



**НАУЧНЫЙ
ФОРУМ**
nauchforum.ru

ISSN: 2542-1263



№5(61)

**НАУЧНЫЙ ФОРУМ:
ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

МОСКВА, 2022



НАУЧНЫЙ ФОРУМ: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ

*Сборник статей по материалам LXI международной
научно-практической конференции*

№ 5(61)
Май 2022 г.

Издается с октября 2016 года

Москва
2022

УДК 159.9+37

ББК 74+88

НЗ4

Председатель редколлегии:

Лебедева Надежда Анатольевна – доктор философии в области культурологии, профессор философии Международной кадровой академии, г. Киев, член Евразийской Академии Телевидения и Радио.

Редакционная коллегия:

Ахмерова Динара Фирзановна – канд. пед. наук, доц., доц. кафедры ОиДПиП НФИ КемГУ, Россия, г. Новокузнецк;

Капустина Александра Николаевна – канд. психол. наук, доц. кафедры социальной психологии ФГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский университет», Россия, г. Санкт-Петербург;

Монастырская Елена Александровна – канд. филол. наук, доцент, кафедра «Иностранные языки», Кемеровский технологический институт пищевой промышленности, Россия, г. Кемерово;

Орехова Татьяна Федоровна – д-р пед. наук, проф. ВАК, зав. кафедрой педагогики ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова», Россия, г. Магнитогорск;

Спасенников Валерий Валентинович – д-р психол. наук, проф., зав. кафедрой инженерной педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Брянский государственный технический университет», Россия, г. Брянск.

НЗ4 Научный форум: Педагогика и психология: сб. ст. по материалам LXI междунар. науч.-практ. конф. – № 5(61). – М.: Изд. «МЦНО», 2022. – 42 с.

ISSN 2542-1263

Статьи, принятые к публикации, размещаются на сайте научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU.

ББК 74+88

ISSN 2542-1263

© «МЦНО», 2022

Оглавление

Раздел 1. Педагогика	5
1.1. Коррекционная педагогика	5
ПРИЁМЫ РАЗВИТИЯ ФОНЕМАТИЧЕСКИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ДИЗАРТРИЕЙ Бобылёва Наталья Юрьевна Андрусёва Ирина Владимировна	5
СИСТЕМА КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КОММУНИКАТИВНО-РЕЧЕВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ Королькова Илона Евгеньевна	9
1.2. Теория и методика обучения и воспитания	15
ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ-ЗАОЧНИКОВ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ: О НЕКОТОРЫХ АСПЕКТАХ ПРОБЛЕМЫ Степанова Алла Сергеевна	15
1.3. Теория и методика профессионального образования	19
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ НЕЯЗЫКОВЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ К СДАЧЕ МЕЖДУНАРОДНОГО ЭКЗАМЕНА B1 PRELIMINARY (PET) НОВОГО ФОРМАТА Тимонина Мария Владимировна	19
1.4. Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры	23
ТЕХНОЛОГИИ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ ЭФФЕКТИВНО РАЗВИТЬ АТАКУЮЩИЕ ДЕЙСТВИЯ БАСКЕТБОЛИСТОВ Азизова Рушен Исмаиловна Федорко Мария Александровна	23

Раздел 2. Психология	28
2.1. Коррекционная психология	28
КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ТЕХНИК	28
Черепанова Екатерина Александровна Сергеева Анна Иосифовна	
2.2. Общая психология, психология личности, история психологии	35
КОУЧИНГОВЫЙ ПОДХОД В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТА ПОМОГАЮЩИХ ПРАКТИК	35
Симонов Петр Александрович	

РАЗДЕЛ 1. ПЕДАГОГИКА

1.1. КОРРЕКЦИОННАЯ ПЕДАГОГИКА

ПРИЁМЫ РАЗВИТИЯ ФОНЕМАТИЧЕСКИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ДИЗАРТРИЕЙ

Бобылёва Наталья Юрьевна

*студент кафедры специального (дефектологического) образования,
Крымского инженерно-педагогического университета
имени Февзи Якубова,
РФ, г. Симферополь*

Андрусёва Ирина Владимировна

*канд. пед. наук,
доц. кафедры специального (дефектологического) образования,
Крымского инженерно-педагогического университета
имени Февзи Якубова,
РФ, г. Симферополь*

Аннотация. Развитие фонематических представлений у детей старшего дошкольного возраста с дизартрией является актуальной логопедической задачей. В статье раскрывается понятие «фонематические представления», описаны приёмы его развития, а также представлены примеры игр и упражнений.

Abstract. The development of phonemic representations in older preschool children with dysarthria is an urgent speech therapy task. The article reveals the concept of "phonemic representations", describes the techniques of its development, and also provides examples of games and exercises.

Ключевые слова: фонематические представления; фонематические процессы; старший дошкольник; речь; речевое развитие; обучение; воспитание.

Keywords: phonemic representations; phonemic processes; senior preschooler; speech; speech development; education; upbringing.

В настоящее время в системе воспитания и обучения наблюдается рост количества детей с логопедическим заключением «дизартрия».

Одной из важнейших задач логопедической работы с детьми, имеющими данное речевое нарушение, является развитие фонематических представлений. Пробелы в развитии в данном процессе, в дальнейшем определяют низкий уровень усвоения учебного материала. Возникающие нарушения в ходе формирования фонематических процессов приводят к нарушениям процесса чтения и письма.

Однако, для полноценного овладения грамотой недостаточно умения различать звуки. Важно, чтобы ребёнок сохранял в памяти устойчивое представление о каждом звуке. Это необходимо для того, чтобы во время чтения и письма он мог соотнести каждый звук с соответствующей ему буквой, это возможно только на основе таких мысленных представлений о звуках.

Именно фонематические представления отвечают за формирование и сохранение в сознании образов звуковых оболочек слов, образовавшихся на основе предшествовавших восприятий этих слов [1, с. 182].

Прежде всего, главным приёмом развития фонематических представлений у детей с дизартрией является среда, в которой живёт ребёнок. Среда оказывает такое воздействие на ребёнка, которое своей силой и значимостью вряд ли может сравниться с другими. Дошкольный возраст особенно восприимчив к овладению родным языком и, как следствие, усвоению устной речи. Образцом для речевого подражания является взрослый и его речь, которая должна соответствовать уровню грамотного литературного языка.

Е.И. Тихеева определила следующие факторы, стимулирующие развитие речи ребёнка:

- создание речевого окружения, соответствующего индивидуальным и возрастным особенностям ребёнка;
- побуждение ребёнка сначала к взаимодействию с социальным окружением через мимику и двигательные действия, а затем самостоятельные речевые высказывания, способствующие формированию представлений и понятий;
- воспитательно-образовательный процесс должен содействовать правильной и хорошей речи детей, т.е. обязательное владение родителями и педагогами грамотной речи.

На развитие и формирование правильной речи дошкольника влияет психологический климат в семье: благоприятная обстановка, стили общения и реакция родителей на поведение ребёнка [2, с. 13].

Т.Б. Филичева и Г.В. Чиркина предлагают для эффективной коррекции фонематических нарушений спланировать работу так, чтобы она одновременно способствовала развитию правильного звукопроизношения и звуковому анализу и синтезу состава слова [4, с. 18].

Работа по формированию фонематических представлений предполагает определённую последовательность: от чёткого восприятия правильно произносимых ребёнком фонем и постепенно переходящих к дифференциации звуков, близких по акустико-артикуляционным признакам.

Формирование фонематических представлений предполагает формирование действия фонематического анализа в умственном плане. На этом этапе дети определяют количество, последовательность и место звуков, не называя слова, на основе представлений.

Т.Б. Уварова в развитии фонематических представлений важную роль отводит использованию развивающих игр [3, с. 3].

Как известно, игра в высшей степени активизирует ребёнка к разговору, оказывает положительное влияние на процесс развития и обучения. Игра служит замечательным средством коррекции и совершенствования речи. В игре дети охотно, легко и быстро, часто незаметно для себя, усваивают правильное произношение звуков, на что потребовалось бы вне игры много времени и усилий. Благодаря игре процесс обучения становится интересным, занимательным, а главное – эффективным.

Для развития фонематических представлений можно использовать такие игровые приёмы: с опорой и без опоры на наглядность.

Можно предложить следующие игровые приёмы с опорой на наглядность:

1. «Разложи картинки»: в два столбика (позиция звука в начале и в конце слова); в три столбика (звук в начале, в середине, в конце слова).

2. «Подбери к картинке букву». Ребёнок подбирает к картинке букву, которая соответствует первому звуку слова (предлагаемые картинки: облако, уши, ива).

3. Игра в лото.

Ребёнку предлагают карточку с картинками, называется слово. Ребёнок должен закрыть картинку той буквой, с которой начинается слово.

Например, картинка с изображением астры закрывается буквой А; подбор названий животных, птиц, насекомых, посуды, овощей, фруктов, цветов, деревьев и т. д., которые начинаются на заданный звук: выбери только те предметные картинки, названия которых начинаются с заданного звука; по сюжетной картинке назвать слова, которые начинаются с данного звука.

4. Упражнение «Скажи наоборот». Например: кость – гость, сайка – зайка, цвет – свет;

5. Лото «Необычные цветы».

На доску прикрепляют контур цветка с прорезями для лепестков и лепестки с изображениями различных предметов. Из предложенных лепестков ребёнок выбирает только те изображения, названия которых начинаются с заданного звука, и прикрепляют их к контуру цветка.

Игровые приёмы без опоры на наглядность:

1. Игра с передачей мяча «Мяч передавай – слово называй»

Называем первое слово и передаёт мяч ребёнку.

Свяжем мы из слов цепочку,

Мяч не даст поставить точку.

Далее мяч передаётся от ребёнка к ребёнку. Конечный звук предыдущего слова – начальный звук последующего (весна – автобус – слон – нос – сова).

2. Сказать какой звук общий в прослушанных словах.

3. Подобрать слова на заданный звук и с заданным количеством звуков.

4. Назвать слова с заданным звуком в соответствии с данной темой (птицы, ягоды, мебель, посуда и т. д.).

5. Преобразование слов за счёт замены или перестановки одного звука или слога.

6. Составление слов из заданной последовательности звуков.

Подводя итоги вышесказанному необходимо отметить, что работу по формированию фонематических представлений у детей старшего дошкольного возраста с дизартрией следует проводить комплексно и систематически. Только таким образом можно добиться от ребёнка высокого уровня сформированности фонематических представлений, что в дальнейшем обеспечит подготовку к обучению грамоте.

Таким образом, можно сделать вывод, что игра является эффективным средством коррекции недостаточности фонематической стороны речи, так как учитывает ведущую деятельность ребёнка дошкольного возраста и оказывает положительное влияние на процесс развития и обучения. Игра служит замечательным средством коррекции и совершенствования речи. Благодаря игре процесс обучения становится интересным, занимательным и главное – эффективным.

Список литературы:

1. Логопедия. Методическое наследие [Текст] : пособие для логопедов и студ. дефектол. факультетов пед. вузов / под ред. Л.С. Волковой : в 5 кн. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2007. – 304 с.

2. Тихеева Е.И. Развитие речи детей / Е.И. Тихеева. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 161 с.
3. Уварова Т.Б. Наглядно-игровые средства в логопедической работе с дошкольниками / Т.Б. Уварова. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с.
4. Чиркина Г.В. Методы обследования речи детей [Текст] : пособие по диагностике речевых нарушений / под общ. ред. Г.В. Чиркиной. - 4-е изд., доп. – М.: АРКТИ, 2010. – 239 с.

**СИСТЕМА КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КОММУНИКАТИВНО-
РЕЧЕВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ**

Королькова Илона Евгеньевна

*учитель-логопед,
МБДОУ детский сад №15,
магистрант,
Белгородский государственный национальный
исследовательский университет,
РФ, г. Белгород*

**SYSTEM OF CORRECTIONAL AND PEDAGOGICAL
WORK ON THE FORMATION OF COMMUNICATION
AND SPEECH ACTIVITY OF CHILDREN
OF OLDER PRESCHOOL AGE WITH GENERAL
SPEECH UNDEVELOPMENT**

Ilona Korolkova

*Teacher speech therapist,
MBDOU kindergarten No. 15,
Undergraduate,
Belgorod State National research university,
Russia, Belgorod*

Аннотация. В данной статье представлена система коррекционно-педагогической работы по формированию коммуникативно-речевой деятельности дошкольников с ОНР. А также определены основные условия, направления, формы и содержание коррекционно-педагогической работы.

Abstract. This article presents a system of correctional and pedagogical work on the formation of communicative and speech activity of preschoolers with OНР. And also the main conditions, directions, forms and content of correctional and pedagogical work are determined.

Ключевые слова: коммуникативно-речевая деятельность; общение; общее недоразвитие речи, коррекционно-педагогическая работа.

Keywords: communicative speech activity; communication; general underdevelopment of speech, correctional and pedagogical work.

В последнее время увеличивается количество детей, которые имеют недостатки речевого развития. Поэтому проблема коррекционно-педагогической работы по формированию коммуникативно-речевой деятельности у детей с общим недоразвитием речи очень актуальна сегодня. Несмотря на значительный интерес и многие исследования, она недостаточно изучена и разработана: отсутствуют обоснованные методы, приемы, средства, которые способствуют формированию коммуникативно-речевой деятельности у детей с ОНР.

При проектировании системы коррекционно-педагогической работы по формированию коммуникативно-речевой деятельности у старших дошкольников с общим недоразвитием речи мы ориентировались на принципы работы, выделенные в исследовании О.В. Сафоновой [3]:

- принцип комплексного подхода заключается в коммуникативной направленности всей коррекционной работы с дошкольниками в ходе активного взаимодействия участников образовательных отношений. Занятия педагога-психолога, учителя-логопеда и воспитателя включают задачи на формирование коммуникативных навыков, оказывают коррекционное воздействие на весь комплекс речевых нарушений;

- принцип деятельностного подхода предполагает, что процесс формирования полноценной коммуникативно-речевой деятельности строится с учетом ведущей – игровой деятельности. В игре создаются ситуации, которые обогащают знания детей об окружающем мире. Кроме того, игра создает благоприятные условия для развития ориентации ребенка в различных ситуациях;

- принцип систематичности и последовательности подразумевает расширение, закрепление знаний и умений, а также формирование новых

навыков в соответствии с речевыми, коммуникативными и возрастными особенностями детей с ОНР.

Особенности коммуникативно-речевой деятельности у дошкольников с ОНР позволили выделить следующие направления коррекционно-педагогической работы [2]:

- формирование умения ориентироваться в ситуации общения;
- формирование умения организовывать процесс общения;
- формирование умения эмоционального восприятия партнера.

Учитывая возрастные особенности, мы предполагаем, что основные формы работы развития коммуникативно-речевой деятельности у детей старшего дошкольного возраста с ОНР включают [1]:

- дидактические игры;
- сюжетно-ролевые игры;
- игры-драматизации;
- проблемные ситуации;
- игровые упражнения;
- комментированное чтение.

Содержание коррекционно-педагогической работы, представленное в таблице 1. Данное содержание коррекционно-педагогической работы, направленное на формирование коммуникативно-речевой деятельности у детей старшего дошкольного возраста с ОНР рассчитано на три месяца: январь, февраль и март. В каждом месяце реализуются выделенные нами направления и формы работы.

Таблица 1.

Содержание коррекционно-педагогической работы по формированию коммуникативно-речевой деятельности детей старшего дошкольного возраста с ОНР

ЯНВАРЬ	
Направления работы	Формы работы
Формирование умения ориентироваться в ситуации общения	Дидактическая игра «Радио» Цель: мотивировать детей на общение со сверстниками.
	Игровое упражнение «Кого не хватает?» Цель: развитие мотивации на взаимодействие, навыков групповой работы
	Игра-драматизация «На мостике» Цель: развивать стремление помогать и поддерживать товарищей по общению.

Направления работы	Формы работы
Формирование умения организовывать процесс общения	<p>Дидактическая игра «Ласковое имя» Цель: развивать умение вступать в контакт, оказывать внимание сверстникам.</p> <p>Игра «Дракон кусает свой хвост» Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника» Цель: развивать умение вступать в контакт.</p> <p>Игра «Тропинка» Цель: развитие умения действовать сообща, в команде.</p>
Формирование умения эмоционального восприятия партнера	<p>Игра «Три подружки» Цели: Развить умение проявлять чуткость, сопереживание, заботу к партнерам по общению; учить помогать и поддерживать тех, с кем общаешься.</p> <p>Дидактическая игра с масками Цель: развить умения проявлять чуткость, отзывчивость, сопереживание.</p>
ФЕВРАЛЬ	
Формирование умения ориентироваться в ситуации общения	<p>Дидактическая игра «Сороконожка» Цель: развивать стремление детей взаимодействию со сверстниками, способствовать сплочению детского коллектива.</p> <p>Проблемная ситуация «Слепец и поводырь» Цель: развивать стремление помогать и поддерживать товарищей по общению</p> <p>Игровое упражнение «Самый лучший» Цель: развить умение действовать в соответствии с заданной целью, подбирать вербальные и невербальные средства для усиления коммуникативного воздействия, оценивать коммуникативные умения сверстника.</p>
Формирование умения организовывать процесс общения	<p>Игра–драматизация «Угощение» Цель: повышать уровень знаний общения с окружающими</p> <p>Дидактическая игра «Сломанный телефон». Цель: научить детей с вниманием относиться к словам других людей.</p>

	<p>Дидактическая игра «Эхо» Цель: развитие у детей способности подбирать адекватную ситуации формулу речевого этикета</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Интервью с артистами цирка» Цель: развитие умения организовывать общение.</p>
Формирование умения эмоционального восприятия партнера	<p>Игра «Смешилки» Цель: помочь детям научиться более свободно выражать свои эмоции, научить детей положительно воздействовать на настроение других людей.</p> <p>Игра «Дождик и ромашки» Цель: помочь детям научиться более свободно выражать свои эмоции, научить детей чуткости, научить поднимать настроение другим людям.</p>
МАРТ	
Формирование умения ориентироваться в ситуации общения	<p>Игра-драматизация «Подарок на всех» Цель: развить умение дружить, сотрудничать со сверстниками, развивать у детей чувство коллективизма.</p> <p>Игровое упражнение «Диалог-шутка» Цель: развить умение осознавать и творчески исполнять различные выразительные интонации.</p>
Формирование умения организовывать процесс общения	<p>Сюжетно-ролевая игра «Непослушные дети» Цель: развивать умение решать конфликтные ситуации.</p> <p>Дидактическая игра «Скажи по-разному» Цель: развить умения друг друга чувствовать, дифференцировать слуховое восприятие.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Поездка в гости» Цель: повышать уровень знаний речевого этикета в общении с окружающими.</p> <p>Дидактическая игра «Доброе слово» Цель: сближение группы, развитие доброжелательного отношения детей друг к другу.</p>
Формирование умения эмоционального восприятия партнера	<p>Игровое упражнение «Рисуем эмоции пальцами». Цель: выражение осознания своего эмоционального состояния</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Прием у доктора Пилюлькина» Цели: Развить умение проявлять чуткость, отзывчивость, сопереживание, учить помогать и поддерживать товарищей, формировать умение применять свои индивидуальные способности в решении совместных задач, учить выполнять различные роли.</p>

Использование игр и упражнений, указанных в календарном планировании, представленном выше, поможет логопеду реализовать задачи по формированию коммуникативно-речевой деятельности, а воспитателю закреплять умения и навыки коммуникативно-речевой деятельности на занятиях по развитию речи, а также во всех режимных моментах пребывания ребенка в дошкольной организации.

Список литературы:

1. Артамонова С.В. Преодоление коммуникативных нарушений у старших дошкольников с общим недоразвитием речи средствами коррекционно-развивающей среды: дис. канд. пед. наук / С.В. Артамонова. - М., 2009. - 196 с.
2. Максимова А.А. Учим общаться детей 6-10 лет. – М.: ТЦ «Сфера», 2015 – 78 с.
3. Сафонова О.В. К вопросу об активизации речевой дошкольников с общим недоразвитием речи // Проблемы психического развития и психокоррекции детей и подростков: Межвузовский сборник статей аспирантов. — Пенза, 2002. — 68-73 с.

1.2. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ-ЗАОЧНИКОВ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ: О НЕКОТОРЫХ АСПЕКТАХ ПРОБЛЕМЫ

Степанова Алла Сергеевна

*канд. филол. наук, доцент,
Волжский государственный университет водного транспорта,
РФ, г. Нижний Новгород*

DISTANCE LEARNING OF PART-TIME STUDENTS IN HIGHER EDUCATION: ON SOME ASPECTS OF THE PROBLEM

Alla Stepanova

*Candidate of philological sciences, associate professor,
Volga State University of Water Transport,
Russia, Nizhny Novgorod*

Аннотация. В статье анализируются преимущества и недостатки применения цифрового формата для заочной формы обучения в высшей школе. В результате исследования автор делает выводы о том, как сделать дистанционное обучение для такой группы студентов наиболее эффективным.

Abstract. The article analyzes the advantages and disadvantages of using the digital format for part-time education in higher education. As a result of the study, the author draws conclusions on how to make distance learning most effective for such groups of students.

Ключевые слова: цифровизация; дистанционное обучение; электронные средства обучения; недостатки дистанционного обучения; последствия дистанционного обучения.

Keywords: digitalization; distance learning; e-learning tools; disadvantages of distance learning; the consequences of distance learning.

Дистанционное обучение в последнее время стало одной из центральных тем научных и научно-популярных дискуссий. Исследователи изучают плюсы и минусы цифрового образования, целесообразность его применения в обычных (стандартных) условиях, возможность его сочетания с офлайн форматом (смешанное обучение). Представляется важным оценить эффективность использования дистанционного формата именно для заочной формы обучения.

В сентябре-октябре 2021 г. в «Волжском государственном университете водного транспорта» был проведен опрос с целью выяснить отношение студентов-заочников к дистанционному формату обучения и проанализировать его преимущества и недостатки. Опрос показал, что большинство студентов относятся к формату полностью или скорее положительно. В основном студенты отметили, что во время онлайн-учебы их мотивация не изменилась. Наилучшим форматом обучения студенты-заочники назвали сочетание интерактивной (с помощью видеоконференций) и письменной формы. Также студенты отметили: несмотря на то, что во время обучения они могут задать интересующие их вопросы, им не хватает обратной связи от преподавателей.

Плюсы дистанционного формата обучения для заочников очевидны.

Прежде всего, это возможность осуществлять обучение из любой точки земного шара при условии доступа к интернету. Заочное обучение подразумевает большой объем самостоятельной работы, подкрепляемый контактом с преподавателем. В наилучшем варианте общение с преподавателем предшествует самостоятельной работе студента, осуществляется во время такой работы и завершает этап самостоятельной работы. В таком случае студент первоначально направляется преподавателем, преподаватель осуществляет непрерывную помощь в освоении материала и корректирует работу студента на заключительном этапе. Дистанционный формат обучения позволяет реализовать данную схему обучения с наилучшей эффективностью. Формат видеоконференции на начальном этапе помогает осуществить теоретическое обучение, устранить пробелы в знаниях, дать первоначальное представление об изучаемом предмете. Дистанционный контакт посредством электронной почты и других мессенджеров в течение срока обучения позволяет оперативно ответить на возникающие у студентов вопросы, осуществить контроль и руководство учебным процессом. Видеовстреча на финальном этапе обучения дает возможность преподавателю систематизировать ошибки студентов, проанализировать сильные и слабые стороны проделанной студентами работы, подвести итоги и оценить результаты.

Вторым плюсом дистанционного обучения заочников является удобство совмещения обучения с работой или другой учебой. Заочники, как правило, имеют работу, причем место работы зачастую расположено в другом городе. Во «ВГУВТ» достаточное количество студентов конвенционных специальностей работает не просто далеко от дома, но постоянно перемещается на судах прибрежного и дальнего плавания, в том числе в течение сессии. В таком случае дистанционный формат обучения является не только желательным, но единственно возможным.

Перейдем к минусам цифрового обучения.

Недостатки электронных методов обучения не стоит преуменьшать. Прежде всего, отметим, что явным минусом дистанционного обучения является использование преимущественного письменного формата работы. Наибольшее количество заданий выполняется именно письменно, при этом проверка высланных работ трудоемка и не всегда формально удобна (например, выполненная от руки и сфотографированная контрольная работа). Отсутствие бумажных носителей при дистанционном формате существенно усложняет обратную связь для педагога.

Вторым огромным минусом является отсутствие прямого контакта с преподавателем. Письменные задания ни в коей мере не способны заменить вербальное общение лицом к лицу. Это психологическая особенность обучения, которое не может быть только письменным.

Большим недостатком дистанционного формата является также отсутствие прямого общения студентов друг с другом, отсутствие социализации. Общение – важнейший компонент обучения, и его отсутствие крайне обедняет не только учебный процесс, но и саму личность, процесс ее формирования.

Наконец, исключительно важным недостатком цифрового обучения является форма проведения промежуточной и итоговой аттестации. В случае, когда студент и экзаменатор видят друг друга только на экране (иногда только телефона), представляется невозможным проконтролировать самостоятельность выполнения заданий. Этот фактор ставит под вопрос целесообразность самого применения дистанционных технологий для сдачи зачетов и экзаменов.

Исходя из вышесказанного, можно сформулировать ряд рекомендаций при работе со студентами-заочниками в дистанционном формате.

Прежде всего, подчеркнем роль по возможности «живого» общения преподавателя со студентами. Педагогам не следует пренебрегать форматом видеоконференции, поскольку контакт участников в таком случае наиболее полный и приближен к реальной действительности. Современные сервисы видеоконференций, в том числе отечественные, позволяют преподавателю приблизить обучение онлайн к обучению

в классной аудитории с помощью различных инструментов: чат, возможность загружать картинки и презентации, возможность управлять классом. Опыт показывает, что «живое» общение при обучении устранить и ничем заменить невозможно. Поэтому чем больше контакт студента и преподавателя (визуальный, аудиальный), тем эффективнее обучение.

Очевидно, что по возможности следует исключить проведение промежуточной и итоговой аттестации в дистанционном формате, поскольку контроль за тем, что студенты самостоятельно выполняют задания, крайне затруднен, если в принципе возможен.

Таким образом, электронные средства обучения имеют большой потенциал, в том числе для заочной формы обучения. Однако они способны нанести вред учебному процессу в том случае, если будут применяться без учета социальных и психологических особенностей обучающихся. Цифровой формат в вузе должен по возможности приближаться к «живому» обучению, в этом случае он станет наиболее эффективным.

Список литературы:

1. Медицинское экспертное заключение Международной Общественной Организации «Независимая Ассоциация Врачей» по оценке безопасности дистанционного обучения и активного внедрения методик с применением цифровых технологий для детей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://expert-doctors.site/expert/eksperaliza-distant/> (дата обращения: 05.04.22).
2. Особенности жизнедеятельности и самочувствия детей и подростков, дистанционно обучающихся во время эпидемии новой коронавирусной инфекции (Covid-19) // Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья.- 2020.- № 2.- С. 4-23.

1.3. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ НЕЯЗЫКОВЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ К СДАЧЕ МЕЖДУНАРОДНОГО ЭКЗАМЕНА B1 PRELIMINARY (PET) НОВОГО ФОРМАТА

Тимонина Мария Владимировна
преподаватель английского языка,
Самарский медико-технический лицей,
РФ, г. Самара

Значимость сдачи Кембриджских экзаменов и подготовки к ним не теряет своей актуальности с 1913 года.

Именно в этом году был выпущен первый Кембриджский экзамен, его целью было оценить языковой уровень иностранцев, их возможности учиться и работать на английском языке.

В связи с развитием международных отношений, популярность и востребованность подготовки и сдачи Кембриджских экзаменов увеличивается с каждым годом. Сдачу Кембриджских международных экзаменов обеспечивает Cambridge Assessment English.

Организация предоставляет квалификации и тесты более чем в 130 стран, для более чем 5.5 млн. человек ежегодно [1].

Так, например, самым популярным и востребованным в мире экзаменом по английскому языку является Кембриджский экзамен IELTS. Более 1,5 миллионов кандидатов ежегодно сдают IELTS перед тем, как отправиться в путешествие для получения образования или работы [1]. Не менее популярным экзаменом среднего уровня сложности среди Кембриджских является экзамен PET, или, как он теперь называется, B1 Preliminary.

Экзамен PET признается многими работодателями и образовательными учреждениями так как он показывает, насколько человек владеет основами английского языка и практическими языковыми навыками для повседневного использования. PET — это экзамен, который ориентирован на людей с уровнем английского языка Intermediate.

Необходимо отметить, что для студентов неязыковых специальностей, данный экзамен является возможностью не только получить

работу в иностранной компании, но и повысить свой уровень владения английским языком, так как начинать подготовку к нему можно с уровня A2 (Elementary).

В 2020 году формат экзамена был изменен. Теперь экзамен состоит из 4 частей: Speaking, Listening, Reading и Writing. Наиболее заметные изменения произошли в разделах Reading и Writing, так как до 2020 года задания этих частей выполнялись вместе.

После изменений формата раздел Reading стал отдельной частью, поэтому у сдающих появились более жёсткие временные рамки. На выполнение данного раздела отводится 45 минут от всего экзаменационного времени. Было упразднено задание с выбором между True и False, но добавлены 2 новых задания.

Раздел Writing теперь также вынесен в отдельную часть. Было упразднено задание «transformation task», а также отменен лимит 35-45 слов для ответов на вопросы во втором задании. Время выполнения раздела Writing составляет 45 минут.

Разделы Listening и Speaking подверглись минимальным изменениям. Например, во второй Listening кандидатам теперь предлагается послушать 6 коротких записей вместо одного интервью и ответить на 6 вопросов с 3 вариантами ответа каждый. В части Speaking новых заданий не добавилось и всего одно из 4 изменилось.

Также кандидатам больше не придётся произносить по буквам свою фамилию и картинки для описания теперь будут на разные темы для каждого сдающего экзамен.

Время выполнения раздела Listening и Speaking составляет 30 и 12-17 минут соответственно.

В условиях изменения формата необходимо выявить эффективные пути подготовки студентов к успешной сдаче данного экзамена по каждой из четырех частей (Reading, Writing, Listening и Speaking).

Для подтверждения уровня B1 кандидатам необходимо набрать от 140 до 159 баллов. В случае набора от 160 до 170 баллов кандидат автоматически получает уровень B2. К сожалению, если количество баллов будет равно от 120 до 139, сдающий может претендовать только на уровень A2. Наиболее целесообразно начать подготовку студентов с первой части экзамена – Reading. Для этого преподавателю необходимо:

- Давать сдающим студентам широкий выбор текстов, как аутентичных, так и адаптированных. Необходимо чтобы данные тексты были различных форматов, например: листовки, статьи, заметки, сообщения о различных вебсайтах и социальных сетях;
- Помогать студентам практиковаться в беглом просмотре и сканировании текстов и вырабатывать привычку просмотра текста, чтобы получить общее представление;

- Давать сдающим практиковаться в чтении текстов с незнакомыми словами, научить их игнорировать слова, которые не важны для поставленной задачи;
- Поощрять сдающих внимательно читать задания и инструкции. При этом сдающим необходимо выделить ключевые слова и разобрать примеры, чтобы понять, что необходимо делать;
- Предложить учащимся практиковаться в выполнении заданий на время;
- Помогать сдающим понимать значение новых слов исходя из контекста остального текста и не использовать словарь для каждого нового слова.

Таким образом, следуя данным рекомендациям сдающий может набрать максимальные 32 балла за данную часть.

Для выполнения раздела Writing сдающим необходимо разбираться в различных стилях письма, таких как: статья, электронное письмо и история. Данные стили имеют некоторые различия при написании.

Например, для написания статьи учащимся необходимо практиковаться в написании коротких текстов, которые их интересуют.

При возможности находить и прочитывать статьи на различных сайтах, видеть, как организованы тексты и какие особенности они имеют.

В отличие от статьи электронное письмо имеет ряд особенностей, такие как типичный для переписки язык и фразы используются при открытии и закрытии письма. Для написания истории учащиеся должны регулярно планировать и писать рассказы, а также читать различные рассказы на английском, чтобы уметь идентифицировать начало, развитие и конец истории.

При подготовке учащихся к аудированию (Listening) педагог помогает определить и понять тип прослушиваемого текста.

Необходимо практиковать различные типы слушания чтобы развить навык понимания на слух, важно, что тестирование не должно быть единственным направлением.

Сдающие должны по возможности не оставлять пустых мест в ответах, так как они не потеряют баллы за неверный ответ.

После прослушивания выполните расшифровку записи, чтобы определить ключевые фразы, реплики, слова.

Заключительная часть экзамена PET требует более длительной подготовки, так как сдающие должны непрерывно практиковаться в разговорной речи на английском языке в разных контекстах и насколько это возможно, имитировать данные занятия можно с помощью различных ролевых игр.

Практика описаний картинок на время (1 минута) помогает сдающим увидеть, как хорошо они делают это и что можно улучшить.

Рекомендуется не давать сдающим заучивать стандартные тексты, так как это будет звучать неестественно и вероятно, не ответит на конкретные вопросы.

Таким образом, подготовка для студентов неязыковых специальностей вуза к успешной сдаче экзамена PET обязательно должна включать все задания формата экзамена.

Важно выстраивать программу подготовки так, чтобы задействовать все виды речевой деятельности, а также лексику и грамматику, предусмотренную требованиями к уровню B1.

Список литературы:

1. Cambridgeenglish.org.ru [Электронный ресурс]
URL: <https://www.cambridgeenglish.org/exams-and-tests/preliminary/>

1.4. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ТЕХНОЛОГИИ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ ЭФФЕКТИВНО РАЗВИТЬ АТАКУЮЩИЕ ДЕЙСТВИЯ БАСКЕТБОЛИСТОВ

Азизова Рушен Исмаиловна

доцент,

*Наманганский государственный университет,
Республика Узбекистан, г. Наманган*

Федорко Мария Александровна

магистрант

*Наманганский государственный университет,
Республика Узбекистан, г. Наманган*

TECHNOLOGIES ALLOWING TO EFFECTIVELY DEVELOP ATTACKING ACTIONS OF BASKETBALL PLAYERS

Rushen Azizova

Assistant professor,

*Namangan State University,
Uzbekistan, Namangan*

Maria Fedorko

Undergraduate

*Namangan State University,
Uzbekistan, Namangan*

Аннотация. Данная статья посвящена методике с применением эффективных средств, позволяющей в короткие сроки развить атакующие действия баскетболистов.

Abstract. This article is devoted to a technique with the use of effective means that allows developing the attacking actions of basketball players in a short time.

Ключевые слова: игра в баскетбол; бросок мяча; атакующие действия; техника игры; тактика игры.

Keywords: basketball game; ball throwing; attacking actions; game technique; game tactics.

В такой яркой, красочной и занимательной игре как баскетбол на площадке, сталкиваются команды, желающие победить друг друга. Этот спор бывает очень острым и требует от игроков большого напряжения умственных и физических качеств, а также, различных способностей. Любая команда в баскетболе имеет тактику из наступательных действий, целью которых является забрасывание мяча в корзину соперника, и из оборонительных действий, целью следующих является воспрепятствование наступательным действиям противника.

Защищающиеся и нападающие действия у каждой команды должны быть разносторонними и разнообразными, и при этом соответствовать особенностям противника и условиям, в которых происходит игра. Для успешного отражения защиты и прибыльного завершения атаки, обязательно надо владеть техникой игры и уметь своевременно ее применять против данного соперника в конкретной обстановке. Для развития этих действий необходима соответствующая технология.

Под педагогической технологией понимается построение проекта учебно-воспитательного процесса в качестве модели этого процесса, выявляя закономерности и принципы его организации. Проект как система учебно-воспитательного процесса в своей совокупности представляет собой множество методов, средств, операций, приемов, условий, форм его организации (1).

Источником высокой квалификации в баскетболе принято считать технику. Для успешной игры в баскетбол, игрок должен научиться ловить и вести мяч, делать приём, передачу партнеру, резко останавливаться или изменять тренд, стиль своего движения в любой простой или сложной стихии. В баскетболе много разнообразных и различных технических средств действия. Передача мяча, может быть выполнена одной и двумя руками, из-за спины и о площадку, на короткий либо длинный интервал и т. д. Броски мяча по корзине, перемещения на площадке, ведение мяча, его ловля и передача столь же многогранны.

Для ведения игры все средства имеют одинаковую важность, и должны быть тщательно исследованы, изучены и усвоены во время учебно-тренировочных занятий. Мы не можем акцентировать внимание на конкретно каком-либо одном приеме. Чем больше технических движений освоили игроки, тем выше их техника, тем большим арсеналом вооружена команда. А чем лучше вооружена команда, тем легче ей бороться с противником и одержать победу над ним.

Даже самая удачная тактическая идея не может быть осуществлена без достаточно основательного овладения техникой игры. Действия всего состава, все усилия, затраченные на то, чтобы забрать мяч у противника, могут стать бесполезными из-за неточной передачи или неправильной ловли мяча. Каждый занимающийся баскетболом должен стараться отшлифовать до совершенства технику передвижения и владения мячом. Технически подготовленный и разносторонний игрок наиболее «неудобный» для оппонента.

Будь то игра или тренировка тренер должен добиваться, чтобы игроки применяли самые бесхитростные и целесообразные приемы. С учётом обстановки могут быть применены и более сложные приемы, но искусственно усложнять технику и применять более сложный и красивый прием, когда этого не требуют обстоятельства, не рекомендуется.

Характерной чертой баскетбола является простота и рациональность технических приемов, безусловно, необходимых для достижения высокого результата команды. Рейтинг испытываемого усилия, необоснованное усложнение технических приемов требует большего расходования сил и энергии игроков.

Обработка и улучшение броска мяча является сложным и трудоемким процессом в баскетболе, нуждающийся в усиленном контроле и пристальном внимании со стороны наставника. Инструментом, позволяющим эффективно развивать атакующие действия баскетболистов, принято понимать различного рода упражнения, санкционирующие и пробуждающие физические возможности организма, способствующие преодолению трудовой барьер в спорте.

Следует учесть и разобрать несколько упражнений, позволяющие эффективно развивать атаку:

1. Выполнение упражнения начинается с расположения правой стороны от баскетбольной корзины, в метре-полтора от кольца. Выполнить два шага влево, параллельно лицевой линии и забросить «полукрюк» с другой стороны кольца, используя левую руку. Не давая при этом мячу опуститься на землю, подобрать его и сделать 2 шага вправо (снова параллельно лицевой линии) и снова забросить мяч в кольцо «полукрюком», используя правую руку. Войдя в ритм и выполнить 10-20 попаданий без перебойно. Это упражнение называется *Mikan Drill*- получившее своё название в честь баскетболиста NBA Джорджа Майкана (Микана). Упражнение учит игрока атаковать слабой рукой и превратит её в эффективный инструмент нападения.

2. Подбросить мяч вверх, будто он «отрикошетил» от кольца после неудачного броска. Выпрыгнуть вверх, взять подбор и максимально сжать мяч руками. Представить, что этот подбор достался с трудом и

сейчас у вас его пытаются выбить. Сразу после подбора выполнить вращения мяча вокруг корпуса на разной высоте: вокруг головы, спины, коленей и икр. Повторить такое упражнение 10-20 раз. Ball slaps and squeezes (Шлепки по мячу и сжатие).

3. Упражнение «сэндвич». Три игрока встают один возле другого перед кольцом. Средний игрок в «сэндвиче». Он бросает мяч в щит так, чтобы мяч отскочил к нему обратно. После подбора мяча игрок выполняет бросок. Игроки с обеих сторон фолят на нем, но не блокируют мяч при броске. Игроку предоставляется пять попыток, после чего «сэндвичем» становится другой игрок (2).

4. Исходное положение: одна рука впереди, вторая - сзади, мяч находится между ногами. Нужно, отпустив мяч, сменить расположение рук: если правая была спереди, а левая - сзади, то теперь мяч нужно схватить правой сзади, а левой - спереди. Разнообразим упражнение: обе руки спереди, мяч между ног. Отпускаем мяч и ловим его руками, но уже сзади. Регулярное выполнение данного упражнения позволит занимающемуся развить скорость рук, что очень важно для выполнения качественных и быстрых финтов - Quick hands (Быстрые руки). Выполнение: 30 секунд первый вариант, 30 секунд - второй вариант. Зафиксировать, сколько раз вы успели сделать в первый раз, а потом сравните с результатами в конце недели.

5. Смысл этого упражнения в познании быстрого и комфортного для себя изменения высоты и темпа дриблинга. На наглядном примере: сразу после заслона или отыгрыша соперника допущено столкновение с тем, что мяч выбивают из-за спины (при этом игрок уже думает, что оппонент вне игры). Самое простейшее сопротивление - внезапно снизить градус дриблинга. Задача действия состоит в необходимости стука мячом в пол, чередуясь попеременно правой и левой рукой. Приступить к заданию с простейшего устойчивого равновесия «ноги и спина прямые» и спускайтесь вниз, наращивая интенсивность стуков в пол. Как только между вашими руками и полом окажется пространство, чуть большее, чем мяч, начинайте подниматься вверх. Можно сделать 5-7 серий. Для эффективного улучшения упражнения - стоит попытаться реализовать данное задание, не глядя на мяч или набивая его одним пальцем правой руки и одним пальцем левой руки. Наименование упражнения Drum dribble.

Заключение. Регулярное использование и применение на соревнованиях этих средств позволит нам воспитать достаточно эффективного игрока, который будет неудобен для противника своим грамотным набором атакующих действий. Искусство экономного расходования сил и стремление максимально упрощать различные сложные технические приемы нужно возвращать у игроков с первых шагов их обучения.

Лучше затратить больше времени на изучение и освоение, привить игроку чувство целесообразности применения приемов, чем потом исправлять укоренившиеся ошибки. Стремясь к простоте применения технических приемов, игроки не должны избегать трудных положений, им следует использовать технические приемы и производить затрату сил не большую, чем требует обстановка. Благодаря примененным средствам атаки, тренер может решить множество проблем, образовавшихся в соревнованиях по баскетболу.

Список литературы:

1. Татарова С.Ю. Роль рекреативных технологий в формировании культуры здоровья студенческой молодежи / С.Ю. Татарова, В.Б. Татаров // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием 19–20 мая 2020 г.
2. Татарова С.Ю., Татаров В.Б. Специальные упражнения для совершенствования технико-тактической подготовки баскетболистов. Учебное пособие. М. Финансовый университет, 2015. – 112 с.

РАЗДЕЛ 2.

ПСИХОЛОГИЯ

2.1. КОРРЕКЦИОННАЯ ПСИХОЛОГИЯ

КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ТЕХНИК

Черепанова Екатерина Александровна

студент,

*ФГБОУ ВО Томский государственный педагогический университет,
РФ, г. Томск*

Сергеева Анна Иосифовна

канд. пед. наук. доцент кафедры дефектологии,

*ФГБОУ ВО Томский государственный педагогический университет,
РФ, г. Томск*

Аннотация. Данная статья посвящена изучению коррекции тревожности у младших школьников с задержкой психического развития посредством использования телесно-ориентированных техник с интеграцией «сказки», как метода, позволяющего на более глубинном эмоциональном уровне осуществлять процесс проживания травмирующей ситуации.

Ключевые слова: коррекция тревожности; телесно-ориентированные техники; сказка; осознание и проживание эмоций.

В возрастной и педагогической психологии младшему школьному возрасту уделяется особое внимание. В это время изменения претерпевают все сферы жизни ребенка, ведущей деятельностью которого становится учебная, в связи с этим меняется его социальный статус и обязанности. Подобные перемены оказывают существенное влияние

на эмоциональную сферу ребенка. Благополучное психическое развитие детей в данном возрасте напрямую зависит от их эмоционального состояния. К сожалению, ситуация такова, что на современном этапе развития общества, типичными для младших школьников все чаще становятся отрицательные эмоциональные состояния тревоги и страха, препятствующие нормальному психическому состоянию и учебной деятельности детей.

Учитывая особенности эмоционально-волевой сферы младших школьников с задержкой психического развития, нам особенно важно, рассмотреть феномен тревожности, его основные аспекты, а также изучить использование телесно-ориентированных техник в тандеме со сказкотерапевтическим методом. Целесообразно, на данном этапе, проследить с какими трудностями сталкивается данная категория детей, что необходимо учитывать при формировании и реализации процесса взаимодействия и насколько актуальна интеграция «движения» и «сказки» в коррекционно-развивающей работе по стабилизации уровня тревожности.

Трудности в обучении, возникающие в процессе коммуникации, обусловленные повышенным уровнем тревожности, истощают внутренние ресурсы ребенка. Энергия расходуется не на учебную деятельность, а на подавление тревожности и если проблема не решается, то это может привести к развитию невротического состояния. Что может, еще больше, усугубить сложившуюся ситуацию.

Собрав воедино основы характеристик младшего школьного возраста, задержки психического развития, ее проявления у детей, а также, обратив внимание на основные показатели тревожности в данной категориальной системе, мы пришли к выводу о том, что, как задержка психического развития у младшего школьника может повышать уровень тревожности, так и сама тревожность, вызванная различными факторами, может быть одной из основных причин задержки психического развития. Тем самым, мы смеем предположить что, влияя на уровень тревожности мы автоматически воздействуем на темп психического развития ребенка и наоборот, работая над устранением задержки психического развития у младшего школьника, мы параллельно уравниваем его уровень тревожности. Как известно, более 80% информации в процессе общения передается невербальным способом. А у ребенка «живой язык» спонтанных движений и жестов гораздо в большей степени отражает характер его коммуникации и появляется задолго до отчетливых речевых навыков. Поэтому включение телесно-ориентированных психотехник и приемов в психокоррекционные программы существенно расширяет их возможности [1]. Основу телесно-ориентированных техник,

целесообразно представить следующим перечнем кинезиологических методов и приемов:

1. Массаж (самомассаж) - воздействует на биологически активные точки. Особенно эффективным является массаж (самомассаж) кистей, пальцев рук и ушных раковин. Специалисты насчитывают примерно 148 точек, расположенных на ушной раковине, связанных с различными частями тела человека. Даже простой растирающий массаж (самомассаж) ушей улучшает кровообращение в организме, стимулирует кору головного мозга, улучшает слуховое внимание и восприятие ребёнка.

2. Растяжки - нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость) мышц. Наличие гипотонуса обычно связано со снижением психической и двигательной активности ребёнка, с высоким порогом и длительным латентным периодом возникновения всех рефлекторных и произвольных реакций. Гипотонус сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий. Оптимизация мышечного тонуса является одной из самых важных задач нейропсихологической коррекции.

3. Дыхательные упражнения - улучшают ритмику организма, развивают у ребёнка самоконтроль и произвольность. Нарушение ритмов организма (электрическая активность мозга, дыхание, сердцебиение, перистальтика кишечника, пульсация сосудов и т.д.) могут привести к нарушению психического развития ребёнка. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над вниманием.

4. Упражнения на развитие мелкой моторики – стимулируют речевые зоны коры головного мозга, развивают слухомоторную координацию. Исследованиями учёных доказано, что развитие тонких координированных движений пальцев рук способствует активизации речевой активности у детей, более эффективному преодолению имеющихся нарушений звукопроизношения.

5. Глазодвигательные упражнения - позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, повышают энергетизацию организма. Детям с патологией зрения противопоказаны упражнения, связанные с длительным и резким наклоном головы. При составлении комплексов глазодвигательных упражнений в рамках программы образовательной кинезиологии необходимо соблюдать определённые условия [2].

Для более глубокого погружения ребенка в процесс трансформации уровня тревожности, нам необходимо, включение «сказки», как метода, позволяющего активизировать, восстанавливать и прорабатывать взаимодействия между различными уровнями и аспектами психической деятельности. Если рассматривать «сказку» с позиции телесно-ориентированного

подхода, то «сказка» является гармоничным, поэтапно-выстроенным сценарием, в который, в свою очередь, в определенном порядке встраиваются необходимые элементы телесно-ориентированной техники. Каждое последующее упражнение несет в себе смысл предыдущего действия. Сказка дает возможность логично выстроить маршрут каждого движения, не теряя при этом общего смысла.

Главная цель сказкотерапии - максимально способствовать личностному развитию детей и их социальной адаптации. В частности, посредством сказкотерапии можно работать с проблемами агрессии, неуверенности в себе, тревожности и страхов, застенчивости и стыдливости, лживости, а также с различного рода психосоматическими заболеваниями [3]. Соединение методов сказкотерапии и телесно-ориентированных техник позволяет создать не просто занятие, а настоящий тренинг, в процессе которого, у детей появляется возможность создавать связь между показателями физических и психических качеств, задействовать тело, душу и эмоции. Телесные движения - развивают межполушарное взаимодействие, снимают непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы. Происходит «чувствование» ребёнком своего тела, что способствует обогащению и дифференциации сенсорной информации [4].

На данном этапе, мы рассмотрим соединение терапевтической сказки Хухлаевой О.В. «Серое ухо» [5] и упражнений из телесно-ориентированных техник, а также проследим смысловую последовательность построения структуры, которая может быть встроена в коррекционно-развивающее занятие при работе с тревожностью.

В одном лесу жил зайчишка «Серое ухо». Каждый день он бегал по лесу и косил глазами во все стороны, чтобы обо всем в округе знать.

Встраивание глазодвижительных упражнений «Часы». Движения глаз вверх-вниз. Плавно 8 - 10 раз. / Движения глаз вправо-влево. Плавно 8 - 10 раз. / Плавные движения глаз вырисовывают бабочку. Правый верхний угол - правый нижний угол, вверх по диагонали - левый верхний угол, левый нижний угол. / Плавные движения глаз вырисовывают восьмерку. Сначала надо сделать восьмерки в одном направлении, а затем в другом.

Однажды его друг Ежик Маленькие ножки пригласил Зайчишку на свой день рожденья. Зайчишка очень обрадовался приглашению. Он пошел на дальнюю поляну и набрал для Ежика целую корзину земляники, а потом отправился в гости.

Встраивание упражнений на развитие мелкой моторики. Для этого нужно зажать между ладонями массажный мячик (греческий орех, мячик для тенниса) и выполнять различные задания: поступательные движения

ладонями вперед - назад; круговые движения ладонями; сжимание - разжимание мяча в ладони; перекладывание из одной руки в другую; зажимание мячика двумя пальцами (поочередно менять пальцы); катание мячика по столу, придерживая его одним пальцем; прохождение мячиком по лабиринту, подталкивая его пальцем; продвижение мячика по нарисованной на столе спирали.

Его путь лежал через лесную чащу. Светило солнышко, и Зайка весело и быстро добрался до домика Ежика. Ежик очень обрадовался зайчику. Потом к ежику пришли Белка Рыжий хвостик и Барсучонок Мягонький животик. Они все вместе танцевали и играли, а после пили чай с тортом и земляникой. Было очень весело, время бежало быстро, и вот уже начало темнеть - пора было гостям собираться домой, где их ждали родители.

Встраивание упражнений на сплочение группы, умения работать в команде. «Заколдованная тропинка». Один из детей - ведущий, он показывает остальным участникам, как пройти по тропинке через заколдованный лес. Дети должны в точности повторить его маршрут. Тот из детей, кто сбился с пути, превращается в «елочку». Задача команды - спасти его, расколдовать. Для этого необходимо сказать ему что-то приятное, обнять, погладить.

Друзья попрощались с ежиком и пошли по своим домам. И наш Зайчишка отправился в обратный путь. Сначала он шел быстро, пока тропинку было хорошо видно, но вскоре совсем стемнело, и Зайчику стало чуть-чуть страшно. Он остановился и прислушался к темному и совсем неприветливому ночному лесу. Вдруг он услышал странный шорох. Зайчишка прижался к траве и задрожал.

Встраивание упражнений на снижение уровня тревожности. Игра «Зайки и слоники». Сначала педагог предлагает детям превратиться в зайчишек-трусишек. Педагог стимулирует действия детей словами: «Как зайчик боится? Что он делает, когда ему страшно? Зайчик - трусишка дрожит, сжимается в комочек, пытается стать еще меньше и незаметнее (дети показывают, как боится зайчик, как он дрожит). «Как зайчик прячется, когда слышит чьи-то шаги, видит лису или волка?»

Потом подул ветер, и Зайка услышал страшный скрип и скрежет - он посмотрел направо и увидел что-то огромное и страшное: у него было много длинных и корявых рук, которыми оно размахивало и при этом издавало тот самый страшный скрежет.

Встраивание упражнений дыхательной гимнастики. «Ветер и листья». После выдоха ребята задерживают дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произносят звук «ф». затем на одном выдохе произносят несколько раз звук «п», делая ступенчатый выдох, и постепенно опускают руки вниз (листья опадают).

Зайчонку стало совсем страшно, он подумал, что это Чудовище, что оно сейчас схватит его своими корявыми ручищами, а потом съест... Бедный Зайчишка накрыл лапками уши и закрыл глазки, чтобы не видеть и не слышать страшного Чудовища и стал дожидаться своей смерти.

Так прошло некоторое время и... ничего не случилось. А затем Зайка сказал сам себе: «Неужели я так и буду лежать здесь и умирать от страха? А что будет с моей мамой, если я умру, ведь она не переживет этого?». Зайка собрался с силами, открыл глаза и смело посмотрел на Чудовище.

Встраивание упражнений на улучшение эмоционального фона. «Волшебное превращение из трусливого зайчишки в храброго слоника», (продолжение игры «Зайки и слоники»). Трусливые зайчики превращаются в сильных, больших, могучих слонов. Пусть дети станут слонами и покажут: как ходит сильный и большой слон. Какой он спокойный и бесстрашный. Ребятам следует рассказать, что если слоны встречаются людей, они не прячутся, как зайцы, а общаются с ними и спокойно идут дальше. Следует предложить детям поиграть во встречу слона и человека. Можно разнообразить игру, предложив поиграть во встречу бесстрашного слона и волка, тигра.

И вдруг он заметил, что Чудовище совсем не Чудовище, а старый Дуб, с которым Зайка всегда здоровался, гуляя по утрам, а огромные руки - всего-навсего ветви, на которых днем поют птички. Скрипел же старый Дуб потому, что на ветру раскачивалась его старая растрескавшаяся макушка. Наш Зайка громко рассмеялся, оттого, что испугался старого своего друга -добрго Дуба.

Встраивание упражнений на снятие физического и психического напряжения. «Дождь в лесу». В лесу светит солнышко, и все деревья потянули к нему свои веточки. Тянутся высоко-высоко, чтобы каждый листочек согрелся. Но подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны. Но крепко держатся корнями деревья, устойчиво стоят и только раскачиваются. Ветер принес дождевые тучи, и деревья почувствовали первые нежные капли дождя (дети легкими движениями касаются спины рядом стоящего товарища). Деревья стали жалеть друг друга, защищать от сильных ударов дождя своими ветвями. Но вот появилось солнышко. Деревья почувствовали внутри себя свежесть, бодрость и радость жизни.

Зайка продолжил свой путь домой, он теперь знал, что ничего страшного в ночном лесу не может быть. И после этого случая Зайка Серое ухо никогда больше не боялся темного леса.

Встраивание элементов телесно-ориентированных техник в сценарий «сказки» позволяет расширить границы ощущения пространства и времени, а также обеспечить глубокое погружение и проживание той модели травмирующей ситуации, которую необходимо ощутить, прочувствовать, прожить. В любом даже самом коротеньком тексте сказки заложен ценный ресурс, который помогает сделать процесс работы со страхами, и тревожностью более легким и доступным для младшего школьника с задержкой психического развития, а интеграция телесно-ориентированных техник, в свою очередь, помогают сформировать и закрепить новую положительную реакцию на ситуацию, которая когда-то вызывала тревожное состояние ребенка.

Список литературы:

1. Ганичева И.В. Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми (5-7 лет) / И.В. Ганичева. – Москва : Книголюб, 2008. – 136 с. - ISBN: 5-93927-111-1.
2. Волкова Л.С. Логопедия: учебник / Л.С. Волкова, С.Н. Шаховская – 3 изд., перераб. и доп. – Москва : ВЛАДОС, 2002. – 680 с. – (Коррекционная педагогика).
3. Свистунова Е.В. Разноцветное детство: игротерапия, сказкотерапия, изотерапия / Е.В. Свистунова. - Москва : Форум, 2014. – 192 с.
4. Дэннисон П. «Гимнастика мозга» : Книга для учителей и родителей / Пол Дэннисон, Гэйл Деннисон. – Санкт-Петербург : Весь, 2019. – 47 с. - ISBN:9785041606428.
5. Хухлаева О.В. Хухлаев О.Е. Лабиринт души. Терапевтические сказки / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. - Москва : Трикста, 2005. - 175 с.

2.2. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ

КОУЧИНГОВЫЙ ПОДХОД В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТА ПОМОГАЮЩИХ ПРАКТИК

Симонов Петр Александрович

*соискатель ученой степени кандидата психологических наук
Институт психологии творчества,
РФ, г. Санкт-Петербург*

COACHING APPROACH IN THE TRAINING OF A SPECIALIST OF HELPING PRACTICES

Petr Simonov

*Applicant for the degree of candidate of psychological sciences
Institute for Psychology of Creativity,
Russia, St. Petersburg*

Аннотация. В настоящей статье рассмотрена актуальность практического применения коучингового подхода при подготовке специалиста помогающих практик. Анализируя особенности коучинга в раскрытии потенциала личности, формирования соответствующих поведенческих реакций, позволяющих находить ресурсы внутри себя, а так же становления профессиональной позиции помогающего специалиста, делается вывод о эффективности коучинга в повышении результативности практической работы такого специалиста.

Abstract. This article examines the relevance of the practical application of the coaching approach in the training of a specialist of helping practices. Analyzing the features of coaching in the disclosure of the potential of the individual, the formation of appropriate behavioral reactions that allow you to find resources within yourself, as well as the formation of a professional position of a helping specialist, the conclusion is made about the effectiveness of coaching in improving the effectiveness of the practical work of such a specialist.

Ключевые слова: кризис; коучинг; психология; помогающие практики.

Keywords: crisis; coaching; psychology № helping practices.

Все чаще в современных реалиях нам приходится сталкиваться с кризисными явлениями в политической, общественной, социальной и других сферах жизни. С ростом в обществе запроса на профессиональную помощь в преодолении кризисных состояний, так же остро встает вопрос не только о необходимости подготовки квалифицированных специалистов помогающих практик, но и о поиске нового инструментария, который помогал бы не только справиться с острой фазой любого кризисного явления, но и способствовал бы нахождению новых возможностей и ресурсов в самой кризисной ситуации, что, в свою очередь, позволило бы не только улучшить качество оказываемой помощи, но давало бы возможность самому специалисту оставаться в состоянии спокойствия, равновесия и целостности. Таким инструментарием может, по нашему мнению, выступить именно коучинг.

Размышляя над определением коучинга с точки зрения научной психологии Березовская Р.А. и Мясникова С.В. указывали на его многозначность. Они отмечали, «что в научной литературе понятие коучинга сформировалось на основе синтеза различных теоретико-методологических и междисциплинарных подходов. Отсюда сложности в поиске универсальной дефиниции: этот термин встречается в публикациях по менеджменту, философии, социологии, педагогике, психологии — и в каждой из этих сфер он имеет свою трактовку. «Коучинг» — это транслитерация английского слова «coaching», которое в переводе означает: наставлять, подготавливать, тренировать. В английском варианте со словом «coaching» можно сопоставить слово «so-achieving», которое, по мнению ряда авторов, наиболее точно отражает понимание процесса коучинга как совместного достижения» [2, с. 65]. Авторами в частности отмечалось, что «коучинг — это система принципов и приемов, способствующих развитию людей с целью повышения эффективности их деятельности, максимального раскрытия и эффективной реализации их потенциала» [2, с. 65]. Как нам представляется, эти особенности коучинга как нельзя лучше соответствуют достижению ранее обозначенных целей подготовки специалистов помогающих практик. Этот вывод также может быть основан на приведенных указанными авторами классических определениях:

- «по Тимоти Голви (Timothy Gallwey) коучинг — это раскрытие потенциала человека с целью максимального повышения его эффективности;

- по Джону Уитмору (John Whitmore) коучинг — это метод психологической поддержки, в котором главное — развитие осознанности и ответственности;
- по Томасу Дж. Леонарду (Thomas J. Leonard) коучинг — это интегративная технология успеха;
- по Майлзу Дауни (Myles Downey) коучинг — это искусство содействовать повышению результативности, обучению и развитию другого человека» [2, с. 66].

Анализируя состав наиболее востребованных качеств современного профессионала, Луговский В.А., Рожков А.Ю. в своей статье «Коучинг как инновационная форма профессионального обучения» указывают, что к таковым можно бесспорно отнести «способность к самостоятельному обретению знаний, умений и навыков, использованию информационных технологий» [5, с. 153]. Говоря о необходимости лично-ориентированного подхода в обучении, предъявляющего высокие требования к содержанию такого обучения, к его методической организации, предполагающего гибкость в определении целей, учета личностных интересов обучающихся, их индивидуальных особенностей, авторами делается вывод о повышении тем самым результативности обучения. Коучинг, по мнению авторов, является одним из разновидностей инновационной образовательной практики лично-ориентированного подхода. «В этой практике коуч направляет процесс получения человеком субъективно и объективно нового опыта. Задача коуча – организовать продуктивный диалог, стимулировать самостоятельное осознание и переосмысление своего накопленного опыта, генерацию нового опыта, реализацию принятых решений в жизни и профессиональной деятельности» [5, с. 153]. Здесь нам важно будет отметить, что в процессе подготовки специалиста помогающих практик на базе коучингового подхода происходит формирование соответствующих поведенческих реакций самого специалиста, позволяющих последнему находить ресурсы внутри себя, изыскивая возможности в кризисных ситуациях для себя и других. Коучинг в данном аспекте помогает «раскрывать потенциал человека для максимального повышения его эффективности» [5, с. 155]. Коучинговый подход в современной образовательной среде является неотъемлемой частью «прогрессивной педагогики», отмечают в своей статье Тургенева О.Ю. и Абу-Талеб Д.В., и он неразрывно связан с гуманистической парадигмой образования, а также отвечает принципам лично-ориентированного обучения [7, с. 467]. Авторами обозначается, что «понимание коучинга – как «инструмента раскрытия потенциала человека», «инструмента эффективного встраивания человека в его жизнь», «способа, который

помогает учиться» – позволяет посмотреть на коучинговый подход как действенный в образовательном контексте, образовательной среде и взаимодействии» [7, с. 467]. Ключевым моментом, отмеченным всеми приведенными выше авторами, является возможность коучинга способствовать раскрытию потенциала человека. В процессе подготовки специалиста помогающих практик это особенно важно и позволяет обучаемому, часто параллельно овладевая классическим «терапевтическим» подходом в психологии, где основная задача заключена в преодолении негативных аспектов кризиса и стабилизацию, проходя обучение в коучинговом подходе, научиться осуществлять поиск позитивных аспектов кризиса, способных придать импульс для дальнейшего роста и скоординировать направление этого роста [6, с. 301]. Эта же особенность коучинга дает возможность сформировать у обучаемого профессиональную позицию помогающего специалиста, которая является основой его профессиональной компетентности и обеспечивает грамотное, этичное и безопасное использование разнообразных методов и техник в работе [1, с. 2]. И здесь крайне важную мысль высказывает Акиндинова И.А., которая в своей работе: «Интегративные методы обучения, формирующие психологическую устойчивость помогающих специалистов» обозначает, что «понятие профессиональной позиции базируется на четком понимании зоны профессиональной компетентности, сферы своей ответственности и перечня профессиональных задач. Потеря профессиональной позиции в ходе работы с пострадавшим может грозить деструктивными последствиями как для пострадавшего, так и для самого специалиста. Выработка профессиональной позиции и способность к ее сохранению в критических ситуациях является первоочередной задачей подготовки помогающих специалистов» [1, с. 2].

Помогая формированию профессиональной позиции, коучинг становится основой для совершенно нового подхода в антикризисной работе, позволяя специалисту сосредоточить свое внимание на выявлении новых возможностей, которые скрыты за кризисной ситуацией, что делает его работу более эффективной нежели просто помощь в совладании с кризисным явлением того или иного формата. Иначе говоря, коучинговый подход это возможность увидеть разнообразие путей из пункта А в пункт Б, а не просто покинуть пункт А. В то же время, как указывают Ковпак Д.В., Ежиков А.Ю., специалисты, «которые начинают коучинговую практику, сталкиваются со сложностями в ходе коучинговой работы. Опираясь на терапевтические привычки и шаблоны мышления и практики, даже при наличии коучингового образования, некоторые из них склонны «соскальзывать» в знакомую

терапевтическую модальность в ходе коучингового контракта, стремясь к концептуализации и реструктуризации дисфункциональных убеждений клиента. Для решения этой проблемы требуется продолжительная практика и объём супервизий, что увеличивает порог входа в коучинговую практику», но не делает ее менее эффективной [4, с. 121]. Важность сохранения основной структурной направленности коучингового подхода, выраженной в понимании наличия у человека всех необходимых ему ресурсов для преодоления кризиса и соответствующего потенциала, обуславливает успешное достижение специалистом целей антикризисной работы, а так же позволяет осуществлять грамотное планирование, намечая конкретные шаги по их достижению. Коучинг, как указывается в статье Ивановой З.А. и Сандомирского М.Е. предполагает ответственность клиента за результат работы, его самостоятельность и осознанность в достижении и присвоении полученного результата. Вместо обесценивания внутренних конфликтов и проблем клиента, которое нередко происходит при давании ему советов и рекомендаций в разных жизненных ситуациях, коучинг позволяет перейти к непосредственному диалогу сложных чувств и ощущений, которые служат репрезентациями сторон внутреннего конфликта, и привлечь их к решению стоящих перед клиентом задач непосредственно в ходе коуч-сессии. Невербальное представление проблемы, используя кинестетическую, визуальную и другие модальности, позволяет обойти внутреннее сопротивление, причем экологично, целиком и полностью используя образы и описания клиента. Техниками поддержания адаптивных состояний становятся при этом диссоциативно-экзистенциальное самонаблюдение и самоанализ» [3, с. 105, 107].

Изложенное выше позволяет сделать определенный вывод о эффективности применения при подготовке специалиста помогающих практик коучингового подхода, дающего возможность обучаемому формировать профессиональную позицию, достигать осознанности - «особого состояния личности, позволяющего успешно вычленять из огромного динамично и объемно разрастающегося потока информации, то самое необходимое, что способствует самоактуализации и обретению самооценности» [6, с. 301], а раскрытие потенциала обучаемого способствует повышению результативности его антикризисной работы.

Список литературы:

1. Акиндинова И.А. Интегративные методы обучения, формирующие психологическую устойчивость помогающих специалистов // Психолого-педагогические проблемы безопасности человека и общества. - 2016. - № 1 (30). - С. 17-24.

2. Березовская Р.А., Мясникова С.В. Взгляд психологов на перспективы развития коучинга в России (по материалам круглого стола конференции "Ананьевские чтения» - 2014) // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика. - 2015. - № 1. - С. 63-73.
3. Иванова З.А., Сандомирский М.Е. психосоматический коучинг – обоснование результата, уместность и предпосылки применения // Сборник докладов, статей, текстов выступлений участников Научно-практической онлайн-конференции Ассоциации русскоязычных коучей. - 2020. - С. 104-110.
4. Ковпак Д.В., Ежиков А.Ю. Системный когнитивно-поведенческий коучинг: понятие и основы методологии // Сборник научных статей VII Международного съезда Ассоциации когнитивно-поведенческой психотерапии СВТFORUM. - Санкт-Петербург, - 2021. - С. 117-148.
5. Луговский В.А., Рожков А.Ю. Коучинг как инновационная форма профессионального обучения // Научный альманах. - 2018. - № 3-3 (41). - С. 153-156.
6. Симонов П.А. От постмодерна к метамодерну: кризис как вызов для поиска новых решений // Методология современной психологии. - 2022. - № 15. - С. 291-301.
7. Тургенева О.Ю., Абу-Талеб Д.В. Коучинг как форма сопровождения образовательного процесса // Сборник трудов I Международной научно-практической конференции «Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса». – Симферополь. - 2022. - С. 465-472.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

**НАУЧНЫЙ ФОРУМ:
ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

*Сборник статей по материалам LXI международной
научно-практической конференции*

№ 5(61)
Май 2022 г.

В авторской редакции

Подписано в печать 09.05.22. Формат бумаги 60x84/16.
Бумага офсет №1. Гарнитура Times. Печать цифровая.
Усл. печ. л. 2,625. Тираж 550 экз.

Издательство «МЦНО»
123098, г. Москва, ул. Маршала Василевского, дом 5, корпус 1, к. 74
E-mail: psy@nauchforum.ru

Отпечатано в полном соответствии с качеством предоставленного
оригинал-макета в типографии «Allprint»
630004, г. Новосибирск, Вокзальная магистраль, 3

16+



НАУЧНЫЙ
ФОРУМ
nauchforum.ru