшечникова и Л.Н. Дородницына выделили следующие факторы агрессивного поведения [1]:

1) Семейные отношения и методы воспитания. Уровень агрессии выше у детей, родители которых используют для воспитания физические наказания, угрозы, не поощряют детей за хорошее поведение, препятствуют их общению со сверстниками.

2) Нарушения социальной адаптации. Уровень агрессии выше у тех детей, семья которых сменила место жительства.

3) Нарушения школьной адаптации. У испытуемых с проблемами в отношениях с одноклассниками, с учителями – более высокий уровень агрессии.

4) Коммуникативная некомпетентность. Те дети, которые выбирают такую стратегию как соперничество – имеют более высокий уровень агрессии. Коммуникативная некомпетентность ведёт к тому, что в случаях обиды, споров, конфликтов большинство опрошенных проявляет те или иные формы физической, вербальной, косвенной агрессии (оскорблении, крики, драки и т.д.).

5) Личностные особенности. Многие личностные особенности детей: высокий уровень тревожности, вспыльчивость, раздражительность, возбудимость, неадекватная самооценка являются причинами агрессивного поведения.

6) Половые (гендерные) различия. Мальчики более склонны к проявлению физической агрессии, девочки – к вербальной. Мальчики чаще выбирают такую стратегию поведения в конфликте как соперничество, девочки чаще выбирают компромисс.

И.А. Фурманов считает, что агрессивное поведение чаще всего встречается у детей, чьи родители находятся в конфликтных отношениях, используют жестокие наказания и такие воспитательные методы, как угрозы, ультиматумы, частые изоляции.

Но не стоит отрицать и тот факт, что на развитие агрессивности младшего школьника могут влиять и природные особенности его темперамента. Например, ребёнок холерического типа, для которого характерны такие черты, как импульсивность и вспыльчивость будет агрессивнее сдержанного и медлительного флегматика.

Для профилактики детской агрессивности очень важно поддерживать в семье атмосферу взаимной заботы и поддержки. Ощущая защищённость и уверенность в родительской любви, ребёнок будет более уверенным и в самом себе, будет реже испытывать гнев, зависть.

Родителям следует сосредоточить усилия на формировании желательного поведения, а не на искоренении нежелательного, подавая детям пример заботы о других, помощи, сочувствия и т.д. [4]

Необходимо быть последовательными в своих действиях по отношению к детям. Наибольшую агрессию проявляют те дети, которые не знают, какую реакцию родителей вызовет их поведение на этот раз. Например, за один и тот же поступок ребенок, в зависимости от настроения родителей, может либо подвергнуться наказанию, либо получить поощрение, либо его поступок может быть и вовсе проигнорирован.

Важно помочь ребёнку научиться владеть собой, развивать у него чувство контроля. Дети должны знать о возможных последствиях своих поступков и о том, как их действия могут быть восприняты окружающими. К тому же у них всегда должна быть возможность обсудить спорные вопросы

с родителями и объяснить им причины своих поступков — это способствует развитию чувства ответственности за своё поведение. [3]

Задача взрослых в том, чтобы научить детей правильно проявлять свои чувства. Бывает, что вспыльчивый ребенок сдерживается на людях, но дома он срывается: устраивает истерики, скандализирует, дерётся с братьями и сёстрами. Но такое проявление агрессии вредит и самому агрессору; желаемое облегчение не приходит, ребёнок в таком случае не только подвергается давлению со стороны родных, но и сам часто чувствует себя виноватым. Из-за этого напряжение увеличивается еще больше, и следующий срыв бывает более бурным и продолжительным.

Таким детям необходимо предложить социально приемлемые методы для выражения подавленного гнева [3];

1) Можно посоветовать ребёнку в момент раздражения сделать несколько глубоких вдохов и выдохов или сосчитать до десяти. Это поможет ему отвлечься от раздражителя.

2) Также раздражительному ребёнку может помочь прослушивание спокойной, умиротворяющей музыки.

3) Можно попросить ребёнка нарисовать чувство гнева, тогда агрессия найдёт выход в творчестве.

Родителям следует обращать внимание на игры ребёнка, ведь в них дети воплощают свои мечты, фантазии и страхи.

Следует также просить ребёнка рассказать о своих чувствах, проблемах, о том, что ему не нравится. При этом слушать нужно внимательно, не перебивая. Родителям следует быть готовыми к тому, что некоторые или даже все претензии ребёнка покажутся им необоснованными или “несправедливыми”, но при этом следует не раздражаться, а попробовать вместе с ребёнком найти решение его проблем.

Также нужно принимать во внимание и компьютерные игры, которые сейчас являются одним из самых популярных видов досуга. Не нужно полностью запрещать их, ведь современному ребёнку они дают возможность найти точки соприкосновения со сверстниками, получить признание в коллективе, к тому же, категоричный запрет, наоборот, вызовет повышение интереса. Но при этом не стоит приобретать для ребёнка видеоигры, рассчитанные на людей старшего возраста, так как эти видеоигры могут оказывать отрицательное влияние на неокрепшую психику, в том числе – вызвать повышение агрессивности.

Учителя также могут и должны заниматься профилактикой агрессивности своих учеников. Для этого они могут использовать [2];

1) Беседы, во время которых учитель может предложить детям вспомнить случаи, когда они были оскорблены, напуганы, унижены, а затем попробовать вместе с учениками выяснить, что тогда случилось, почему это произошло, и подумать вместе с детьми, что нужно сделать, чтобы избежать подобных происшествий. Очень важно донести до детей мысль о том, что причиной конфликтов являются причинённая боль, чувство гнева, желание всегда и во всем быть правым, ревность, зависть, научить их ставить себя на место другого. Конечно, у детей это не всегда будет получаться, но данные занятия способствуют их нравственному развитию, в результате чего они будут лучше контролировать свои отрицательные эмоции и благодаря этому будут менее агрессивны.

2) Ролевые игры, с помощью которых можно воспроизводить ситуации, в которых дети могут столкнуться с агрессией, в свою сторону или собственной. Главная цель – научить детей правильно вести себя, мирно решать конфликты.

3) Поручения. Если учитель видит, что кому-то необходима помощь, он предлагает детям проявить чуткость: посетить этого человека, позвонить ему и проч. Когда детей учат этому, они станут отзывчивыми, внимательными, знают, как выразить свои чувства.

4) Физические и дыхательные упражнения; упражнения первого типа помогут детям снять напряжение, высвободить накопившуюся энергию мирным путём, упражнения второго типа дадут возможность стабилизировать дыхание, успокоиться и не дать волю агрессии.

Проанализировав весь представленный материал, мы пришли к следующему выводу; одним из самых главных факторов детской агрессивности являются дисгармоничные отношения в семье или вовсе полное отсутствие внимания к ребёнку со стороны родителей.

Не получая достаточно внимания со стороны родителей уже в столь юном возрасте, дети оказываются предоставлены самим себе, не получают надлежащего воспитания, в следствии чего многие из них озлобляются.

Даже темперамент не оказывает такого влияния на агрессивность, ведь ребёнок – холерик, получив должное воспитание от своих родителей, сможет без лишней агрессии общаться со окружающими, в отличии от ребёнка, обладающего схожим складом характера, но при этом испытывающего дефицит родительского внимания.

Поэтому мы считаем, что главным методом профилактики детской агрессивности является создание и поддержание в семьях с детьми гармоничных отношений, при которых дети не будут чувствовать себя забытыми и всегда смогут обратиться за помощью к родителям.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Горшечникова, Т.Б. Причины агрессивного поведения у младших школьников и подростков / Т.Б. Горшечникова, Л.Н. Дородницына. – Режим доступа: // psyinfo.ru/tu/service/conf/asoc.php
2. Мосина, Т.Н. Агрессивное поведение детей младшего школьного возраста / Т.Н. Мосина. – Режим доступа: // <https://cyberleninka.ru/article/n/agressivnoe-povedenie-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta/>, 2018
3. Пшихопова, З.А. Исследование причин агрессивного поведения младших школьников и их коррекция / З.А. Пшихопова, Ф.Б. Балкизова. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-prichin-agressivnogo-povedeniya-mladshih-shkolnikov-i-ih-korrektsiya/>, 2015
4. Трушина, Е.В. Детская агрессивность и способы её коррекции / Е.В. Трушина. – Режим доступа: https://www.b17.ru/article/detskaja_agressivnost/, 2017.

Материал поступил в редакцию 05.12.20

PREVENTION OF AGGRESSION IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

A.A. Shvidkiy, the 2nd year Student

Nizhny Tagil State Social Pedagogical Institute, Russia

Research Advisor: **S.S. Petrova**, Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor
at the Department of Psychological and Pedagogical Education
of Nizhny Tagil State Social Pedagogical Institute

Abstract. The study of the problem of aggressive behavior of people is one of the most popular areas of research of psychologists around the world; international conferences, symposiums and seminars on this topic are regularly held, and many experts touch on it in their theoretical research (R. Baron, D. Richardson, L. Berkowitz, A.A. Rean, A.I. Zakharov, L.M. Semenyuk, L. Vygotsky). This problem is especially relevant at the present time, since now children's aggression has become "younger"; if earlier it was manifested mainly in the adolescent environment, now increased aggression is increasingly observed at the primary school level, which is confirmed by many teachers. This problem is relevant also because aggressiveness, neglected for years, and it can only be "secured" in a person's character and lead him to crime and other undesirable consequences, so you should pay special attention to aggression among younger students, as they are more amenable to positive influence, than those same teenagers, and eager to establish contact.

Research Objectives:

- 1) To review the literature on the problem of aggressive behavior of primary school children;
- 2) To identify the causes and features of aggression in primary school age;
- 3) To develop recommendations for the prevention of aggressive behavior in primary school children.

Keywords: child, definitions of aggression, forms of child aggression, causes of child aggression, high level of aggression.

Personality psychology
Психология личности

УДК 371.15

ПРОБЛЕМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
ПЕДАГОГОВ В ХОДЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Т.Ю. Овсянникова, учитель

Государственное бюджетное общеобразовательное
учреждение реабилитационная школа-интернат № 32 (Москва), Россия

Аннотация. Проблема профессионального выгорания очень актуальная для человека в современном обществе, особенно для тех, кто по роду своей деятельности осуществляет многочисленные и интенсивные контакты с другими людьми. Это и педагоги, и воспитатели, и психологи: люди из сферы деятельности «человек – человек». Именно данная категория людей наиболее подвержена стрессу и эмоциональному выгоранию. По данным социально-демографических исследований труд педагога относится к числу наиболее напряжённых в психологическом плане видов деятельности.

Ключевые слова: педагогическая деятельность, эмоциональное выгорание, профессиональная деформация, условия труда.

**Факторы возникновения нервного
напряжения в ходе педагогической деятельности**

По данным ежегодных исследования HR-компании HAYS 53 % сотрудников в 2019 году пережили эмоциональное выгорание. Еще 38 % сотрудников утверждают, что наблюдали признаки синдрома эмоционального выгорания у своих коллег. [6].

Среди педагогов до 48 % имеют собственный опыт переживания синдрома эмоционального выгорания. Это связано с тем, что профессиональный труд педагога имеет существенные особенности. В первую очередь, это физиологические факторы: гиподинамия, повышенная нагрузка на зрительный, слуховой и речевой аппараты, голос является основным источником подачи материала. [3]

Особенностью педагогической деятельности также является высокая эмоциональная загруженность, обусловленная большим количеством эмоциональных факторов: ежедневная ежечасная необходимость сочувствия и сопереживания, а также высокий уровень ответственности за жизнь и здоровье детей, так как во время занятий педагог полностью отвечает за своих учеников, находящихся на уроке.

Важная особенность также – постоянная новизна работы. Педагог готовится к каждому занятию с учетом не только изучаемой по программе темы, но и с учетом индивидуальных потребностей обучающихся.

В педагогической деятельности много моментов, которые не доступны внешнему наблюдению и учёту. Это и зрительные, и нервно-психические перегрузки, необходимость знания основ физиологии и психологии человека, быть примером для учащихся в любой момент времени, отсутствие эмоциональной разрядки, большое количество контактов в течение дня (ученики, родители, коллеги), необходимость владения педагогическими техника, речью, педагогический тakt. Все эти факторы и создают эмоциональное напряжение, которое обусловлено стремлением педагогических работников следовать всем требованиям.

Профессиональная деятельность педагогов изобилует аспектами, которые провоцируют эмоциональное выгорание. Напряжённые ситуации на работе с трудными учениками, тревожными родителями, конфликтными коллегами играют большую роль. Всё вышеперечисленное потенциально содержит в себе увеличение нервно-психического напряжения, что приводит к возникновению невротических расстройств и психосоматических заболеваний. [2]

Многие исследователи считают, что коллектив, к которому количество женщин значительно превосходит количество мужчин, сам по себе является дополнительным стрессогенным фактором. Но важно понимать, что это так не потому, что женщины от природы истеричны. Сформированные столетиями и внушённые нам с детства стереотипы женской гендерной социализации внушают нам необходимость заботиться о ком угодно и делать удобно всем вокруг, только не себе, а в ответ на отказ даже современное общество давит на женщину колossalным чувством вины. Всё это приводит к накоплению неудовлетворённости и негативных эмоций. А противоречие между требуемой от педагога мобилизацией и наличием внутренних ресурсов вызывают достаточно часто неосознаваемые отрицательные психические состояния. Они могут проявляться в перенапряжении, переутомлении и синдроме эмоционального выгорания.

Педагог становится заложником ситуации эмоционального и этому способствуют стереотипы о том, что ему всегда следует быть сдержанным и не проявлять своих эмоций. Человек чувствует неудовлетворённость, возникает состояние тревожности, появляется антипатия к коллегам и вспышки раздражения без поводов.

Вышеописанные факторы относятся к педагогическим работникам всех степеней образования. Так, 62 % педагогов дошкольных учреждений переживают стадию формирования выгорания и осознают необходимости стабилизации эмоционального и психического состояния. [3]

Что такое синдром эмоционального выгорания?

Синдром эмоционального выгорания – это, выработанный личностью, механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций (понижения их энергетики) в ответ на выбранные психотравмирующие действия. [1]

Выгорание является профессиональным феноменом, элементом подсистемы профессиональных деструкций, то есть формируется и проявляется в профессиональной деятельности, отрицательно влияя на её протекание и результаты. Качественная специфика выгорания по сравнению с другими профессиональными деструкциями заключается в том, что оно является проявлением полного профессионального регресса личности и проникает во все её подструктуры, нарушая оптимальное функционирование. Специфика синдрома эмоционального выгорания как самостоятельного феномена, заключается в том, что оно представляет собой психический феномен, интегрирующий в единое целое традиционные состояния и отличающийся от них по степени необратимости, устойчивости во времени, приближаясь по этим параметрам к психическим свойствам. В результате эмоционального выгорания происходит нарушение всех систем функционирования организма.

Стадии развития синдрома эмоционального выгорания

Первая стадия – стадия нервного напряжения.

Нервное напряжение служит предвестником и запускающим механизмом формирования эмоционального выгорания. Напряжение имеет динамический характер, что обуславливается изматывающим постоянством или усилением психотравмирующих факторов. Факторы могут быть слабые по силе, но постоянные по времени.

Тревожное напряжение включает несколько симптомов.

1) Симптом "переживания психотравмирующих обстоятельств". Проявляется усиливающимся осознанием психотравмирующих факторов профессиональной деятельности, которые трудно или вовсе неустранимы.

2) Симптом "неудовлетворённости собой". В результате неудач или отсутствия возможности повлиять на психотравмирующие обстоятельства человек обычно испытывает недовольство собой, избранной профессией, занимаемой должностью, конкретными обязанностями. В этой ситуации начинает действовать механизм эмоционального переноса. Негативная энергетика направляется человеком не только и не столько вовне, сколько на себя. Возникает замкнутый энергетический контур. Впечатления от внешних факторов деятельности постоянно травмируют личность и побуждают вновь и вновь психотравмирующие элементы профессиональной деятельности. В этой схеме особое значение имеют внутренние факторы, которые способствуют проявлению эмоционального выгорания: интенсивная интериоризация обязанностей, роль обстоятельств, повышенная совестливость и чувство ответственности. На начальных этапах выгорания все вышеперечисленное нагнетает напряжение, а на последующих начинают провоцировать психологическую защиту.

3) Симптом "загнанности в клетку". Возникает не во всех случаях, хотя выступает логическим продолжением стресса, когда психотравмирующие обстоятельства человек сам устранить не может, но предпринимает попытки что-то изменить, обдумывает неудовлетворительные аспекты

своей работы. Это приводит к усилению психической энергии, которая впоследствии достигает внушительных объёмов. Если эта энергия не находит выхода и не срабатывают средства психологической защиты, человек начинает переживать ощущение "загнанности в клетку". Он ощущает состояние интеллектуального и эмоционального тупика, причем это может касаться не только профессиональной деятельности.

4) Симптом «тревоги и депрессии». Обнаруживается в связи с профессиональной деятельностью в особо осложнённых обстоятельствах, побуждающих к эмоциональному выгоранию, как средству психологической защиты. Чувство неудовлетворённости работой и собой порождает мощное энергетическое напряжение в форме переживаний ситуативной личностной тревоги. Человек начинает разочаровываться в себе, избранной профессии, конкретной должности. Симптом «тревоги и депрессии» крайняя точка формирования напряжённости при развитии эмоционального выгорания.

Вторая стадия – стадия редукции.

Вычленение этой фазы самостоятельно весьма условно, она проявляется в сопротивлении нарастающему стрессу, начинается с момента появления тревожного напряжения. Человек осознанно или бессознательно стремится к психологическому комфорту. Снизив давление внешних обстоятельств с помощью имеющихся у него в распоряжении средств, человек начинает защищаться. Формирование защиты с участием эмоционального выгорания на фоне следующих симптомов:

1) Симптом «неадекватного избирательного эмоционального реагирования». Это признак выгорания, когда профессионал перестаёт устанавливать различия между двумя принципиально различающимися явлениями. В ситуации постоянного стресса человек начинает неадекватно экономить эмоции, ограничивает эмоциональную отдачу за счет выборочного реагирования в ходе рабочих контактов. При всей неприемлемости такого стиля он весьма распространён. Дело в том, что человеку чаще всего кажется, что он поступает допустимым образом, но субъект общения или сторонний наблюдатель начинает фиксировать эмоциональную чёрствость, неучтивость и равнодушие. Расширение сферы экономии эмоций начинает восприниматься окружающими как неуважение и переходит в плоскость нравственных оценок.

2) Симптом «эмоционально-нравственной дезориентации». Углубляет неадекватную реакцию, у человека возникает потребность в самооправдании, не проявляя должного эмоционального отношения, он начинает защищать свою линию поведения, в итоге эмоция не побуждает или в недостаточной степени стимулирует нравственные чувства, ведь профессиональная деятельность построена на человеческом общении. Учитель не должен делить учеников на плохих и хороших, не должен решать проблемы по собственному выбору и руководствоваться личными предпочтениями.

3) Симптом «расширение сферы экономии эмоций». Имеет место, когда эмоциональное выгорание проявляется в непрофессиональной области, в общении с родственниками и друзьями.

4) Симптом «редукции профессиональных обязанностей» в профессиональной деятельности, предполагающей широкое общение с людьми, проявляется в попытках облегчить или сократить обязанности, которые требуют эмоциональных затрат.

Третья стадия – стадия личностного выгорания.

Нет эмоций, нет сил, нет воли, остался один ум и работа на автопилоте. Резкость, озлобленность, грубость, осуждение профессиональных ценностей – становятся постоянными спутниками человека, испытывающего тревожное напряжение. Эмоциональная защита в форме эмоционального выгорания становится неотъемлемым атрибутом личности.

1) Симптом «эмоционального дефицита». К человеку приходит ощущение, что эмоционально он уже не может помогать субъектам своей деятельности, не в состоянии войти в их положение, сочувствовать, сопереживать. О том, что это эмоциональное выгорание говорит его недавний опыт так как некоторое время назад этих ощущений не было и человек переживает их появление. Постепенно этот симптом усиливается и приобретает более осложнённую форму: все реже появляются положительные эмоции.

2) Симптом «эмоциональной отстранённости». Личность почти полностью исключает эмоции из профессиональной сферы деятельности, почти ничего не вызывает эмоционального отклика: ни позитивные, ни негативные факторы. Человек постепенно учится работать как робот, но в педагогической деятельности это недопустимо. Этот симптом свидетельствует о профессиональной деформации личности и наносит ущерб субъекту общения. Особенно опасна демонстративная форма эмоциональной отстранённости.

3) Симптом «личностная отстранённость и деперсонализация». Проявляется широким диапазоном умонастроений и поступков человека в процессе общения, прежде всего полная или частичная

утрата интереса к человеку. Субъект профессиональной деятельности воспринимается как неодушевлённый предмет, как объект для манипуляций, он тяготит своими проблемами, потребностями, его присутствие неприятно, как и сам факт его существования. Метастазы эмоционального выгорания проникают в установки, принципы и системы ценностей личности. Возникает деперсонализованный защитный антигуманистический настрой, что работа с людьми неинтересна, не доставляет удовольствие, не представляет социальной ценности. В особо тяжелых случаях выгорание смыкается с психопатологическими проявлениями личности и психопатическими состояниями.

4) Симптом «психосоматических и психовегетативных нарушений». Проявляется на уровне физического и психического самочувствия, обычно образуется по условно-рефлекторной связи негативного свойства. Многое из того, что касается субъектов профессиональной деятельности провоцирует отклонения в соматических или психических состояниях, порой даже мысль о таких субъектах или контакт с ними вызывает плохое настроение, дурные ассоциации, бессонницу, чувство страха, неприятные ощущения в области сердца, сосудистые реакции и обострение хронических заболеваний. Переход реакций с уровня эмоций на уровень психосоматики свидетельствует о том, что эмоциональная защита уже не справляется и энергия негативных эмоций распределяется между другими системами организма. Работа начинает отрицательно сказываться на здоровье.

Симптомы эмоционального выгорания

Психофизические симптомы:

- 1) Чувство постоянной усталости, даже по утрам после сна, бессонница, желание спать в течение всего дня;
- 2) Ощущение эмоционального и физического истощения;
- 3) Снижение восприимчивости и реактивности в связи с изменениями внешней среды;
- 4) Общая астенизация (слабость, снижение активности);
- 5) Частые беспричинные головные боли, постоянные расстройства ЖКТ;
- 6) Резкая потеря или резкое увеличение веса;
- 7) Ухудшение зрения, слуха, потеря внутренних, телесных ощущений.

Социально-психологические симптомы:

- 1) Безразличие, скука, пассивность и депрессия (пониженный эмоциональный тонус, чувство подавленности);
- 2) Повышенная раздражительность от незначительных событий;
- 3) Частые нервные срывы, вспышки немотивированного гнева;
- 4) Постоянное переживание негативных эмоций, для которых во внешней ситуации причин нет (чувство вины, обиды, стыда);
- 5) Чувство неосознанного беспокойства и тревожности;
- 6) Общая негативная установка на жизненные и профессиональные перспективы;
- 7) Чувство страха.

Поведенческие симптомы:

- 1) Ощущение, что работа становится всё тяжелее и тяжелее, а выполнять её всё труднее;
- 2) Человек заметно меняет свой рабочий режим (увеличивает или сокращает время работы);
- 3) Постоянно без необходимости берет работу домой, но дома её не делает;
- 4) Чувство бесполезности, неверие в улучшение, снижение энтузиазма по отношению к работе, безразличие к результатам;
- 5) Невыполнение важных приоритетных задач, большая траты времени на выполнение элементарных действий;

53 % компаний сталкивались с разными видами трудового гостинга – ситуацией, когда работник внезапно перестаёт выходить на работу и на связь с работодателем. [6]

- 6) Отсутствие сотрудничества, повышение неадекватной критичности по отношению к окружающим;

Заключение

Мероприятия, направленные на профилактику возникновения синдрома эмоционального выгорания педагогов являются важной составляющей в работе администрации образовательного учреждения. Оптимальный климат для работы педагогического коллектива, заинтересованность профессиональной деятельностью, уважение, признание индивидуальности и самостоятельности специалиста – вот главные аспекты здоровой атмосферы и продуктивной работы всего образовательного учреждения и каждого педагога в отдельности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бойко, В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В.В. Бойко. – М.: ИИД Филинъ, 2011.
2. Как сохранить здоровье педагога / В.Т. Лободин, Г.В. Лавренова, С.В. Лободина. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2005.
3. Организационно-методические условия профилактики синдрома эмоционального выгорания у педагогов дошкольных образовательных учреждений // НИУ «БелГУ». – Белгород: 2018.
4. Профилактика синдрома эмоционального выгорания: учебное пособие [Электронный ресурс] / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2013
5. Форманюк, Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя / Т.В. Форманюк // Вопросы психологии. – 2012. – № 6.
6. <https://fb.ru/news/burnout-2019/>

Материал поступил в редакцию 30.11.20

THE PROBLEM OF EMOTIONAL BURNOUT OF TEACHERS IN THE COURSE OF PROFESSIONAL ACTIVITY

T.Yu. Ovsyannikova, Teacher

State Budgetary Educational Institution Rehabilitation Boarding School No. 32 (Moscow), Russia

Abstract. The problem of professional burnout is very relevant for a person in modern society, especially for those who, by the nature of their activity, carry out numerous and intensive contacts with other people. These are teachers, educators, and psychologists: people from the sphere of “human – human” activity. This category of people is most susceptible to stress and emotional burnout. According to socio-demographic research, the work of a teacher is one of the most stressful psychological activities.

Keywords: pedagogical activity, emotional burnout, professional deformation, working conditions.

Педагогика & Психология. Теория и практика / Pedagogy & Psychology. Theory and practice

Международный научный журнал

№ 6 (32), декабрь / 2020

Адрес редакции:

Россия, 400081, г. Волгоград, ул. Ангарская, 17 «Г», оф. 312.

E-mail: scippjournal@mail.ru

<http://scippjournal.ru/>

Изготовлено в типографии ООО “Сфера”

Адрес типографии:

Россия, 400105, г. Волгоград, ул. Богунская, 8, оф. 528.

Учредитель (Издатель): ООО Издательство «Научное обозрение»

Адрес: Россия, 400094, г. Волгоград, ул. Перелазовская, 28.

E-mail: scippjournal@mail.ru

<http://scippjournal.ru>

ISSN 2412-8201

Редакционная коллегия:

Главный редактор: Теслина Ольга Владимировна

Ответственный редактор: Малышева Жанна Александровна

Песков Вадим Павлович, кандидат психологических наук

Шадрин Николай Семенович, доктор психологических наук, кандидат философских наук

Боброва Людмила Владимировна, кандидат технических наук

Водяченко Галина Рудольфовна, кандидат педагогических наук

Коваленко Татьяна Анатольевна, кандидат технических наук

Корнева Ирина Павловна, кандидат технических наук

Ларионов Максим Викторович, доктор биологических наук

Камолов Ифтихор Бахтиёрович, доктор философии (PhD) педагогических наук

Подписано в печать 14.12.2020 г. Дата выхода в свет: 21.12.2020 г.

Формат 60x84/8. Бумага офсетная.

Гарнитура Times New Roman. Заказ № 72. Свободная цена. Тираж 100.