

# НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ "GLOBUS" ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

Том 7 № 2 (42)/2021

Члены редакционной коллегии:

- prof. Przemysław Niewiadomski, University of Zielona Góra Orcid: [0000-0002-2805-4671](https://orcid.org/0000-0002-2805-4671)
- Azizkhon Bositkhonovich Rakhmonov — Узбекский государственный университет мировых языков
- Хованский С.М канд. психол. наук , Университет «Туран»
- Лавринов С.П канд. пед. наук Научный сотрудник, Университет ИТМО
- Гамбарян.О.А д-р психол. наук Старший научный сотрудник, Национальный университет «Киево — Могилянская академия»
- Линков М.В доцент, Национальный университет «Киево — Могилянская академия»
- Коновал Г.Г доцент, Тюменский государственный институт культуры

Статьи, поступающие в редакцию, рецензируются. За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов. При перепечатке ссылка на журнал обязательна. Материалы публикуются в авторской редакции.

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

Художник: Валегин Арсений Петрович  
Верстка: Курпатова Ирина Александровна

**Контактная информация организационного комитета конференции:**

Научный журнал "Globus": Психология и педагогика

**Электронная почта:** [psy@globus-science.ru](mailto:psy@globus-science.ru)

**Официальный сайт:** [www.globus-science.ru](http://www.globus-science.ru)

Учредитель и издатель ООО «Serenity-Group»

Тираж 200 экз.

Отпечатано в типографии:

В.О., 13-я линия, 20, Санкт-Петербург, Россия, 199178

# СОДЕРЖАНИЕ

## ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА, ИСТОРИЯ ПЕДАГОГИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

*Кузнецова И.С.*

ВОСПИТАНИЕ СИСТЕМЫ ЦЕННОСТЕЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ КУЛЬТУРЫ СРЕДСТВАМИ КИНО..... 3

## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

*Блаувельт Е.И.*

ИТОГИ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ, НАПРАВЛЕННОЙ НА ВЫЯВЛЕНИЕ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ ..... 8

## ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

*Шойимкулова М.Ш.*

КОНКУРЕНТНОЕ ПРЕИМУЩЕСТВО ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ..... 15

*Шарипова Ф.Н.*

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ В НЕФИЛОЛОГИЧЕСКИХ ВУЗАХ ..... 17

*Курбанов А.К.*

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ОФЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ СТУДЕНТОВ НЕЯЗЫКОВЫХ ВУЗОВ ..... 21

*Исмаатов С.С., Саломова М.З.*

АУТЕНТИЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ В ОБУЧЕНИЕ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ В НЕЯЗЫКОВЫХ ВУЗАХ..... 23

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

*Парахин В.А., Герасимова А.А.*

СТРУКТУРА И ТЕХНИКА ИСПОЛНЕНИЯ ДВОЙНОГО САЛЬТО НАЗАД ПРОГНУВШИЕСЬ С ПОВОРОТОМ НА 360 ГРАДУСОВ ЛЫЖНИКОВ АКРОБАТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ ..... 26

# ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА, ИСТОРИЯ ПЕДАГОГИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

## ВОСПИТАНИЕ СИСТЕМЫ ЦЕННОСТЕЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ КУЛЬТУРЫ СРЕДСТВАМИ КИНО

*Кузнецова Ирина Сергеевна*  
*Балтийский федеральный университет*  
*имени Иммануила Канта*

## EDUCATION OF THE SYSTEM OF VALUES OF NATIONAL CULTURE BY MEANS OF CINEMA

*Kuznetsova Irina Sergeevna*  
*Immanuel Kant Baltic Federal University*

**Аннотация.** В статье рассматривается опыт советской школы по формированию системы нравственных и эстетических ценностей, выработке жизненных ориентиров учащихся, при помощи средств искусства кино. Обращается внимание на возможность использования позитивного опыта прошлого для реализации современных воспитательных задач.

**Abstract.** The article examines the experience of the Soviet school on the formation of a system of moral and aesthetic values, the development of life guidelines for schoolchildren, using the means of the art of cinema. Attention applies on possibility of the use of positive experience passed for realization of modern educator tasks.

**Ключевые слова:** общественный идеал, искусство кино, творческая активность, культурная политика, воспитание и образование.

**Key words:** social ideal, the art of cinema, creative activity, cultural policy, education and training.

Газета «Комсомольская правда» привела результаты исследования отношения старшеклассников и учащихся техникумов к информационной политике государства и СМИ, 2008 – 2009 годы. Эти результаты таковы:

«Каждый второй старшеклассник считает, что кинофильмы и телепередачи порождают злость, раздражение и агрессивность, способствуют привыканию к преступности и антиобщественному поведению как норме поведения и решения межличностных конфликтов. Каждый третий старшеклассник считает, что они служат образцом для подражания, формируют готовность совершения преступлений, способствуют росту терпимости по отношению к преступности. 40% школьников полагают, что такие передачи побуждают к насилию, жестокости, вызывают ощущение страха и незащищенности перед преступностью». [1]. Беседы со студентами Балтийского федерального университета имени И. Канта в 2020 – 2021 учебном году подтверждают данное исследование.

Обратим внимание, что своё мнение о кинофильмах и телепередачах высказывали не обеспокоенные родители, не педагоги и не депутаты. Это суждения юных людей, и тем серьезнее к ним следует отнестись, ибо именно в этом возрасте происходит выбор жизненного пути, жизненной позиции, в конечном счёте, определяется будущее страны. Что касается взрослых, то в январе 2013 года Министерство культуры России опубликовало список из 100 фильмов, которые рекомендуется смотреть. Тем самым, была продемонстрирована реакция государственной власти на многочисленные выступления ученых, педагогов, родителей о необходимости чётко выраженной государственной политики в отношении воспитания подрастающего поколения. Разумеется, пошли письма, в которых предлагалось включить и другие кинофильмы. Но какие бы выдающиеся фильмы ни вошли в список, вовсе не очевидно, что дети их посмотрят, что даже будучи просмотренными, данные кинокартины окажут воспитательное воздействие, ибо недостаточно их увидеть, необходимо понять.

Ещё в 1937 году замечательный педагог А.С. Макаренко, выступая с лекциями по воспитанию, отмечал что «кино является самым могучим фактором не только по отношению к детям, но и по отношению к взрослым... В подавляющем числе наши кинофильмы являются прекрасным и высокохудожественным воспитательным средством» [3, 423]. Заметим, что в этом высказывании даже не упоминается возможное вредное воздействие кино на сознание зрителей. Напротив, А. С. Макаренко говорил о том, что наши фильмы, как правило, обладают высокими художественными достоинствами, являются средством воспитания. Но, будучи весьма проницательным человеком, А.С. Макаренко указал на опасность, которую таит в себе пассивный просмотр школьниками даже хорошего кинофильма. Дело в том, что кино - это ещё и зрелище, которое может вызвать интерес, но не затрагивать глубинных струн души. Подросток может с увлечением следить за разворачивающимся действием, не особо вникая в смысл происходящего. Происходит усвоение внешней канвы, фабулы фильма, но важные идеи, не говоря уж об эстетических достоинствах кинопроизведения, остаются вне внимания юного человека. Более того, привыкший к зрелищу школьник вместо чтения литературного произведения предпочтёт посмотреть экранизацию, а значит даже та литература, которая входит в школьную программу, не составит важнейшую часть его внутреннего мира, его личной культуры. Хорошо известно, что чем меньше дети

читают, тем слабее развивается их интеллект, критическое мышление. Более того, исследования [2,477] показали, что даже электронные книги проигрывают бумажным носителям по ряду параметров, прежде всего по психологическому комфорту и усвоению содержания.

Имея в виду, что привычка к зрелищам может привести к бездумному поглощению зрительной информации, А.С. Макаренко предлагал ограничить количество посещений детьми кинотеатра двумя походами в месяц. Причём просмотренный фильм, по мнению великого педагога, обязательно должен обсуждаться в семье, поскольку в этом обсуждении проявляется умение анализировать увиденное, излагать свою точку зрения. Кроме того, такой обмен мнениями детей и родителей способствует установлению в семье доверительных отношений, сближает всех членов семьи.

Конечно, при наличии телевизоров, компьютеров предложение ограничить просмотр фильмов, сериалов, телепередач и прочих визуальных проектов выглядит весьма наивно. Но всё же стоит рассмотреть ту методику кинообразования, которая была выработана под воздействием идей о воспитании при помощи кино на определенном историческом этапе. Недаром ведь существует поговорка о том, что новое – это хорошо забытое старое. Возможно, некоторые методики, некоторые идеи и принципы можно возродить в современной жизни. О стремлении к этому свидетельствует и предложение Министерства культуры РФ о 100 фильмах для детей и юношества.

Методика, которую выработали ещё в предвоенные годы в СССР, была обращена к учителю. Именно ему предписывалось заниматься воспитанием школьников, используя средства кино. Это методика включала в себя следующие требования:

1. Учителя должны были просмотреть, обсудить и выбрать фильмы, которые следовало посмотреть детям.

2. Учительскому коллективу требовалось обсудить текст вступительного слова, с которым должен был обратиться перед сеансом учитель к ребятам. При этом имелась примерная тематика вступительных слов, включающая некоторый исторический обзор или рассказ о достижениях в стране для того, чтобы кинофильм выполнял образовательную и воспитательную функции. Например, перед фильмом «Чапаев» следовало рассказать о Гражданской войне и иностранной интервенции. Перед кинокартиной «Семеро смелых», которая вышла на экраны в 1936 году, рекомендовалось познакомить ребят с историей освоения Севера, поведать о советских полярниках. Кстати, в основе фильма – реальная зимовка молодых исследователей, среди которых был и М. М. Ермолаев, выдающийся ученый, полярный геолог, гляциолог, геофизик, геохимик, океанолог, основатель единственной в СССР кафедры географии океана в Калининградском государственном университете, ныне БФУ имени И. Канта.

3. Затем следовал этап выработки у школьников установки на восприятие и осознание главной идеи кинофильма, а также укрепление нравственных ценностей и формирование эстетических оценок содержания и формы кинопроизведения. Для этого формулировались рекомендации, касавшиеся литературы, связанной с темой кинофильма. Как правило, книги имелись в школьной или в другой доступной библиотеке.

4. После просмотра кинокартины рекомендовалось организовать выставки работ детей на тему просмотренного фильма: рисунки и фотографии, плакаты, фотомонтажи и т.д. В некоторых случаях разучивались песни по данной тематике, проводились викторины [5, 36].

5. Перед просмотром фильма педагогам рекомендовалось проводить с детьми разные игры, в том числе, настольные, устраивать эстафеты и даже танцы, для так называемой «эмоциональной подготовки». Непосредственно перед сеансом учитель обращался к аудитории с вступительным словом (текст которого, как мы уже знаем, был заранее подготовлен и согласован с другими учителями).

6. После просмотра проводилась так называемая «закрепительная» работа, то есть обсуждение, диспут или даже суд над отрицательными героями фильма. Безусловно, на первый план выходили идеологические задачи, но и воспитательный момент был явно выражен. Скажем, тот же фильм «Семеро смелых» формировал систему ценностей, в который было и чувство любви к Родине, гордость за полярных исследователей, и столь важный для молодежи пример смелости, товарищества, надёжности, взаимовыручки. Можно даже говорить о том, что предлагался идеал для подражания – отважные полярники, исследователи. Указывалось на деятельность, которая нужна Родине, вызывает уважение окружающих, да и просто очень интересна. И, безусловно, находились те молодые люди, которые шли обучаться в институты и техникумы тем специальностям, которые нужны для освоения Севера.

Если соотнести эту методику с тем временем, когда не было современных информационных возможностей, то следует признать, что в целом она была выстроена грамотно. Требование просмотреть фильмы для детей, на мой взгляд, правильное, и дело не в том, чтобы учитель решил, можно ли детям смотреть кинокартину. Фильмы того времени, как отмечал А. С. Макаренко, были вполне достойными. Обсуждая фильм в учительской среде, взрослые люди сами глубже вникали в содержание кинокартины, могли наметить направления разговора с детьми. Подготовка вступительного слова тоже может быть полезной, если имеется в виду то, что учитель должен учитывать интересы конкретных детей, формировать мировоззрение именно своих учеников со всеми их индивидуальными особенностями. Но вот обсуждение этого вступительного слова, по-видимому, лишнее, так как может восприниматься как недоверие к учителю. Хотя и этот аспект можно повернуть в позитивное русло: высказать свою позицию,

получить дополнения, возражения, уловить новые, не замеченные ранее, нюансы. К разработанной тематике тоже следует относиться без догматизма.

Требование, связанное с рекомендацией литературы, с подготовкой фотовыставок и т. д. может быть реализовано по-разному. Несомненно, что комплексный подход – чтение соответствующей литературы, прослушивание музыки, организация викторин, включавших викторины по родному языку, – дело весьма полезное, способствующее развитию интеллекта подростка, выработке художественного вкуса, умения грамотно говорить. Этого очень не хватает нынешним школьникам. Более того, возможно, для многих детей характерно стремление познакомиться с какими-то событиями, фактами, действиями именно в совокупности. Я помню, как ко мне обратился шестилетний мальчик с просьбой найти ему музыку к фильму «Александр Невский». Потребность в этом он объяснил так: «Я прочитал книжку про Александра Невского, прочитал книжку об оружии и доспехах русских воинов и немецких рыцарей. Ещё прочитал «С конём через века» Акимовича и посмотрел картину Павла Корина «За землю Русскую», и ещё я узнал, что есть фильм «Александр Невский» и музыка Прокофьева». Нам повезло: по телевидению показали этот фильм, а перед ним вступительное слово произнёс Лев Николаевич Гумилёв, к которому ставший взрослым мальчик с тех пор относится с благоговением, часто перечитывая его книги.

Так что, и игры, и викторины, и многое другое, что подготовит восприятие фильма, имеют большое значение. Но вот если всё это «заорганизовать», догматизировать и излишне политизировать, тогда может проявиться отторжение и результат будет прямо противоположный желаемому.

Интересным представляется подчёркивание необходимости «эмоциональной подготовки». И тоже, с одной стороны, вызывает уважение участие взрослых в формировании культуры подрастающего поколения, забота о том, чтобы подготовить детей к восприятию кинофильма. С другой стороны, если во вступительном слове уже даны комментарии учителя к предстоящему просмотру, то они, в значительной мере лишают детей самостоятельности, а ведь ещё Кант говорил, что «не мыслям надо учить, но мыслить». Очень важно соблюдать меру.

Столь же противоречива и рекомендация по «закрепительной работе». Обсуждение фильмов – интересное и поучительное мероприятие. Люди старшего поколения с удовольствием вспоминают бурные обсуждения кинофильмов, театральных спектаклей в своих школьных и студенческих коллективах. Но устраивать суд над героями фильма, это уж слишком.

Но вернемся к истории. В период 40-х - 50-х годов произошли значительные изменения в методике кинообразования. Одной из главных задач стал поиск способов выработки у школьников понимания того, что литература и кино – это разные виды искусства, недаром даже говорят «литература и искусство». Отделение литературы от кино в те годы происходило путём сопоставлением позиций режиссёров и писателей, знакомства с особенностями этих искусств. Данная методика применялась для того, чтобы чтение литературных произведений не подменялось их экранизацией.

Заметим, что была обозначена реальная проблема. Чтение «толстых» книг заменялось просмотром экранизаций, а это означало не только утрату навыков вдумчивого чтения, но и оставляло «за кадром» многие важные нравственные проблемы, поднятые автором художественного произведения, обеднялась эстетическая составляющая формирования культуры подрастающего поколения. К сожалению, с тех пор процесс зашёл слишком далеко. Даже не экранизация, а краткое изложение заменяет чтение великих литературных произведений. Роман «Война и мир» Л. Н. Толстого излагается на трех страницах...

Итак, киноискусство рассматривалось как средство воспитания. При этом речь шла не только о художественных фильмах. В 1931 году начался выпуск киножурнала «Пионерия». В нем рассказывалось о добрых пионерских делах, например, о том, как пионеры помогают старикам, играют с малышами, работают на колхозных полях или в школьном саду. Было много сюжетов о дружбе пионеров с пограничниками, о том, как ребята, готовясь служить Родине, воспитывают служебных собак, с которыми хотят охранять государственную границу. В разных уголках страны дети с интересом смотрели киножурнал, повествующий о сверстниках, сами включались в творение добра, готовились к службе в армии: занимались спортом, ходили в пионерские походы, познавая родную землю. В этих стимулированных кинокадрах делах незаметно для самих ребят укреплялась система ценностей, характерных для русской культуры.

В период Великой Отечественной войны выпуск фильмов для детей несколько сократился, но, несмотря на большие трудности, киножурнал «Пионерия» продолжал выходить на экраны. В эти суровые годы в киножурнале рассказывалось о пионерах-героях, сражавшихся с врагом, и о жизни в тылу. Из хроники военных лет режиссер А. Ованесова создала прекрасный фильм «Повесть о наших детях», который с огромным интересом смотрели школьники, впитывая в себя примеры мужества, добра и таланта. Этот фильм произвёл сильное впечатление и на взрослых людей, его показывали в госпиталях, укрепляя дух раненых бойцов. А через 15 лет после Великой Отечественной войны А. Ованесова, которая все годы следила за судьбой своих героев, создала фильм «Необыкновенные встречи». Тогда зрители узнали, что Витя Петров, который в блокадном Ленинграде работал на заводе, вытачивал детали для танков, причём стоял на скамеечке у станка, так как ему ещё не хватало роста, за прошедшие годы стал уважаемым мастером на родном заводе. А маленькая девчушка Шура Пахмутова, выступавшая перед ранеными, стала известным композитором. Этот второй фильм нес не менее сильный воспитательный

заряд, указывал на то, каким образом проектируется достойный жизненный путь, как в делах ребят закладываются успехи и достижения будущего.

В послевоенные годы расширилось обращение к киноискусству как средству воспитания подрастающего поколения. Стало активно развиваться кинолюбительское движение. Почти во всех Домах пионеров были созданы кинокружки, любительские киностудии. Дети с увлечением там занимались. Они учились снимать кинохронику в своей школе, в своей спортивной секции, делали киножурналы, рассказывающие о том, как растут и хорошеют их города. Детские кинолюбительские объединения снимали не только документальные фильмы, но делали мультипликационные картины. В творческий процесс включались театральные кружки, и тогда снимались игровые фильмы. Юные кинематографисты делали научно-популярные киноленты, в которых рассказывали о юных натуралистах, о научно-техническом творчестве на станциях юных техников, в Домах пионеров. Большим успехом у детей и их родителей, у друзей и знакомых пользовались кинопортреты, киноочерки и т.д. Вся эта многообразная творческая деятельность требовала от школьников различных знаний, причём не только технических, но и эстетических, знаний о природе. Развивалось умение подмечать в жизни важные и интересные моменты. При этом у детей вырабатывались нравственные критерии, активная жизненная позиция.

Отметим также, что кинопортреты, киноочерки обращали внимание и самих создателей кинозарисовок, и зрителей, т. е. подростков и юношей, на героев этих киносюжетов. А это важный этап социализации молодого человека, поскольку, в киноочерках автор выделял те характеристики, которые одобряются обществом, вызывают уважение окружающих.

Создававшиеся в детских киностудиях фильмы не оставались достоянием узкого круга зрителей. В стране был проведён ряд кинолюбительских конкурсов для школьников. Проведение конкурсов в своей основе имело такую значительную педагогическую идею, как поддержка и использование склонности детей соревноваться, желание участвовать в соревнованиях. Здесь присутствует и игровой момент, столь важный в жизни детей, подростков, юношества.

В 60-е годы появилась новая форма внеклассной работы - школьные кинотеатры, которые в дальнейшем получили большое распространение. В 1963-1964 учебном году таких филиалов было всего 7, а в 1965-1966 - уже более 200. Они «оправдали себя как прекрасная форма внеклассной работы, построенная на подлинной самостоятельности учащихся». [4, 72].

В деятельности детских и юношеских кинотеатров использовались уже наработанные методики. Так, осуществлялся подготовительный этап, который не просто привлекал внимание школьников к предстоящему просмотру фильма или киножурнала, но должен был способствовать формированию творческих способностей детей. На этом этапе проводили конкурсы киноплакатов, афиш, чаще всего созданных самими ребятами, по школьному радио осуществлялось анонсирование фильмов. Речь идет не только о том, что школьники-художники проявляли выдумку и мастерство в изображении на афише, стараясь выразить главную идею фильма. В процесс включались все ребята, участвовавшие в конкурсе. Они пытались по рисунку на афише определить, о чём будет тот или иной фильм, объясняли, как понимают смысл киноплаката, оценивали работу художников. По-моему, это гораздо интереснее, чем «Поле чудес», ведь угадывали не буквы, а проводился анализ изображения, формировались эстетические взгляды, развивалось воображение, проходил своего рода психологический практикум.

В школьных кинотеатрах перед сеансом педагог выступал с краткой преамбулой о художественных особенностях картины, о языке образов, о средствах, с помощью которых достигалась выразительность, передавалась мысль. Как видим, это уже не подготовленное вступительное слово по предложенной теме как в 30-е годы. Данная методика претерпела изменения, эволюционировала. Теперь упор делался на овладении умением понимать язык образов, оценивать выразительность художественных средств.

Некоторые детские кинотеатры имели собственные издания, на страницах которых публиковались новости кино, рецензии на киноленты, проходили киновикторины. Очень важно, что в этих изданиях авторами были, как правило, сами подростки, что развивало самостоятельность суждений, закрепляло интерес к кино, к искусству вообще.

Отметим, что если школьные кинотеатры первоначально располагались в школах, а это происходило в больших городах, то затем их стали строить в том или ином микрорайоне города, где он становился кинотеатром для нескольких школ, или это был один детский кинотеатр на весь населенный пункт. Но это были именно детские кинотеатры, в которых велась целенаправленная педагогическая работа.

Отдавая должное поискам педагогов прошлых лет, задумаемся, возможно ли применение их наработки к современному воспитательному процессу.

Ещё раз взглянем на список фильмов, рекомендованных Министерством культуры РФ. Среди них «Золушка», «Илья Муромец», «Морозко», «Марья-искусница», «Королевство кривых зеркал». К ним можно добавить «Сказку о царе Салтане», «Снежную королеву». Эти фильмы вполне можно показать ученикам младших классов, применив ту методику, о которой шла речь. Технически это несложно, все указанные фильмы можно найти в Интернете, в школах имеются компьютерные классы. Устраивать такие сеансы надо не чаще одного раза в месяц, при этом не стоит полагать, что ежедневный просмотр детьми телевизора, компьютерные игры «затмят» общий просмотр сказки. Следует учитывать, что возможность поучаствовать в обсуждении, высказать своё мнение о героях кинокартины очень важна для детей, которые нуждаются в самоутверждении, чутко реагируют на мнение окружающих, особенно ровесников.

Фильмы «Морозко», «Марья-искусница» в своей основе имеют русские сказки. Учитель имеет возможность обратить внимание на ту систему ценностей, которая характерна для нашего народа. Конечно, с первоклассниками учитель не будет разговаривать в терминологии курса культурологии, но обратить внимание на привлекательные черты героев, на поведение, вызывающее смех, совсем не трудно.

Просмотр фильмов определит и сюжеты рисунков, которые дети сделают на уроке рисования. Тем самым помимо высказываний детей, появится ещё и изобразительный ряд, выражающий чувства ребят, понимание ими киносказки. Это даст учителю материал для размышлений, он сможет лучше понять своих учеников, наметить индивидуальные способы взаимодействия с ними. Школьный психолог сможет при необходимости использовать приёмы «сказкотерапии».

Просмотр «Сказки о царе Салтане» может предваряться викториной, чтением любимых отрывков из этого чудесного пушкинского произведения. Можно прослушать «Полёт шмеля» из оперы Н. А. Римского-Корсакова «Сказка о царе Салтане». Всё это обеспечит ту эмоциональную подготовку, которую рекомендовали методисты советской школы.

Таким образом, для учеников начальной школы можно выстроить систему воспитания при помощи киноискусства, в которой соединятся самые разные стороны, будут использованы все каналы воздействия на души младших школьников. Ежемесячные кинопросмотры в школе рекомендованных кинофильмов, а также добавленных к ним фильмов-сказок, кинокартин для детей станут для ребят событием, которого ждут. При этом особенно важно, что реализуется потребность детей высказать своё мнение, которое будет учителем и одноклассниками выслушано, обсуждено, а это повышает самооценку детей.

Для учащихся средней школы показ рекомендованных фильмов можно организовать в виде киноклуба, созданного в школе. При этом организацией должны заниматься не столько учителя, сколько сами подростки, продумывая программу каждого заседания этого клуба так, чтобы помимо просмотра кинофильма из списка Министерства культуры имела место дискуссия, чтобы можно было послушать музыку, потанцевать. О востребованности такого типа клубов говорит появление всё большего количества кафе, где молодые люди общаются, пьют чай с печеньем и вареньем, играют в настольные игры, смотрят советские мультфильмы. К ним относится, например, первое в Калининграде кафе такого рода «Сухомятка». Организация же в школе киноклуба сможет выполнить ряд функций, прежде всего, общение на основе эстетических ценностей, выработку умения рассуждать, анализировать, отстаивать свою точку зрения, прислушиваться к мнению другого. Такая деятельность киноклуба будет способствовать расширению кругозора. И, что особенно существенно, произойдёт замещение, вытеснение негативной информации. Это именно та информация, которую сами старшеклассники, судя по результатам опроса, приведённым «Комсомольской правдой», считают вызывающей зло, агрессию, раздражение. Конечно, такое замещение будет неполным, но всё равно желательным.

На уроках информатики школьники получают хорошие знания о компьютере. Но применение этих знаний зачастую сводится к непрерывным играм или общению социальных сетях. Опыт прошлого и здесь может помочь. Например, в школьной киностудии теперь можно использовать не кинокамеры и другую аппаратуру, применявшуюся в 60-е годы, а компьютерные технологии, и создавать свои мультфильмы, снимать кинохронику, делать видеоматериалы, связанные со школьной жизнью, с реакцией школьников на события в стране и в мире. Творчество во всех видах вытеснит интересы, связанные с пустым времяпрепровождением, с вредными привычками, сделает жизнь детей более интересной и радостной.

Для педагогов знакомство с опытом прошлых лет может стать источником собственного педагогического творчества.

#### Список литературы

1. «Комсомольская правда», 21. 12. 2013.
2. Золотарев Д.А., Белько Т.В. Сравнительный анализ особенностей восприятия текста на бумажном носителе и в интерактивной среде. // Известия Самарского научного центра РАН. – 2011. Т13(39), с. 477 - 480.
3. Макаренко А.С. Сочинения: в 7-ми томах. Т. 4. – М.: Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1957–1958.
4. Строева А.С. Дети, кино и телевидение. - М.: Знание, 1962.
5. Черепинский С.И. Учебное кино: история становления, современное состояние, тенденции развития дидактических идей. Воронеж: Изд-во Воронежского ун-та, 1989.

#### References:

1. Komsomolskay Pravda, 21.12. 2013.
2. Zolotarev D.A., Belko T.V. Comparative analysis of the peculiarities of the perception of text on paper and in an interactive environment. Izvestiya Samarskogo nauchnogo zentra RAN. 2011, №13 (39), p. 477 – 480.
3. Makarenko A. S. Essays: in 7 volumes. Vol. 4. - M.: Publishing House of the Academy of Pedagogical Sciences of the RSFSR, 1957-1958/
4. Stroeveva A.S. Children, movies and television. - M.: Znanie, 1962.
5. Cherepinsky S.I. Educational cinema: history of formation, current state, tendencies in the development of didactic ideas. Voronezh: Voronezh University Publishing House, 1989.

# ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159.9.072

## ИТОГИ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ, НАПРАВЛЕННОЙ НА ВЫЯВЛЕНИЕ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ

*Блаувельт Екатерина Игоревна*  
филолог, педагог-психолог,  
магистр КГПУ им. В.П. Астафьева;

## RESULTS OF EXPERIMENTAL WORK AIMED TO IDENTIFY SCHOOL ANXIETY AMONG TEENAGERS

*Blauvelt Ekaterina Igorevna*  
philologist, psychologist,  
Master's of KSPU named after V. P. Astafiev;

**Аннотация.** В статье рассматриваются понятия «тревожность» и «школьная тревожность»: толкование, создание и развитие данного феномена в психологической науке. Анализируются причины возникновения тревожности, факторы, способствующие формированию школьной тревожности среди младших подростков. Актуальность данной темы обусловлена увеличением количества младших подростков, имеющих повышенную тревожность, регулярно испытывающих негативные эмоции. В данной работе с помощью подобранных методик выявляется уровень школьной и личностной тревожности младших подростков, обучающихся в 5-7 классах, рассматриваются возможные причины возникновения тревожности в данной возрастной группе. В статье описан опыт работы педагога-психолога с высокотревожными младшими подростками, показаны результаты индивидуальных и групповых консультаций, результаты констатирующего и формирующего эксперимента, представлена групповая работа с элементами психологического театра, направленная на снижение высокого уровня тревожности обучающихся, на нормализацию их психоэмоционального состояния. Также в статье указаны необходимые условия для нивелирования школьной тревожности, продуктивные варианты взаимодействия учитель-ученик, даны рекомендации по созданию психологически безопасной образовательной среды.

**Abstract.** The article describes the concepts of «anxiety» and «school anxiety»: interpretation and development in psychological science. This article studies the reasons and factors of anxiety of school anxiety in teenagers. The relevance of this topic caused by an increasing number of teenagers who get increasing anxiety and experiencing negative emotions. This article identifies the level of school and personal anxiety of teenagers (5th-7th grade) and discusses possible causes of anxiety in this age group. The article presents the results of the work of a school psychologist aimed to identify the level of school anxiety: results of the ascertaining experiment, forming experiment, individual and group consultations with elements of psychological theater, aimed at reducing the high level of anxiety of teenagers. The article describes productive options for teacher-student cooperation aimed to decrease the level of anxiety among teenagers. The article explains the recommendations for formation a psychologically safe educational environment.

**Ключевые слова:** тревожность; школьная тревожность; младший подростковый возраст; групповое психологическое консультирование; индивидуальное психологическое консультирование; психологический театр; психологически безопасная образовательная среда.

**Keywords:** anxiety; school anxiety; teenage years; group psychological counseling; individual psychological counseling; psychological theater; psychologically safe educational environment.

Поводом для данного исследования послужила повышенная школьная тревожность у младших подростков, отмеченная в процессе проведения психологической работы в школе. Представленная работа направлена на выявление и коррекцию школьной тревожности обучающихся 5-7 классов.

Обозначая границы младшего подросткового возраста, ссылаемся на периодизацию Д.Б. Эльконина, который выделял младший подростковый возраст в периоде с 12 до 14 лет. [12; 270]

Говоря о тревожности, используем определение, представленное в «Словаре практического психолога». Итак, тревожность – это «состояние целесообразного подготовительного повышения сенсорного внимания и моторного напряжения в ситуации возможной опасности, обеспечивающее соответствующую реакцию на страх <...> Тревожность возникает при благоприятном фоне свойств нервной и эндокринной системы, но формируется прижизненно, прежде всего, в силу нарушения форм внутриличностного и межличностного общения...». [8; 554]

Проблема тревожности в психологии впервые была разработана З. Фрейдом, он определял тревожность как неприятное эмоциональное переживание неопределённости и чувства беспомощности.



Одна из создателей неопрейдизма К. Хорни описывала тревожность как врождённое чувство, которое становится внутренним свойством психической деятельности. [11; 112] А. Адлер, создатель индивидуальной психологии, как и К. Хорни, понимал тревожность как врождённую черту, которая сопровождает индивидуума на протяжении всей жизни. [1; 96]

Для педагогической психологии значимыми являются работы Л.И. Божович, в которых автор разделяет тревожность на два вида: адекватная тревожность, отражающая объективное отсутствие условий для удовлетворения потребности, и неадекватная – возникает при наличии всех необходимых условий. Таким образом, тревожность как устойчивое личностное образование рассматривается только во втором случае. [2; 114]

Обращаясь к школьной тревожности, используем определение Р.С. Немова, который описывал это состояние как «постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходиться в состоянии повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях». [6; 264]

В целом школьной тревожностью называют комплекс понятий, который включает в себя эмоциональное неблагополучие ученика в школе, а именно: несоответствие школьного пространства ожиданиям и желанием ребёнка – отсутствие психологически безопасной среды; чрезмерная учебная нагрузка для конкретного ученика; отсутствие возможностей для развития талантов, способностей; страх не оправдать ожидания родителей, учителей; неблагоприятные, конфликтные отношения с педагогами и/или одноклассниками.

В последнее время наблюдается повышенная школьная тревожность среди младших подростков, связанная, по нашим наблюдениям, с влиянием подросткового кризиса на восприятия школы и себя в ней, а также с неудовлетворительными отношениями в диаде ученик-учитель, с публичной демонстрацией учебных результатов. Сюда входит оглашение четвертных отметок на классном часе, публичное сообщение информации об общей успеваемости, диктовка отметок за проверочные и контрольные работы.

В результате проведённого опроса было выявлено: наибольших страх в школе для младших подростков представляет публичное порицание, сообщение отметок и иных учебных результатов. Подобные ситуации являются психотравмирующими, поскольку:

- Значительно снижают самооценку и уверенность в себе.

Подросткам проще принять информацию о своей неуспешности, если она сообщается им лично, их родителям.

- Провоцируют возникновение насмешек.

В школьных коллективах подростки нередко дают друг другу обидные прозвища, находя для них причину в том числе и в академической неуспешности одноклассников.

- Провоцируют возникновения конфликтов.

Здесь часто отражается обратная ситуация, в которой успешные в учёбе школьники вынуждены оправдываться из-за своих неизменно хороших оценок, особенно если они отказываются делиться своими домашними заданиями и помогать одноклассникам в урочное время.

Таким образом, публичная критика, неуспешность или, наоборот, чересчур хорошие результаты, не принимаемые в коллективе, могут стать для подростка не только стресс-фактором, но и вызвать развитие тревожного расстройства.

Для выявления школьной тревожности было проведено углублённое исследование – тестирование, групповые консультации, индивидуальные консультации со школьниками, имеющими высокий уровень тревожности. Работа длилась один учебный год (сентябрь – май).

Исследование проводилось на базе школы №42 города Красноярск. В тестировании принимали участие обучающиеся 5-7 классов (школьники в возрасте 11-14 лет), всего 6 классов, 221 подросток.

Психологическая работа была поделена на 5 этапов, тестирование проводилось в каждой учебной четверти.

### 1. Диагностика уровня школьной тревожности Филипса (I четверть).

При использовании данной методики в I учебной четверти были получены следующие результаты:

Таблица 1.

**Диагностика уровня школьной тревожности Филипса.**

Школьная тревожность	Количество подростков		
	5-е классы	6-е классы	7-е классы
Общая тревожность в школе	12%	30%	66%
Переживание социального стресса	19%	23%	56%
Фрустрация потребности в достижении успеха	13%	19%	49%
Страх самовыражения	13%	19%	57%
Страх ситуации проверки знаний	34%	30%	79%
Страх несоответствия ожиданиям	21%	23%	60%
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	11%	10%	31%
Проблемы и страхи в отношениях с учителем	23%	25%	64%
Высокие показатели по всем восьми пунктам	5%	7%	35%

Итак, наиболее тревожащими событиями для обучающихся 5-7 классов являются страх проверки знаний и неудовлетворительные отношения с учителями – общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе. Таким образом, мы наблюдаем очень высокий уровень школьной тревожности в седьмых классах: 100% семиклассников обозначили минимум один показатель, вызывающий у них неприятные эмоции.

Примечательно, что фрустрация потребности в достижении успеха, страх самовыражения и социальный стресс имеют меньший показатель, несмотря на то, что эти шкалы ориентированы на наиболее важную и часто проблемную область возраста – общение со сверстниками, являющееся ведущей деятельностью в подростковом возрасте согласно теории Д.Б. Эльконина.

## 2. Шкала личностной тревожности А.М. Прихожан (II четверть).

При использовании Шкалы личностной тревожности во II учебной четверти были получены результаты, представленные ниже:

Таблица 2.

Шкала личностной тревожности А.М. Прихожан.

Личностная тревожность	Количество подростков		
	5-е классы	6-е классы	7-е классы
Школьная тревожность	25%	38%	84%
Самооценочная тревожность	11%	29%	78%
Межличностная тревожность	12%	26%	72%
Магическая тревожность	13%	15%	31%
Высокие показатели по всем четырем пунктам	6%	10%	41%

Получены ожидаемо высокие показатели по шкале самооценочной тревожности в седьмых классах – 78%, поскольку тестируемые подростки находятся в ситуации проживания подросткового кризиса, для которого характерны кризис идентичности, низкая самооценка, сомнения в себе.

Столь высокие показатели среди семиклассников объяснимы, поскольку основная характеристика возраста 13-14 лет – нестабильность: физиологическая: скачкообразный рост и неравномерное развитие систем; психическая: неравномерное развитие головного мозга, несбалансированность работы лимбической системы, отвечающей за эмоции, и префронтальной коры, контролирующей импульсивность; психологическая: кризисы (кризис идентичности, подростковый кризис), неустойчивая самооценка, проблемы в сфере межличностных коммуникаций.

В доминирующем показателе во всех классах «школьная тревожность» (25%, 38%, 84%) самый частотный выбор – «После контрольной, теста учитель называет оценки». Итак, во II учебной четверти наблюдается высокий уровень тревожности – большинство младших подростков испытывают волнение, страх в связи с минимум одним пунктом теста.

## 3. Шкала ситуативной тревожности Ч. Спилберга в русскоязычной адаптации Ю.Л.Ханина (III четверть).

При исследовании в III учебной четверти уровня ситуативной тревожности младших подростков, которая характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью и возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию, мы получили следующие результаты:

Таблица 3.

Шкала ситуативной тревожности Ч. Спилберга.

Уровень ситуативной тревожности	Количество подростков		
	5-е классы	6-е классы	7-е классы
Низкий	60%	55%	14%
Умеренный	28%	25%	26%
Высокий	10%	15%	52%
Пограничное состояние	2%	5%	8%

В III учебной четверти мы наблюдаем очень высокий показатель ситуативной тревожности среди обучающихся седьмых классов: 52% подростков регулярно испытывают негативные эмоции, при этом пограничное состояние отмечается у 8% младших подростков в седьмых классах.

При прохождении тестирования подросткам было предложено ставить восклицательный знак около тех вопросов, которые беспокоят их больше всего, отмечать, что вызывает неприятные чувства. Чаще всего подростки маркировали такие варианты, как: «Я нахожусь в напряжении», «Мне неприятно», «Меня волнуют возможные неудачи».

## 4. Шкала самооценки тревоги Занга (начало IV четверти).

В начале IV учебной четверти подросткам была предложена методика, предназначенная для выявления тревожного расстройства, направленная на самооценку своего состояния. Результаты представлены ниже:

Таблица 4.

**Шкала самооценки тревоги Занга.**

Самооценка тревоги	Количество подростков		
	5-е классы	6-е классы	7-е классы
Нормальное состояние	70%	62%	20%
Легкое тревожное расстройство	22%	25%	31%
Выраженное тревожное расстройство	6%	9%	41%
Тревожное расстройство тяжелой степени	2%	4%	8%

Итак, было выявлено: для обучающихся седьмых классов характерен высокий уровень тревожности: только 20% младших подростков в седьмых классах относят своё психологическое состояние к нормальному, в отличие от обучающихся пятых и шестых классов, в которых нормальным своё состояние считают 70% и 62% опрошенных.

Чаще всего младшие подростки ставили максимальные баллы на следующих вариантах: «Чувствую себя более нервным и тревожным, чем обычно», «Чувствую разбитость и быстро устаю», «Меня мучают ночные кошмары». По тестам самооценки не ставится диагноз, однако полученные результаты вызывают опасение.

Высокотревожные люди склонны воспринимать различные ситуации как угрозу своей самооценке, склонны опасаться за свое физическое и психологическое благополучие. При работе с тревожными подростками необходимо формировать чувство уверенности в себе, создавать ситуации успеха, целесообразно смещать фокус их внимания с внешнего контроля на планирование неких конкретных задач.

В целом 49% семиклассников нуждаются в психологической помощи, именно с этими обучающимися проводилась дополнительная групповая психологическая работа, направленная на нормализацию психоэмоционального состояния, была создана программа групповых консультаций с элементами психологического театра.

#### **5. Групповые консультации с использованием элементов психологического театра «Школа» (середина IV четверти).**

Психологический театр – это метод психотерапии, в котором с целью исследования и/или коррекции субъективного мироощущения, поведения используется система театральных средств. Психологический театр демонстрирует систему социальных отношений в их динамике, позволяет моделировать различные жизненные ситуации. [3; 390]

Для работы с семиклассниками, находящимися в ситуации проживания подросткового кризиса, регулярно испытывающими школьную и личностную тревожность, был применён метод психологического театра. Подобная групповая работа актуальна и целесообразна, поскольку тревожным младшим подросткам необходимо не только психолого-педагогическое сопровождение и помощь в нормализации их психологического состояния, но и занятия, обучающие продуктивному социальному взаимодействию, позволяющие самовыражаться и избавляться от негативных эмоций.

Групповые консультации с использованием элементов психологического театра длились **1,5 месяца, 2 раза в неделю**, длительность групповой консультации составляла 60 минут. Количество участников: 26 человек (экспериментальная группа), 2 группы.

Цель групповых консультаций: посредством элементов психологического театра и инструментов психолого-педагогического сопровождения способствовать снижению высокого уровня тревожности семиклассников, способствовать нормализации их психологического состояния.

Групповая работа направлена на проигрывание, проживание наиболее типичных характеристик высокотревожных людей: эмоциональная неустойчивость, неуверенность, нерешительность, пугливость, направлена на их принятие, поиск адаптивных реакций.

*В процессе групповых консультаций каждый школьник примерял на себя множество ролей, в том числе и роль учителя. Примечательно, что около 50% младших подростков, изображая учителя, наделяли его негативными чертами, при этом моделируя ситуацию публичного обсуждения успеваемости одного из учеников или всего класса.*

По завершении консультационных встреч было проведено повторное тестирование обучающихся седьмых классов, направленное на выявление актуального уровня школьной тревожности.

Сформировано две группы тестируемых подростков:

- Контрольная группа – обучающиеся, не принимавшие участие в консультационных мероприятиях, – 26 человек из седьмых классов (средний и низкий уровень школьной тревожности);
- Экспериментальная группа – обучающиеся, принимавшие участие в консультационных встречах, – 26 человек из седьмых классов (высокий уровень школьной тревожности, пограничное состояние).

В результате проведённого нами анализа данных итогового среза, сравнения показателей среди участников обеих групп (контрольной и экспериментальной), в результате проверки достоверности

различий между показателями до и после формирующего эксперимента с применением U-критерий Манна-Уитни, имеем следующие данные.

### 1. Диагностика уровня школьной тревожности Филипса.

В результате итогового среза по методике Филипса была выявлена негативная динамика в контрольной группе: произошел рост процента школьной тревожности с 39% до 42% среди семиклассников.

В экспериментальной группе заметна положительная динамика, связанная с посещением младшими подростками групповых занятий: процент младших подростков с выраженной школьной тревожностью сократился с 69% до 32%.

Таблица 5.

**Диагностика уровня школьной тревожности Филипса в седьмых классах.**

Школьная тревожность	Контрольная группа	Экспериментальная группа
Высокий уровень школьной тревожности	72%	32%
Средний уровень школьной тревожности	20%	45%
Низкий уровень школьной тревожности	8%	23%

Сравнив данные контрольной и экспериментальной групп, выявив процентное соотношение каждого показателя и непосредственное количество тестируемых человек, в целях проверки достоверности различий между показателями до и после формирующего эксперимента нами был применен U-критерий Манна-Уитни. Согласно полученным результатам, между анализируемыми рядами показателей существует достоверное различие на уровне 95% вероятности.

Исходя из полученных данных, мы делаем вывод: благодаря психолого-педагогическому сопровождению удалось значительно снизить уровень школьной тревожности семиклассников.

### 2. Шкала личностной тревожности А.М. Прихожан

В результате итогового среза по методике А.М. Прихожан был выявлен стабильно высокий процент в контрольной группе по шкале школьной тревожности: 82%.

В экспериментальной группе наблюдается спад показателя на высоком уровне: процент семиклассников с выраженной школьной тревожностью сократился с 77% до 36%.

Таблица 6.

**Диагностика личностной тревожности А.М. Прихожан в седьмых классах.**

Школьная тревожность	Контрольная группа	Экспериментальная группа
Высокий уровень школьной тревожности	82%	36%
Средний уровень школьной тревожности	10%	57%
Низкий уровень школьной тревожности	8%	7%

Итак, за счёт психолого-педагогического сопровождения, значительно снизился уровень школьной тревожности среди младших подростков, посещавших групповые занятия, что доказывает эффективность проведённых консультаций с использованием элементов психологического театра.

В целях проверки достоверности различий между показателями до и после формирующего эксперимента нами был применен U-критерий Манна-Уитни с итоговым результатом 95% вероятности между анализируемыми рядами показателей.

### 3. Шкала ситуативной тревожности Ч. Спилбергера в русскоязычной адаптации Ю.Л. Ханина

В результате итогового среза по методике Ч. Спилбергера был выявлен незначительный рост ситуативной тревожности в контрольной группе с 52% до 56%.

В экспериментальной группе наблюдается спад показателя на высоком уровне: процент семиклассников с выраженной ситуативной тревожностью сократился с 66% до 41%.

Таблица 7.

**Диагностика ситуативной тревожности в седьмых классах по шкале Ч. Спилберга.**

Ситуативная тревожность	Контрольная группа	Экспериментальная группа
Высокий уровень ситуативной тревожности	56%	41%
Средний уровень ситуативной тревожности	22%	29%
Низкий уровень ситуативной тревожности	17%	28%
Пограничное состояние	5%	2%

Таким образом, работая с младшими подростками в рамках групповых психологических консультаций с применением элементов психологического театра, удалось снизить уровень ситуативной тревожности в экспериментальной группе. Данные подтверждаются с помощью U-критерия Манна-Уитни: между анализируемыми рядами показателей существует достоверное различие на уровне 95% вероятности.

### 4. Шкала самооценки тревоги Занга

В результате итогового среза по методике Занга был отмечен стабильно высокий процент тревоги в контрольной группе: 41%.

В экспериментальной группе отмечается нормализация эмоционального состояния семиклассников за счёт посещения групповых психологических консультаций: 21% имеет выраженное тревожное расстройство.

Таблица 8.

#### Шкала самооценки тревоги Занга в седьмых классах

Самооценка тревоги	Контрольная группа	Экспериментальная группа
Нормальное состояние	20%	44%
Легкое тревожное расстройство	35%	35%
Выраженное тревожное расстройство	41%	21%
Тревожное расстройство тяжелой степени	4%	0%

Таким образом, можно сделать следующий вывод: среди подростков в возрасте 13-14 лет велик процент высокотренированных личностей, регулярно испытывающих, в том числе, и школьную тревожность. Школьная тревожность формируется вследствие органических и психологических причин: нестабильный гормональный фон, резкие перемены настроения, подростковый кризис, мнительность, негативные отношения с учителями и одноклассниками.

С помощью психолого-педагогического сопровождения, регулярных групповых и индивидуальных психологических консультаций возможно значительно снизить уровень школьной и личностной тревожности младших подростков, нормализовать психоэмоциональное состояние школьников.

Для благоприятного протекания, завершения подросткового кризиса и гармоничного формирования личности подростку необходимы тёплые, доверительные отношения, в которых они найдут не только поддержку, но и принятие.

Подростки нуждаются в психологически безопасной образовательной среде, в физически и психологически безопасном пространстве, в котором они могут не бояться высказывать свое мнение, развивать свои таланты и способности. В школе необходимо работать над созданием пространства, в котором нет насмешек, ярлыков, в котором есть право выбора и личные границы.

Поскольку успеваемость в подростковом возрасте часто оказывает значительное влияние на формирование отношения одноклассников к ребёнку, на формирование самооценки, стоит ограничить доступ к информации об успеваемости школьников, предоставив сведения только семье, педагогам, администрации.

#### Библиографический список:

1. Адлер А. Индивидуальная психология и развитие ребёнка. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. 165 с.
2. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М.: МОДЭК, 1960. 227 с.
3. Бодалева А.А. Психология общения. Энциклопедический словарь. М.: Когито-Центр, 2016. 671 с.
4. Кокоренко В. Арт-терапия: своим голосом. М.: Городец, 2020. 176 с.
5. Колпакова М. Преодоление тревоги. Как рождается мир в душе. М.: Никая, 2016. 160 с.
6. Немов Р.С. Психология. Словарь-справочник: В 2 ч. Часть 2. М.: ВЛАДОС, 2003. 430 с.
7. Психология. Литература. Театр. Кино: коллективная монография. Под общ. Ред. Н.Л. Карповой. М.: Ассоциация школьных библиотекарей школьного мира, 2020. 432 с.
8. Словарь практического психолога. М.: Харвест, 2003. 622 с.
9. Тарасова С.Ю. Школьная тревожность. М.: Генезис, 2016. 139 с.
10. Трухина Е.И., Мосина Н.А. Особенности подросткового возраста: теоретический аспект // Современное начальное образование: проблемы и перспективы развития. Красноярск: Изд-во «Красноярского гос. пед. ун-та им. В.П. Астафьева, 2019. С. 52-55.
11. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. М.: Канон +, 2020. 288 с.
12. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1989. 560 с.

#### References

1. Adler A. Individual'naya psikhologiya i razvitiye rebonka. Moscow: Institut obshchegumanitarnykh issledovaniy, 2017. 165 p.
2. Bozhovich L.I. Problemy formirovaniya lichnosti. Moscow: MODEK, 1960. 227 p.
3. Bodaleva A.A. Psikhologiya obshcheniya. Entsiklopedicheskiy slovar'. Moscow: Kogito-Tsentr, 2016. 671 p.
4. Kokorenko V. Art-terapiya: svoim golosom. Moscow: Gorodets, 2020. 176 p.
5. Kolpakova M. Preodoleniye trevogi. Kak rozhdayetsya mir v dushe. Moscow: Nikeya, 2016. 160pc.
6. Nemov R.S. Psikhologiya. Slovar'-spravochnik: V 2 ch. Chast' 2. Moscow: VLADOS, 2003. 430 p.
7. Psikhologiya. Literatura. Teatr. Kino: kollektivnaya monografiya. Pod obshch. Red. N.L. Karpovoy. Moscow: Assotsiatsiya shkol'nykh bibliotekarey shkol'nogo mira, 2020. 432 p.
8. Slovar' prakticheskogo psikhologa. Moscow: Kharvest, 2003. 622 p.
9. Tarasova S.Yu. Shkol'naya trevozhnost'. Moscow: Genезis, 2016. 139 p.

10. Trukhina E.I., Mosina N.A. Features of adolescence: a theoretical aspect // *Sovremennoye nachal'noye obrazovaniye: problemy i perspektivy razvitiya*. Krasnoyarsk: Izd-vo «Krasnoyarskogo gos. ped. un-ta im. V.P. Astaf'yeva, 2019. P. 52-55.
11. Khorni K. *Nevroticheskaya lichnost' nashogo vremeni*. Moscow: Kanon +, 2020. 288 p.
12. El'konin D.B. *Izbrannyye psikhologicheskiye trudy*. Moscow: Pedagogika, 1989. 560 p.

# ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

## КОНКУРЕНТНОЕ ПРЕИМУЩЕСТВО ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ.

*Шойимкулова Махзуна Шавкатовна*  
старший преподаватель, кафедра Иностранные языки  
Бухарский инженерно-технологический институт,  
Республика Узбекистан, г.Бухара

## THE COMPETITIVE ADVANTAGE OF FOREIGN LANGUAGES.

*Shoyimkulova Mahzuna Shavkatovna*  
a senior teacher of English, Department of Foreign Languages  
Bukhara engineering technological institute  
Republic of Uzbekistan, Bukhara

**Аннотация.** Актуальность иностранных языков в подготовке конкурентно способных специалистов, их роль в будущей карьере инженеров, требование к учителям и пути стимуляции и поощрения обсуждаются в этой статье. Также выдвигаются ряд предложений улучшения эффективной работы учителей.

**Abstract.** The importance of foreign languages in preparing competitive specialists, role of languages in the career of future engineers, demands to teachers, ways of teachers' stimulation and rewards are discussed in this articles. Suggestions for improving teachers work are put forward.

**Ключевые слова:** зарубежный и местный опыт, конкурентоспособность, обмен студентами, рынок труда, международные стандарты, нужды обучающихся.

**Keywords:** foreign and native experience, competitiveness, students exchange, learners' needs, labor market, international standards.

---

A study of foreign and national research shows that the concept of "competitiveness" of students currently being interpreted in a very broad sense. Moreover, it has become a permanent feature in the field of educational services and market relations.

Student competitiveness encompasses issues between employers, job seekers, graduates, and higher education institutions in this field.

In the mid-1990s, large-scale research was conducted with the support of the European Social Fund, which supplemented not only the current technical requirements of the market, but also the needs of young people in professional attractiveness, developed organizational and didactic opportunities and conditions for qualification. It is also proposed to deepen foreign languages, legal and economic sciences [1-3].

Knowledge of foreign languages is one of the opportunities to ensure the competitiveness of professionals in the labor market. Therefore, the issue of teaching foreign languages for special purposes is of particular importance today, because foreign languages are not only a means of obtaining information from scientific sources, but also allow future professionals in various fields to use modern information, science and technology, which creates an opportunity to deepen and expand their professional competence [4].

Today, a foreign language has become a means of communication for professionals, and has become one of the important criteria for international exchange of specialists, foreign internships, as well as study and work at prestigious universities abroad. The purpose of learning foreign languages is to create communicative competence, in which we mean the exchange of ideas in different situations using language norms during the dialogue. The peculiarity of teaching foreign languages for professional purposes is that this process is carried out in close connection with the dialogue of professional orientation. At the same time, language teachers need to ask ourselves the following questions:

Why do we need a foreign language?

Who is the foreign language used to communicate with?

What should consist of the context of a foreign language?

From these three questions, our purpose is determined. Of course, the peculiarity of teaching a foreign language for special purposes is that it must take into account the needs of language learners, the labor market, international standards and needs. And compliance with these requirements will ensure the exchange of professionals in an academic and business environment [5-8].

In setting the next goal, the main emphasis should be on the practical skills of the language. Because it is no secret that no one benefits from the information taught if it is not put into practice. For a specialist, language is necessary in communicating with his/her foreign colleagues, translating working papers, acting as a translator in production, reading newspapers and magazines. Physicians use the language context directly in medical facilities, in engineering, in factories, and in journalists, depending on how and in what field they receive and present information [9-10].

Particularly it is the context of the language that defines the purpose of language teaching. A more immediate goal is to use information and communication technologies to develop communicative competencies, which can also be a solution to language learning problems.

Listening to and understanding authentic texts creates a real language-speaking environment for students. Of course, the realization of any goal depends on the degree of interaction between the teacher and the student, who are the subjects of the educational process [11].

I also think it is necessary to dwell on some of the problems we face in order to achieve the goal. Teaching foreign languages to students of higher education, as well as teachers of special subjects, has become both a requirement and a necessity of the time. On the one hand, in learning a foreign language in some specialists while his/her age and ability hinder it, in most cases it is due to teachers' lack of free time for language learning or lack of proper planning.

For two or three years, classes have been organized for teachers during the holidays. Is learning a foreign language effective during a 10-day vacation?

No.

In this regard, I would like to make a few suggestions.

First of all, foreign language courses should be defined as a mandatory and continuous course for 3 or 6 months, not during the holidays, and as a final step, the learner must pass a test and receive a certificate confirming the level of English language proficiency.

Second, motivate the teacher who conducts the lesson based on the outcome of the group of listeners who conducted the lesson. This serves as both a motivation and a stimulus for the teacher.

Third, to add a certain percentage increase to the monthly salary of teachers of special subjects with high results in a foreign language.

Fourth, I believe that additional points should be allocated for teachers who teach a foreign language in order 105 or 246. If these points are determined based on the number of those who have received a certificate from the audience.

Fifth, teachers who teach will be exempted from additional work because re-teaching after 3 pairs of classroom hours will reduce the effectiveness of the teacher's teaching. In order for a teacher to be ready for a lesson, he needs time, thorough preparation, to ensure the effectiveness of his lesson.

There is a saying a good lesson is a good work. If we want every lesson to be like this, we need to give the teacher a chance to prepare for the lesson. Otherwise how can we demand lesson quality from the teacher.

We require a foreign language teacher to translate foreign literature for special subjects, to hold various events, to cooperate with the school, and at the same time to provide quality lessons. Is it possible to adequately prepare for a lesson with such employment? It is the most important task and duty of every teacher to teach his / her lesson well and to provide quality knowledge to the student. But in order to fulfill this task, it is necessary to create opportunities and conditions for him to be adequately prepared for the lesson.

As the role of foreign languages in the training of competitive specialists grows, our main goal should be to train in our country a specialist who can study the foreign language, who can be among the world's leading scientists.

### References

1. Probin P.S. Multicultural education as a socio-pedagogical phenomenon in the context of the problems of intercultural communication // *Chelovek i kul'tura*. 2015. № 1. P.1-21.
2. Rusanov E.K. Characteristics of specialists with foreign language competence in the modern Russian labor market // *Molodoy uchenyy*. 2011. № 11. Vol. 2. P. 99-101.
3. Solovova Ye. N. *Metodika obucheniya inostrannomu yazyku : Bazovyy kurs lektsiy*. Moscow: Prosveshcheniye, 2003.
4. Perfilova T. V. *Primernaya programma po distsipline «Inostranny yazyk dlya podgotovki bakalavrov (neyazykovyye vuzy)»*. M. : IPK MGLU REMA, 2011.
5. Salomova Malika Zohirovna, An analysis of artistic aesthetics in Oscar Wilde's portrait of Dorian Grey. *International Scientific Journal Theoretical and Applied Science*. Philadelphia, USA. 21.04.2020.
6. Salomova Malika Zohirovna, Linguocultural aspect of foreign language words of youth jargon. *International journal on integrated education*. Индонезия. 2020.
7. Salomova Malika Zohirovna, MODERN TECHNOLOGIES OF TEACHING FOREIGN LANGUAGE. *Journal Impact Factor 2020 for JournalNX*. India. 2020.
8. Sharipova Feruza Negmatulloyevna. THE BASIC FEATURES OF TEACHING A FOREIGN LANGUAGE. *Journal Impact Factor 2020 for JournalNX*. India. 2020.
9. Sharipova Feruza Negmatulloyevna. TEACHING VOCABULARY AS AN IMPORTANT WAY OF LEARNING LANGUAGE. *International Journal on Integrated Education*.
10. Sharipova Feruza Negmatulloyevna. THE MAIN DIFFICULTIES IN LEARNING A FOREIGN LANGUAGE. *International Journal on Integrated Education*.
11. Shoyimkulova M.Sh.. USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES IN FOREIGN LANGUAGE. *Journal Impact Factor 2020 for JournalNX*. India.



**СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ В  
НЕФИЛОЛОГИЧЕСКИХ ВУЗАХ**

*Шарипова Феруза Негматуллаевна*  
преподаватель, кафедра Иностранные языки  
Бухарский инженерно-технологический институт,  
Республика Узбекистан, г.Бухара

**MODERN METHODS OF TEACHING FOREIGN LANGUAGES IN  
NON-PHILOLOGICAL UNIVERSITIES.**

*Sharipova Feruza Negmatullayevna*  
a teacher of English, Department of Foreign Languages  
Bukhara engineering technological institute  
Republic of Uzbekistan, Bukhara

**Аннотация.** Проблемы обучения технического словаря, стратегии изучения технического словаря обсуждаются в этой статье. Кроме того, автор делится опытом и приводит примеры интерактивных заданий.

**Abstract.** Problems of teaching technical vocabulary, strategies of vocabulary learning are discussed in this article. Besides the author shares her experience of teaching, gives examples of activities she uses in her classes.

**Ключевые слова:** техническая лексика, стратегии обучения, специальная область, когнитивные стратегии, общение.

**Key words:** technical vocabulary, learning strategies, specific field, cognitive strategies, communication.

Обучение студентов технической лексике - одна из важных задач. Поскольку с распространением английского языка для конкретных целей (ESP) в профессиональные и технические области обучения, стратегии изучения словарного запаса считается одним из важнейших факторов успеха учащихся в учебе технический английский. А когда дело доходит до технического английского, другим важным фактором может быть уровень знаний студентов в данной области. Студенты, которые поступают в высшие технические университеты в Узбекистане не всегда имеют высший уровень английского языка [1].

Конечно, это отражается на их дальнейших исследованиях, особенно на начальных этапах учеба в техническом университете. Кроме того, есть различия в использовании стратегии обучения между студентами, которые использовали разные направления образование в области решимости, памяти и когнитивных стратегий. В Узбекистане, как и в других странах Центральной Азии, значение английский как рабочий язык очень важен [2].

Персонал должен хорошо владеть английским языком, чтобы эффективно работать и общаться. Когда наступят изменения, и это станет проблемой обучения английскому языку, которое должно будет делать упор на работу, а не только на общение в области английского языка для конкретных целей (ESP). В области преподавания и изучения английского языка словарный запас играет важную роль в обучении студентов, поскольку знание адекватного словарного запаса может помочь студентам передать смысл в общении [3-4].

Важность изучения словарного запаса также подтверждается Риверсом, который отметил, что приобретение достаточного словарного запаса имеет решающее значение для использования второго или иностранного языка из-за отсутствия обширного словарного запаса, учащиеся не могут использовать структуры и функции, для которых они выучили понятное общение. Согласно нации, существует четыре вида словарного запаса в тексте. Среди всех типов словарного запаса один жизненно важен для английского языка обучение, особенно в классах ESP, называется «технической лексикой» [5-7].

Техническая лексика тесно связана с учащимися, у которых есть определенные цели в изучении языка. Это может быть обычное слово, обозначающее специализированное значение, которое отличается от его обычного значения при использовании в конкретное поле. Такой словарный запас также уникален для своей области применения.

Следовательно, техническая лексика и общая лексика имеют некоторые степени перекрытия. В классе ESP учащиеся неизбежно сталкиваются с разными тексты, особенно тексты в определенном контексте [8-9].

Учащиеся должны конструировать смысл, основываясь на своих собственных предыдущих знаниях, они учились при изучении текста. Базовые знания также взаимодействуют со смыслом текста. Осмысление нового опыта обычно строится из предыдущего опыта учащихся. Базовые знания экономистов и предварительные опыт играют большую роль в развитии словарного запаса с большим опытом знания, необходимые для поддержки понимания при чтении текстов. Например, на моих уроках при изучении конкретной лексики перед чтением задается задание определить технические слова. Я даю им слова связанные с темой автомобиля, и они должны найти самое близкое значение к этому иногда я использую MALL (Mobile Assisted Language Learning), чтобы они легко улавливает значение слов. Или я показываю

слова на экране и прошу их подобрать технические слова среди данных слов. Выберите из приведенных ниже слов как можно больше слов с техническим значением [10].

*Весна, конь, колпак, крыло, тарелка, окно, зеркало, покрывало, капот, гайка, крыло, шестерня, ложка, нога, глаз, ботинок, колесо, сковорода, магазин.* Ученики полагаются на своих «ложных друзей» и не выбирают такие слова, как весна, лошадь, сапог, и совершенно очевидно, что они выберут окно, зеркало, шину, снаряжение, колесо.

Тем не менее, все данные слова имеют техническое значение. Но если глубже проникнуть в их смысл, их удивление будет велико, когда они знают, что все они имеют технический смысл. Значение некоторых слов:

*Spring-пружина, родник, horse-рама, станок, козлы, сар- колпачок; головка; наконечник; насадка (сваи), wing- крыло (кузова автомобиля или самолёта), plate - номер, номерной знак (на автомобиле), window, mirror, tyre , hood-капот автомобиля з) колпак, колпачок, nut - гайка; муфта, fender-крыло (автомобиля), gear - 1) шестерня, зубчатое колесо 2) механизм, привод 3) передача; скорость 4) принадлежности, spoon(лопасть весла), foot, eye- ушко (иголки) ; петелька; проушина, boot- башмак, багажник, багажный отсек ,wheel, pan( -лоток, поддон), shop- цех || цеховой 2) завод, небольшой завод 3) мастерская; станция (напр. обслуживания)*

Знания конкретной области чрезвычайно важны для изучения технического языка этого поля для понимания текстов. Тем не менее, этот технический словарь может быть огромным, им нельзя пренебрегать в обучении ESP. Учащимся нужно помочь иметь дело с незнакомой технической лексикой; тем не менее, потребуются разные виды помощи. считает, что большой словарный запас могут быть приобретены с помощью стратегий изучения словарного запаса, а стратегии оказались полезными для студентов с разным уровнем владения языком. Стратегии изучения словарного запаса позволяют учащимся лучше контролировать свои собственные обучение, чтобы учащиеся могли брать на себя больше ответственности за свой словарный запас учусь. Студенты, изучающие словарный запас, развивают автономию студентов за счет разрешая самостоятельное участие и помогая им получить контроль над своими учусь. Учащиеся используют разные стратегии изучения словарного запаса и входят в разные схемы обучения.

Инструкцию по стратегии можно рассматривать как средство, помогающее учащимся взять на себя ответственность самостоятельно. Другой важный вопрос - какие типы стратегий изучения словарного запаса полезны при изучении их. Как показывают классификации, существует широкий спектр стратегий изучения словарного запаса.

Стратегий изучения слов, которые были по-разному предложены разными исследованиями. Например, Шмитт исследовал изучение словарного запаса стратегии. Шмитт различал два основных типа: стратегии открытия и стратегии рассмотрения; хотя некоторые VLS, конечно, могут использоваться для обоих. Затем он разделил стратегии в своей таксономии на определение. Стратегии (DET), содержащие стратегии, используемые человеком в социальных сетях. Стратегии - это способы взаимодействия с другими людьми для улучшения изучения языка.

В Узбекистане высшие инженерные курсы обычно включают специализированные курсы. Курс английского языка для студентов инженерных специальностей, цель которого - подготовить учащихся с рабочего английского в различных инженерных контекстах.

Поэтому технический словарный запас подчеркивается на протяжении всего обучения. Студенты, зачисленные на инженерные курсы, обязаны изучать английский язык для инженеров как обязательный предмет, ориентированный на технический английский в конкретной инженерной области. Целевые навыки в своей области обучения и их будущая карьера. Техническая лексика - важная часть изучения контекста, в пределах аутентичного материала. Что касается английского языка как иностранного в узбекском контексте, есть много исследований о стратегиях изучения словарного запаса, которые исследуют использование стратегий изучения словарного запаса узбекскими учащимися. Это может быть задача словарный запас.

1. Описать инструмент, используя новую лексику.

2. Давать инструкцию по использованию гаджета (токарного станка).

3. Еще один вид деятельности - перезапись видео. Студентам показывают видео, где инструмент или токарный станок работают без звука, поэтому ученики должны скопировать видео.

Студенты должны охватить все его функции. Итак, студент, чей дубляж лучший будет победителем. Это своего рода соревнования, когда студенты могут использовать свой словарный запас. Так и будет показать свою языковую компетенцию и насколько хорошо они выучили новые слова.

4. Подготовить игру на запоминание с помощью выбранных инструментов (10-15). Игра на память должна состоять из изображений и написанных названий инструментов. Разделить класс на группы по 3-4 ученика и пусть две группы сыграют против каждой другой в игре на память. Не играть в игру только с двумя учениками. Это может вызвать сильный страх и беспокойство у отдельного ученика, который не может вспомнить все инструменты и будет делать противоположное тому, что задумано с предварительной задачей - создать хорошую и безопасную среду обучения.

При изучении словарного запаса учащийся должен знакомиться с иностранными языками, насколько это возможно, чтобы просто наблюдать иностранный язык, тогда выдвигайте гипотезы по этому поводу, и это индивидуально, наконец, экспериментируйте с этим.

Какая бы ни была задача, она должна быть направлена на повышение активности ученика, а не учителя. Деятельности, и учитель должен производить и предлагать различные задания, которые будут дать учащемуся возможность экспериментировать спонтанно, индивидуально и изначально с иностранным языком. Каждое задание предоставит учащемуся новый личный опыт с иностранным языком, и на данный момент учитель имеет очень важную роль. Он или она должны взять на себя ответственность процесс повышения сознания, который должен следовать экспериментальной задаче виды деятельности. Учитель должен помогать учащимся распознавать различия и сходства, помочь им «исправить, прояснить и углубить» их.

#### **Использованная литература**

1. Реки WM. Говорить на многих языках. Кембридж: Кембриджский университет; 1983 г.
2. Национальный интернет-провайдер. Изучение словарного запаса на другом языке. Кембридж, Великобритания: Издательство Кембриджского университета; 2001 г.
3. Шмитт Н. Стратегии изучения словарного запаса. В: Schmitt N, McCarthy M. редакторы. Словарь: описание, усвоение и педагогика. Кембридж: Издательство Кембриджского университета; 1997, стр.199-227.
4. Salomova Malika Zohirovna, An analysis of artistic aesthetics in Oscar Wilde's portrait of Dorian Grey. International Scientific Journal Theoretical and Applied Science. Philadelphia, USA. 21.04.2020.
5. Salomova Malika Zohirovna, Linguocultural aspect of foreign language words of youth jargon. International journal on integrated education. Индонезия. 2020.
6. Salomova Malika Zohirovna, MODERN TECHNOLOGIES OF TEACHING FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.
7. Shoyimkulova Mahzuna Shavkatovna. USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES IN FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India.
8. Shoyimkulova M.Sh. Character description in John Webster's "The Duchess of Malfi". International Journal on Integrated Education. <https://doi.org/10.21070/icecrs.v3i0.267>
9. Shoyimkulova M.Sh. Satire against Hypocrisy in "The Alchemist". Proceeding of The ICECRS Vol 3 (2019): Global Education: Perspectives, Innovations, Issues, and Challenges Articles <https://doi.org/10.21070/icecrs.v3i0.268>
10. Sharipova Feruza Negmatulloevna, THE BASIC FEATURES OF TEACHING A FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.

#### **References**

1. Rivers WM. Speak many languages. Cambridge: University of Cambridge; 1983.
2. National Internet Service Provider. Learning vocabulary in another language. Cambridge, UK: Cambridge University Press; 2001 г.
3. Schmitt N. Strategies for learning vocabulary. В: Schmitt N, McCarthy M. editors. Dictionary: description, assimilation and pedagogy. Cambridge: Cambridge University Press; 1997, pp.199-227.
4. Salomova Malika Zohirovna, An analysis of artistic aesthetics in Oscar Wilde's portrait of Dorian Grey. International Scientific Journal Theoretical and Applied Science. Philadelphia, USA. 21.04.2020.
5. Salomova Malika Zohirovna, Linguocultural aspect of foreign language words of youth jargon. International journal on integrated education. Индонезия. 2020.
6. Salomova Malika Zohirovna, MODERN TECHNOLOGIES OF TEACHING FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.
7. Shoyimkulova Mahzuna Shavkatovna. USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES IN FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India.
8. Shoyimkulova M.Sh. Character description in John Webster's "The Duchess of Malfi". International Journal on Integrated Education. <https://doi.org/10.21070/icecrs.v3i0.267>
9. Shoyimkulova M.Sh. Satire against Hypocrisy in "The Alchemist". Proceeding of The ICECRS Vol 3 (2019): Global Education: Perspectives, Innovations, Issues, and Challenges Articles <https://doi.org/10.21070/icecrs.v3i0.268>
10. Sharipova Feruza Negmatulloevna, THE BASIC FEATURES OF TEACHING A FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ОФЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ СТУДЕНТОВ НЕЯЗЫКОВЫХ ВУЗОВ**

**Курбанов Анвар Кулмурадович**  
Заведующий кафедры «Иностранные языки»  
Бухарский инженерно-технологический институт,  
Республика Узбекистан, г.Бухара

**THE USE OF INTERNET TECHNOLOGIES IN THE IMPLEMENTATION OF OFFLINE TEACHING A FOREIGN LANGUAGE TO STUDENTS OF NON-LINGUISTIC UNIVERSITIES.**

**Kurbanov Anvar Kulmurodovich**  
the chief of the department "Foreign languages"  
Bukhara Engineering Technological Institute  
Uzbekistan, Bukhara

**Аннотация.** В статье рассматривается значимость использование информационных ресурсов в процессе преподавания иностранного языка, а также анализируется важность и эффективность использования веб-технологий в изучении иностранного языка как на уроке, так и в самостоятельной работе учащихся. Автор анализирует различные точки зрения на целесообразность применения информационных технологий в обучении иностранному языку и выражает целостную позицию по данному вопросу, подкрепляя наглядными примерами положительного эффекта в ходе использования современных технологий.

**Abstract.** This article deals with the importance of using informational resources in teaching process of foreign language, and also analyzes the importance and effectiveness of using web technologies in learning a foreign language both in the classroom and in the independent work of students. The author analyzes various points of view on the feasibility of using information technologies in teaching a foreign language and expresses a holistic position on this issue, backing up with illustrative examples of a positive effect in the course of using modern technologies.

**Ключевые слова:** информационные технологии, учебный материал, интернет - ресурсы, интерактивный подход, обучение иностранному языку, коммуникативная компетенция

**Keywords:** information technology, educational material, internet resources, interactive approach, teaching a foreign language, communicative competence

---

In a world where globalization has affected all aspects of life, knowledge of several foreign languages is becoming an important need for every person. It is impossible to imagine the life of a modern person without information technology. Knowing a language means not just mechanically mastering a number of words, but understanding the world of native speakers of a given language, their culture, and understanding idioms. In the classroom, the teacher should not be limited to the transfer of ready-made linguistic facts, he should activate the student's cognitive activity. Based on this, attention should be paid to how to increase the student's motivation to study. Students' cognitive performance can be low for various reasons, one of which is the use of traditional teaching methods [1].

The effectiveness of the impact of educational material on the student audience mainly depends on the degree and level of illustrativeness of the oral material. The visual richness of the educational material makes it bright, convincing and contributes to the intensification of the process of its assimilation [2].

One of the new requirements for teaching languages using Internet resources is the creation of interaction in the classroom, which is commonly called interactivity in the methodology. This principle is not new, but there is still no single definition of this approach. According to the definition of R.P.Milrud, interactivity is "the unification, coordination and interaction of efforts of the communicative goal and the result by speech means" [3-4].

According to this definition, it can be concluded that an interactive approach in virtual space serves as one of the means of achieving a communicative goal in the classroom. By teaching a foreign language, the Internet helps in the formation of skills in speaking skills, as well as in teaching vocabulary and grammar, providing genuine interest and therefore efficiency. Moreover, the Internet develops skills that are important not only for a foreign language. This is primarily associated with mental operations: analysis, synthesis, abstraction, identification, comparison, verbal and semantic forecasting, etc [5].

Thus, the skills and abilities formed with the help of Internet technologies go beyond the limits of foreign language competence, even within the framework of the "linguistic" aspect. The Internet develops the social and psychological qualities of students, their self-confidence and their ability to work in a team, creates a favorable atmosphere for learning, acting as a means of an interactive approach. The Internet is an excellent resource for lively foreign spoken language, as participants use a "hybrid" form of speech (mixing spoken and written texts). In this regard, teaching a foreign language based on authentic texts gives students the opportunity to replenish their vocabulary and shows a written version of the spoken style of speech. To solve these problems, the most suitable form of training is an Internet forum. A forum is an independent website or a section of a site, which is a club of

interests for communication on the Internet on a specific topic and with a fairly stable composition of participants. Communication on a forum is a special electronic conversation where communication takes place in an asynchronous form. On the one hand, this communication is factual, on the other, it is pragmatic: most often a participant comes to the forum in order to obtain information on a specific issue [6-7].

Materials from the forum as an Internet resource in foreign language lessons are best used for students of an advanced level, since in order to achieve this level, a student must have a high level of communicative competence in all areas of communication.

Forum texts can be used:

- a) as a source of new words, phrases and expressions;
- b) as the main text upon presentation of a specific lesson topic;
- c) as a supporting material in discussion lessons;
- d) when teaching the spoken style of speech.

The global information network gives a lot in the process of self-education, allows each user to choose their own path of learning.

One of the techniques that are currently widely used for oral presentations are computer presentations, which allow focusing the audience's attention on significant points of the information presented and create visual images in the form of diagrams, diagrams, graphic compositions, etc.

The use of computer technology in foreign language classes has the following goals:

- 1) the formation of skills to work with electronic resources to find the necessary information;
- 2) development of communication skills;
- 3) practice of individual and group work;
- 4) creation of electronic documents, presentations, tables, etc. ;
- 5) providing the student with that amount of information that is optimal for him (implementation of a personality-oriented approach);
- 6) improving the culture of speech and writing;
- 7) development of students' creative thinking (project method).

The task of the teacher is to teach students to study independently, to acquire knowledge from various sources of information on their own, to master the greatest possible variety of types and methods of independent work.

The difficulty in the activities of teachers in organizing independent work in the educational process is that many teaching aids still do not fully contribute to the successful development of the cognitive activity of students, their independence. In them, the rules, laws, conclusions are often given ready-made; they only require memorization. The solution to this problem is to use information and communication technologies in the classroom. The advantages are undeniable: it is both an operational control of knowledge, and an element of entertainment that increases students' interest in learning, and the creation of conditions for individual independent research and reflection [8].

The use of electronic resources gives a new status to the independent work of students, when training in the form becomes individual, independent, and in fact controlled and managed. Only a computer is able to carry out such a diverse in form and content connection with the learner (informative, reference, consulting, effective, verbal, non-verbal - graphics, color, sound signaling).

The computer significantly changes teaching methods due to the wide dialogization of the educational process, the active role of the student in the assimilation of the material.

The following forms of using information technology in language classes are possible:

- 1) computer presentations created by teacher and student;
- 2) electronic textbooks;
- 3) electronic dictionaries, encyclopedias;
- 4) fragments of virtual lectures (it should be noted that virtual lectures can be used either partially, at a certain stage of work, or completely).

The use of computerized forms of control implies the ability to test students' knowledge (at different stages of the lesson, with different purposes) in the form of testing, using a computer program, which allows you to quickly and effectively record the level of knowledge on a topic, objectively assessing their depth.

The following forms of students' homework with the use of computer technology can be distinguished.

1. Working with electronic encyclopedias, multimedia courses, textbooks, dictionaries, Internet capabilities.
2. Working with testing programs.
3. Creative work:
  - a) creation by students of presentations on the topic of the lesson, diagrams, diagrams, etc. ;
  - b) work with the Microsoft Publisher program, which allows you to get a real product of your activity in the form of a newspaper, magazine, booklet, etc.

This technical tool is used to present the results of group work on a project, to prepare a newspaper issue or newsletter, to publish a study dictionary or a collection of linguistic fairy tales composed by students, to decorate a book cover, etc.

Thus, the methodology of independent work in the Russian language based on computer technologies includes the creation of positive motivation, a system of guidelines for educational activities; taking into account the level of training, the potential of the student, the complexity of the educational material; differentiation of the

volume of educational activity; a combination of management by the teacher and self-management by the student; regularity and consistency of homework: frequency of control, intensity of feedback in training, a system of corrective actions.

The use of information technology opens up new perspectives for teaching the Russian language, because provides fundamentally new opportunities for the formation of educational independence of students. Thus, the main purpose of the use of information technologies is to create optimal conditions for the individualization of students' learning actions, the orientation of students towards self-education, an increase in the proportion of independence and measures of participation of each student in the educational process, the development of cognitive interest.

#### References

1. Milrud R.P. Collaboration in a foreign language lesson // Foreign languages at school. 1991. No. 6.
2. Podgaetskaya I.M. Education of students' interest in the study of a foreign language. M., 1985.
3. Halpern D. Psychology of critical thinking. SPb., 2000.
4. Komakhidze R. Interactive methods of teaching languages // Comparison as a method of research and teaching languages. Tbilisi, 2005.
5. Lvov V. V. Computers at foreign language lessons // Russian language at school. 1996. No. 3.
6. Shoyimkulova Mahzuna Shavkatovna. USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES IN FOREIGN LANGUAGE . Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India.
7. Salomova Malika Zohirovna, MODERN TECHNOLOGIES OF TEACHING FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.
8. Sharipova Feruza Negmatulloevna, THE BASIC FEATURES OF TEACHING A FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.

**АУТЕНТИЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ В ОБУЧЕНИЕ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ  
В НЕЯЗЫКОВЫХ ВУЗАХ.**

**Исмаатов Сардор Суннатиллоевич**  
Студент группы 510-19 АРХ, кафедра Архитектура  
**Саломова Малика Зохиоровна**  
Старший преподаватель, кафедра Иностранные языки  
Бухарский инженерно-технологический институт,  
Республика Узбекистан, г.Бухара

**AUTHENTIC MATERIALS FOR TEACHING A FOREIGN LANGUAGE IN  
NON-LINGUISTIC UNIVERSITIES**

**Ismatov Sardor Sunnatilloevich**  
student gr. 510-19 APX, Department of Architecture  
**Salomova Malika Zohirovna**  
a senior English teacher, Department of Foreign Languages  
Bukhara Engineering Technological Institute,  
Republic of Uzbekistan, Bukhara

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются аутентичные материалы на уроках ESP. Аутентичные материалы особенно важны для слушателей ESP, так как они воспроизводят атмосферу и обеспечивают реалистичный контекст для задач, которые связаны с потребностями учащихся. Аутентичные материалы повышают мотивацию обучающихся, но их трудно адаптировать к уровню языка учащихся, особенно на начальном уровне. Также важно отметить, что подготовка таких материалов может занять очень много времени.

**Abstract.** This article deals with the authentic materials in the ESP classroom. Authentic materials are especially important for ESP trainees, since they reproduce an immersion environment and provide a realistic context for tasks that relate to learner's needs. Authentic materials increase learners' motivation but are difficult to adapt to the learners' level of language, especially at the beginning level. It is also important to note that preparing such materials can be very time consuming.

**Ключевые слова:** аутентичные материалы, учебные классы ESP, общение, компетентность, мотивация.

**Keywords:** authentic materials, ESP classrooms, communication, competence, motivation.

---

Материалы по английскому для специальных целей (ESP) должны встречаться со студентами, с потребности цел и с быстрым обновлением мира ученики должны осознавать, что есть такой реальный мир. Аутентичные материалы заполняют пробел между формальное образование с реальным миром. Студенты должны познакомиться с подлинными материалами, которые связаны с реальным миром, чтобы иметь возможность практиковать язык, использующий аутентичный, особенно для студентов высших учебных заведений [1].

Наше время аутентичные материалы необходимо постоянно обновлять.

Многие исследователи утверждают, что использование аутентичных материалов мотивирует учащихся, потому что они более интересны, чем искусственные материалы. Поэтому мы исследуем использование аутентичных материалов о мотивации студентов в ESP Classroom. Повседневная деятельность в классе выявила проблемы, с которыми студенты сталкиваются в таких областях, как эффективное чтение, понимание общего значения текста, а не только слов, или понимание языка носителей языка, общение на иностранном языке [2-3].

В настоящее время кажется крайне важным, чтобы учащиеся познакомились с подлинными учебные ситуации, связанные с реальным миром, в котором они могут практиковать язык с использованием аутентичных материалов. Начиная с предположение, что аутентичные материалы и медиа могут помочь учащимся развиваться и улучшить связь между языковым классом и внешним миром [4].

Мы провели исследование, чтобы оценить влияние, которое использование аутентичных материалов при обучении на уроках ESP оказывает на развитие коммуникативных компетенций учащихся.

Высшее образование ставит перед собой четкую цель - сделать так, чтобы его выпускники стали профессиональными и умелыми. Они обязаны использовать английский для любых коммуникативных целей. Имея это в виду, конечно, преподавание и обучение процесс должен быть в состоянии облегчить учащимся раскрыть реальный мир как можно больше. Материалы, которые дают учителя, должны представлять язык, на котором они будут в реальном мире. Аутентичный материал - это знакомство с реальным языком

и использовать в собственном сообществе [5].

Многие исследователи считают, что использование аутентичных материалов улучшит мотивация студентов. Потому что, имея аутентичный материал в классе, они поймут концепцию в реальной ситуации.

Аутентичные материалы приблизит студентов к целевой языковой культуре и сделает обучение процесс приятный и мотивирующий. Подлинный материал как источник приобретения который не знает границ: буклеты с инструкциями, журналы, руководства, рекламные объявления, Интернет-ссылки, бланки для надписей, демонстрации, видео, статистика, предложения о работе и т. д.

Подлинные материалы и средства массовой информации могут помочь студентам развиваться и совершенствоваться между языковым классом и внешним миром. Использование подлинный материал будет полезен для студентов. Подлинные предложения материалов учащимся предоставляется возможность работать с небольшим объемом отпечатка, который в то же время содержит полные, содержательные сообщения. Аутентичный материал может дать смысл достижения, когда учитель может адаптировать и усвоить материалы, зависит от состояния и обстоятельства. Затем это поддержит творческий потенциал учителя. Создать атмосферу в классе. Разработка материалов для учащихся ESP имеет другие проблемы, чем общий. Подготовка подлинных материалов для использования в классе может быть очень сложной задачей, кропотливым. Важно иметь в виду четкую цель, а также индивидуальный подход, позволяющий адаптировать самые аутентичные материалы, локально значимыми [6-8].

Вегенер (2008: 137, цитируется Бенавентом (2011: 92)) утверждает три функции, которые аутентичные тексты выполняют в курсе ESP.

Во-первых, приглашая подлинных материалы из рабочей среды учащихся в классе учитель должен предлагать помощь.

Во-вторых, учитель ESP всегда ищет тексты, которые максимально близки на целевые ситуации учащихся на их работе, насколько это возможно.

В-третьих, аутентичные тексты служат источником информации для учителя и могут быть собраны уже в период анализа потребностей.

Поэтому, как преподаватель языка, особенно преподавая в технических вузах, ему важно создать среду, которая может предоставить студентам возможность проявлять эти качества. Чтобы создать такую среду, учитель может предоставить увлекательную среду, в которой учащиеся могут исследовать свои увлечения и интересы и стимулировать мотивацию к любым целям, которые могут поставить ученики. Аутентичные материалы мотивировать учащихся, потому что у них есть возможность получать удовольствие от обучения и языка и культуры, в которой говорят на этом языке, применяя на практике то, что они научились использовать в реальном мире. Принесение аутентичных материалов в классе могут быть мотивирующими, поскольку они добавляют элемент реальной жизни учащимся опытом обучения.

Изучение использования аутентичных материалов о мотивации студентов в технических вузах, по результатам наблюдения студентам понравилось обучение. Это видно по их интересу и их погружение в автономное обучение. Более того, результат анкеты показывает удовлетворительный результат. Результаты анкетирования выявили высокий уровень участие студентов в уроках английского языка. Всего 101 студент (94%), которые участвуют в занятиях, когда использовались аутентичные материалы [9].

Студенты также положительно отнеслись к использованию аутентичных материалов, заявляя что им нравится процесс преподавания и обучения, когда подлинные материалы были использованы. Их самообучение или автономное обучение также погрузились в процесс, когда они хотят попросить у друга резюме, и их анкета также показывает удовлетворительный результат, (97 студентов) заявили что хотят изучать английский язык больше после того, как были выставлены подлинные материалы. Их внимание было также на высоком уровне, так как анкета показывает тот же результат. Уровень сложности от аутентичные материалы их тоже не беспокоили. Студенты будут рады развиваться, поскольку они ознакомились с аутентичными материалами. Они заявили что аутентичные материалы также помогают им понять использование английского языка в реальной жизни.

Использование аутентичных материалов может улучшить мотивацию студентов к ESP класс. Это важный факт, что самомотивация может привести к успешному овладение языком. Также считается, что использованные аутентичные материалы в исследовании оказались приятными, мотивирующими, и улучшающими и помощь учащимся в понимании использования языка в реальных условиях мировой ситуации.

В заключение, аутентичные материалы являются важными инструментами для использования на занятиях ESP. поскольку, как мы ясно показали, они мотивируют и погружают учащихся в конкретные области изучаемого языка, в которых необходима, нужна практика. Как мы пытались продемонстрировать, подлинные материалы можно получить из множества различных источников, но растет тенденция брать их из Интернета по мере необходимости, постоянно обновлять свои материалы и адаптировать их к меняющимся потребностям ученикам.

Наконец, важно отметить, что, хотя изучающие ESP часто имеют кардинально разные уровни и стандарты владения языком, чем выше их уровень языка, тем больше пользы они получают от процесса обучения.

#### **Использованная литература:**

1.Фатима А.А., Суластри Ф. (2016). «Подлинный материал: как мне мотивировать Мои ученики в классе ESP?». Сурабая. 197–198



- 2.Бенавент, Г. Т., Пенамария, С. С. (2011). «Использование аутентичных материалов в ESP Classroom». Encuentro.Vol 20. 91-93
- 3.Sharipova Feruza Negmatulloevna. THE BASIC FEATURES OF TEACHING A FOREIGN LANGUA. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.
- 4.Sharipova Feruza Negmatulloevna. TEACHING VOCABULARY AS AN IMPORTANT WAY OF LEARNING LANGUAGE. International Journal on Integrated Education.
- 5.Sharipova Feruza Negmatulloevna. THE MAIN DIFFICULTIES IN LEARNING A FOREIGN LANGUAGE. International Journal on Integrated Education.
- 6.Shoyimkulova M.Sh.. USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES IN FOREIGN LANGUAGE . Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India.
- 7.Shoyimkulova M.Sh. Character description in John Webster's "The Duchess of Malfi". International Journal on Integrated Education. <https://doi.org/10.21070/icecrs.v3i0.267>
- 8.Shoyimkulova M.Sh. Satire against Hypocrisy in "The Alchemist". Proceeding of The ICECRS Vol 3 (2019): Global Education: Perspectives, Innovations, Issues, and Challenges Articles <https://doi.org/10.21070/icecrs.v3i0.268>
- 9.Salomova Malika Zohirovna, MODERN TECHNOLOGIES OF TEACHING FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.

#### References

- 1.Fatima A.A., Sustri F. (2016). "Genuine Material: How Do I Motivate My Students in an ESP Class?" Surabaya. 197–198
- 2.Benavent, G.T., Penamaria, S.S. (2011). "Using Authentic Materials at ESP Classroom." Encuentro.Vol 20. 91-93
- 3.Sharipova Feruza Negmatulloevna. THE BASIC FEATURES OF TEACHING A FOREIGN LANGUA. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.
- 4.Sharipova Feruza Negmatulloevna. TEACHING VOCABULARY AS AN IMPORTANT WAY OF LEARNING LANGUAGE. International Journal on Integrated Education.
- 5.Sharipova Feruza Negmatulloevna. THE MAIN DIFFICULTIES IN LEARNING A FOREIGN LANGUAGE. International Journal on Integrated Education.
- 6.Shoyimkulova M.Sh.. USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES IN FOREIGN LANGUAGE . Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India.
- 7.Shoyimkulova M.Sh. Character description in John Webster's "The Duchess of Malfi". International Journal on Integrated Education. <https://doi.org/10.21070/icecrs.v3i0.267>
- 8.Shoyimkulova M.Sh. Satire against Hypocrisy in "The Alchemist". Proceeding of The ICECRS Vol 3 (2019): Global Education: Perspectives, Innovations, Issues, and Challenges Articles <https://doi.org/10.21070/icecrs.v3i0.268>
- 9.Salomova Malika Zohirovna, MODERN TECHNOLOGIES OF TEACHING FOREIGN LANGUAGE. Journal Impact Factor 2020 for JournalNX. India. 2020.

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

СТРУКТУРА И ТЕХНИКА ИСПОЛНЕНИЯ ДВОЙНОГО САЛЬТО НАЗАД ПРОГНУВШИХСЯ С  
ПОВОРОТОМ НА 360 ГРАДУСОВ ЛЫЖНИКОВ АКРОБАТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

*Парахин Виктор Александрович*

*Кандидат педагогических наук, доцент*

*Российский государственный университет физической культуры,  
спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)*

*Россия, г. Москва*

*Герасимова Александра Алексеевна*

*магистрант 2 курса*

*Российский государственный университет физической культуры,  
спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)*

*Россия, г. Москва*

## STRUCTURE AND TECHNIQUE OF PERFORMANCE DOUBLE FLIP BACK WITH A TURN 360 DEGREES SKIERS OF HIGH QUALITY ACROBATS

*Parakhin Victor Alexandrovich*

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,*

*Russian State University Physical Culture, Sport,*

*Youth And Tourism (SCOLIPE),*

*Russia, Moscow*

*Gerasimova Alexandra Alekseevna*

*2nd year master's student,*

*Russian State University Physical Culture, Sport,*

*Youth And Tourism (SCOLIPE),*

*Russia, Moscow*

**Аннотация.** В статье описывается биомеханический анализ техники выполнения двойного сальто назад с поворотом на 360 градусов, подготовительная, основная и заключительная части упражнения.

**Abstract.** The article describes a biomechanical analysis of the technique of performing a double back somersault with a turn of 360 degrees, the preparatory, main and final parts of the exercise.

**Ключевые слова:** фристайл, акробатика, двойное сальто назад.

**Keywords:** freestyle, acrobatics, double back flips.

### Введение

Анализ специальной литературы показывает, что к основным недостаткам акробатических прыжков во фристайле, в дисциплине лыжная акробатика относятся: недостаточная координация движений, неправильная техника выполнения двойного сальто назад прогнувшись с поворотом на 360 градусов, нестабильное приземление.

Именно поэтому в данной работе был проведен биомеханический анализ вышесказанных кинематических и динамических характеристик двойного сальто назад согнувшись с поворотом на 360 градусов. Анализ исходных показателей позволил выявить механизм выполнения подводящих элементов, осуществить биомеханический контроль за основным показателем техники выполнения двойного сальто назад прогнувшись с поворотом на 360 градусов на основе кинематических и динамических характеристик спортсменов высокой квалификации на Кубке мира акробатов-финалистов в 2020 году.

**Объект исследования.** Учебно-тренировочный процесс фристайлистов высокой квалификации в дисциплине лыжная акробатика.

**Предметом исследования** является: техника исполнения двойного сальто назад прогнувшись с поворотом на 360 градусов у фристайлистов высокой квалификации

**Цель работы:** провести структурный биомеханический анализ техники исполнения сложных акробатических прыжков.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

1. Проанализировать основной механизм техники выполнения сложных акробатических прыжков
2. Провести биомеханический контроль за технической и физической подготовкой

Роль координационных способностей играет важную роль в лыжной акробатике. Упражнения с элементами вращения являются сложно-координационными. Здесь важно правильно измерить скорость спортсмена, знать его стойку во время скольжения до трамплина и отход. Высота вылета зависит от правильного положения тела так называемой рабочей осанки и работы ног во время отхода, также скорости.

Перед подготовительной фазой во время прыжка для скольжения к трамплину на уровне рефлексов акробат готовится к преодолению предстоящих нагрузок и напрягает мышцы-разгибатели, мышцы-сгибатели. За счет скорости спортсмен выполняет элементы и вылетает на нужную высоту. Во время отхода работают все мышцы тела, особенно мышцы разгибатели бедер.

Амортизационные свойства суставов и мышц, движения ОЦМ тела акробата заметно уменьшают давление тела. После того, как сопротивляемые мышцы достигнут своей конечной точки (уступающий режим), следует их мощнейшее сокращение (преодолевающий режим). В заключительной части прыжка тело готовится с соприкосновением со снегом. Угол в ТБС и коленных суставах 120 градусов. Работают мышцы спины и брюшного пресса.

#### 1. АНАЛИЗ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ (СПУСКА НА ЛЫЖАХ) ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ПРЫЖКА ДВОЙНОЕ САЛЬТО НАЗАД ПРОГНУВШИСЬ С ПОВОРОТОМ НА 360 ГРАДУСОВ.

Для анализа техники исполнения элемента двойное сальто назад прогнувшись с поворотом на 360 градусов во фристайле дисциплине лыжная акробатика, мы условно разделили элемент на три части: подготовительную, основную и заключительную. В подготовительной части упражнения на интересовал спуск, а точнее скорость которую набирает спортсменка, до начала отлета от трамплина для перехода в полетную фазу рис 1 и 2.

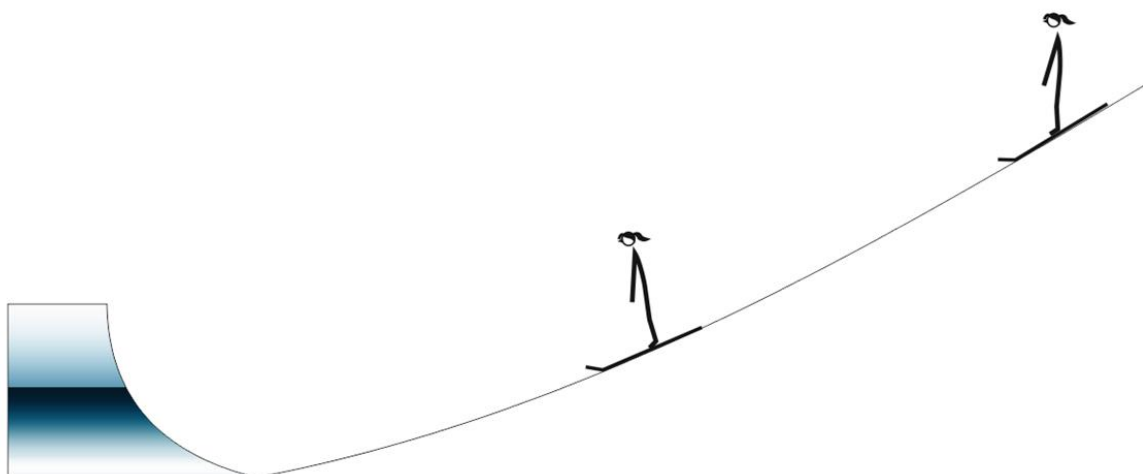


Рисунок 1. Подготовительная часть (спуск).



Рисунок 2. Въезд на трамплин.

Мы измерили длину спуска  $S = 35\text{ м}$ , затем измерили время скольжения первой спортсменки  $T = 2$  сек. и второй спортсменки  $T = 2,3$  сек., и после чего вычислили скорость до момента отхода в безопорную часть  $V = S / T$ . Скорость первой спортсменки  $V = 17,5$  м/с и скорость второй спортсменки  $V = 15,2$  м/с

На таблице видно, что скорость первой спортсменки явно выше, чем скорость второй спортсменки.

Таблица 1

№	Спортсменки	Скорость спуска начало	Скорость спуска конец
		м/с	м/с
1	Кэрол Боурд	0	17,5
2	Любовь Никитина	0	15,2

## 2. АНАЛИЗ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ (ФАЗА ПОЛЕТА) ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ПРЫЖКА ДВОЙНОЕ САЛЬТО НАЗАД ПРОГНУВШИЕСЬ С ПОВОРОТОМ НА 360 ГРАДУСОВ.

Во второй части упражнения нас интересовало высота вылета в самой верхней точки спортсменки и время в полете. Время засекали секундомером, а высоту вылета с помощью специальной шкалы рис.3.



Рисунок 3. Шкала измерения высоты вылета спортсменки



Рисунок 4. Полетная часть элемента

Мы получили численные показатели полетной части двойного сальто назад прогнувшись с поворотом на 360 градусов. Данные представлены в таблице 2. И таблицы видно, что высота вылета спортсменки №1 выше чем высота спортсменки №2.

Так же время в полете у спортсменки 1 составляет: 2,3 сек, в отличии от 2 спортсменки ее время в полете составляет: 2 сек.

Таблица 2.

№	Спортсменки	Высота вылета	Время полета
		м	сек
1	Кэрол Боурд	7,5	2,3
2	Любовь Никитина	7	2

3. АНАЛИЗ ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ (ПРИЗЕМЛЕНИЕ И СПУСК) ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ПРЫЖКА ДВОЙНОЕ САЛЬТО НАЗАД ПРОГНУВШИСЬ С ПОВОРОТОМ НА 360 ГРАДУСОВ.

В заключительной части нас интересовал угол в суставах при приземлении. Мы разделили заключительную фазу упражнения на три части и измерили угол в тазобедренном и коленных суставах.



Рисунок 5. Заключительная часть элемента.



Рисунок 6. Палочковая диаграмма заключительной части элемента.

Проанализировав показатели при приземлении в заключительной части прыжка мы получили следующие результаты, которые приведены ниже таблица 3. Угол в тазобедренных суставах составил: у первой спортсменки : 144, 85, 79 градусов, у второй спортсменки :160, 95,60 градусов. Угол в коленных суставах составил: у первой спортсменки : 160, 110, 132 градусов, у второй спортсменки :150, 122,152 градусов.

Таблица 3.

№	Спортсменки	Часть 1		Часть 2		Часть 3	
		Угол в градусах		Угол в градусах		Угол в градусах	
		ТБ суставы	Колен. суставы	ТБ суставы	Колен. суставы	ТБ суставы	Колен. суставы
1	Кэрол Боурд	144	160	85	110	79	132
2	Любовь Никитина	160	150	95	122	60	152

### ВЫВОДЫ

1. За счет проведенного обоснования механизма элемента двойного сальто прогнувшись с поворотом на 360 градусов были выявленные основные моменты, необходимые для эффективного выполнения данного элемента.

2. Анализ динамических показателей позволил выявить различия в технике выполнения, скольжения и приземления в прыжке двойного сальто прогнувшись с поворотом на 360 градусов у спортсменок акробатов высокой квалификации. При этом реализация текущего биомеханического контроля требует индивидуального подхода к оценке уровня технической и физической подготовленности спортсменов.

### Список литературы:

1. Люлина, Н.В. Развитие координации в учебно-тренировочном процессе фристайлистов // Физ. воспитание студентов твор. специальностей / [под ред. Ермакова С.С.] ; М-во образования и науки Украины, Харьков. гос. акад. дизайна и искусств (Харьков. худож.-пром. ин-т). - Харьков, 2008. - № 2. - С. 45-50.

2. Теория и методика спортивной гимнастики : учебник в 2 т. – Т. 1/ Ю. К. Гавердовский. – М.: Советский спорт, 2014. – 368 с. : ил.

3. Гавердовский, Ю. Биомеханика гимнастики : скрытые возможности / Юрий Гавердовский // Наука в олимп. спорте. - 2013. - № 2. - С. 57-64.

### References:

1. Lyulina, N.V., Development of Coordination is in the Educational Training Process of Freestylers // Phys. education of students creative. specialties / [ed. Ermakova S.S.]; Ministry of Education and Science of Ukraine, Kharkov. state acad. design and arts (Kharkiv Artistic-Industrial Institute). - Kharkov, 2008. - No. 2. - P. 45-50.

2. Theory and methodology of sports gymnastics: textbook in 2 t. - t. 1 / Yu. K. Gaverdovsky. - M.: Sovetsky sport, 2014. - 368 p.: ill.

3. Gaverdovsky, Yu. Biomechanics of gymnastics: hidden opportunities / Yuri Gaverdovsky // Nauka v olimp. sports. - 2013. - No. 2. - pp. 57-64.

# НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ "GLOBUS" ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

Том 7 № 2 (42)/2021

Члены редакционной коллегии:

- prof. Przemysław Niewiadomski, University of Zielona Góra Orcid: [0000-0002-2805-4671](https://orcid.org/0000-0002-2805-4671)
- Azizkhon Bositkhonovich Rakhmonov — Узбекский государственный университет мировых языков
- Хованский С.М канд. психол. наук , Университет «Туран»
- Лавринов С.П канд. пед. наук Научный сотрудник, Университет ИТМО
- Гамбарян.О.А д-р психол. наук Старший научный сотрудник, Национальный университет «Киево — Могилянская академия»
- Линков М.В доцент, Национальный университет «Киево — Могилянская академия»
- Коновал Г.Г доцент, Тюменский государственный институт культуры

Статьи, поступающие в редакцию, рецензируются. За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов. При перепечатке ссылка на журнал обязательна. Материалы публикуются в авторской редакции.

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

Художник: Валегин Арсений Петрович  
Верстка: Курпатова Ирина Александровна

**Контактная информация организационного комитета конференции:**

Научный журнал "Globus": Психология и педагогика

**Электронная почта:** [psy@globus-science.ru](mailto:psy@globus-science.ru)

**Официальный сайт:** [www.globus-science.ru](http://www.globus-science.ru)

Учредитель и издатель ООО «Serenity-Group»

Тираж 200 экз.

Отпечатано в типографии:  
В.О., 13-я линия, 20, Санкт-Петербург, Россия, 199178