

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»

Димитровградский инженерно-технологический институт –
филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования
«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»
(ДИТИ НИЯУ МИФИ)

**Всероссийская научно-практическая конференция
с международным участием
г. Димитровград, 12-13 декабря 2019 г.**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ
В ОБРАЗОВАНИИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА**

Сборник материалов

Часть 1

Димитровград, 2020

УДК 378
ББК 74.24
П 24

П 24 Педагогические проблемы в образовании: теория и практика : Сборник материалов Всероссийской науч.-практ. конф. с международным участием, (г. Димитровград, 12-13 декабря 2019 г.). В 2-х частях. Часть 1 / Под ред. канд. пед. наук С.В. Игдыровой, канд. фил. наук М.К. Кузьминой, Р.Р. Мукминова. – Димитровград : ДИТИ НИЯУ МИФИ, 2020. – 217 с.

Сборник включает материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Педагогические проблемы в образовании: теория и практика», состоявшейся в Димитровградском технологическом институте – филиале НИЯУ МИФИ.

В работах затронуты психолого-педагогические аспекты организации учебного процесса, представлен опыт построения образовательно-воспитательной деятельности в учебных заведениях, рассмотрены инновационные варианты деятельности педагога.

Материалы сборника могут быть использованы научными работниками, аспирантами и студентами в научно-исследовательской, учебно-методической и практической работе.

Информация об опубликованных статьях предоставляется в систему Российского индекса научного цитирования (РИНЦ).

УДК 378
ББК 74.24

© Оформление. ДИТИ НИЯУ МИФИ, 2020

СОДЕРЖАНИЕ

ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИНТЕНСИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИННОВАЦИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

<i>Горностаева В.В.</i> ПРОЕКТНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ КАК СПОСОБ РАЗВИТИЯ КЛЮЧЕВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ УЧАЩИХСЯ	8
<i>Данилова И.К.</i> КОМПЛЕКСНАЯ ПОДГОТОВКА ТРИАТЛЕТОВ НА ОЛИМПИЙСКОЙ ДИСТАНЦИИ	12
<i>Дырдина А.А.</i> КУКЛОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ: ОПЫТ ИССЛЕДОВАНИЯ	16
<i>Дьяченко Л.И.</i> ВНЕДРЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕСС ОБРАЗОВАНИЯ (НА ПРИМЕРЕ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ).....	20
<i>Денисова Т.А.</i> ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК РЕСУРС ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ К ИЗУЧЕНИЮ РУССКОГО ЯЗЫКА.....	23
<i>Зинурова Р.Р., Хузяшева О.Г.</i> РАЗВИТИЕ ИНТЕЛЛЕКТА ДОШКОЛЬНИКОВ В ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНО- ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: ОПЫТ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	26
<i>Игдырова С.В., Аманмурадова Д.О., Аманмурадова А.О.</i> АНАЛИЗ ИДЕЙНО-ХУДОЖЕСТВЕННОГО СВОЕОБРАЗИЯ ВОСТОЧНОЙ ПОЭЗИИ А.АХМАТОВОЙ НА УРОКАХ ЛИТЕРАТУРЫ.....	29
<i>Катаева Г.В., Голубева К.В.</i> ВЛИЯНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА В РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ СТАРШИХ КУРСОВ ПО ФИЗИЧЕСКИМ ДИСЦИПЛИНАМ	33
<i>Морозова Л.В.</i> ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СПОСОБ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРЕДМЕТНЫХ НАВЫКОВ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ УЧИТЕЛЯ ИЗО И ЧЕРЧЕНИЯ).....	36
<i>Светкина Е.А.</i> ИННОВАЦИИ В ОБУЧЕНИИ: ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УРОК	40
<i>Шибанова С.Л.</i> НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СИСТЕМЫ РАБОТЫ С ОДАРЕННЫМИ ДЕТЬМИ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ	44
РОЛЬ ДОВУЗОВСКОЙ ПОДГОТОВКИ АБИТУРИЕНТОВ ДЛЯ РАЗНЫХ ПРОФИЛЕЙ ВУЗОВ	
<i>Бузык Т.Ф., Сыкеев Д.В.</i> ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ В СФЕРЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ЧЕРЕЗ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ	47

**ФИЛОСОФСКИЕ, ИСТОРИЧЕСКИЕ, СОЦИАЛЬНО-ПОЛИТИЧЕСКИЕ И
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОЗНАНИЯ ОБЩЕСТВА В
ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ**

Ковалева Ю.В.

ФОРМИРОВАНИЕ СПЕЦИФИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СПЕЦИАЛИСТА
СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ В ПОЛИКУЛЬТУРНОМ МИРЕ 50

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ И ПРИОРИТЕТЫ В СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ
СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ**

Васянина О.Л.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ КАК ОДНО
ИЗ УСЛОВИЙ РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТОВ 53

Калайбашева Н.Ю.

О ВОЗМОЖНОСТЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ МАТЕМАТИЧЕСКИХ
ПРОЕКТОВ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ (НА ПРИМЕРЕ ЗАДАЧИ О КРАТЧАЙШИХ СЕТЯХ) 56

Кашипова А.Р.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ
ПРОЦЕССЕ 62

Муллагаянова Г.С., Зорина А.Р.

ВАЖНЫЕ АСПЕКТЫ ЭФФЕКТИВНОЙ ПРЕЗЕНТАЦИИ 65

Щепеткова Е.В., Бойко С.Ю.

ЭФФЕКТИВНЫЕ ПУТИ ШКОЛЬНОГО И СЕМЕЙНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В
УСЛОВИЯХ ПРЕЕМСТВЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ В 5 КЛАССАХ 68

**НОВЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПАРАДИГМЫ И ИХ РОЛЬ В СТАНОВЛЕНИИ
ТВОРЧЕСКОЙ ЛИЧНОСТИ**

Галимзянов Р.Ф.

ТВОРЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ 72

Ощепков А.А., Китаев Ш.А., Кочарян С.В.

ИССЛЕДОВАНИЕ СИСТЕМЫ ЦЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ С ВЫСОКИМ
УРОВНЕМ КРЕАТИВНОСТИ 75

Трофимова Г.Ю.

АКМЕОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА УЧИТЕЛЯ 78

**ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ: ПРОБЛЕМЫ
ИНТЕГРАЦИИ**

Михайлова Ю.А.

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ И ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
ОБУЧАЮЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ВНЕДРЕНИЯ ФГОС ООО И ФГОС СОО В АСПЕКТЕ
ПРЕЕМСТВЕННОСТИ «ШКОЛА–СПО–ВУЗ» 81

Кузовенкова К.О.

ВИДЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВУЗА: ОТРАЖЕНИЕ В МИРОВЫХ
РЕЙТИНГАХ 85

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА

Афанасьев Д.А., Леер Д.О., Шнайдер Е.Р.

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТА С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ
ПОСРЕДСТВОМ МЕХАНИЗМА ПРЯМОЙ СВЯЗИ 89

<i>Наумова М.Н., Сиротина Ю.В., Фоменко А.Н.</i> ПРИОРИТЕТЫ В ПРАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ОДАРЁННЫМИ И СПОСОБНЫМИ ДЕТЬМИ (ИЗ ОПЫТА РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «ОЛИМПИЙСКИЕ НАДЕЖДЫ»)	92
<i>Ощепков А.А., Астафьева Е.А., Моисеева М.В.</i> ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРЫ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА С ВЫСОКИМ УРОВНЕМ КРЕАТИВНОСТИ	96
<i>Ощепков А.А., Фриауф В.В.</i> СОЗДАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПОДГОТОВКИ ЛИДЕРОВ В МОЛОДЁЖНОЙ СРЕДЕ КАК АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА СОВРЕМЕННОСТИ.....	99
<i>Светкина Е. А., Стрельник С. С.</i> ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА УЧАЩИХСЯ	103
<i>Сорочкина Е.И., Сарычева Л.И., Черногрудова Л.П.</i> МЕЖВЕДОМСТВЕННОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ И ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИЙ В РАМКАХ РАБОТЫ ПО СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ	107
<i>Судакова Ю.Е.</i> ВЫЯВЛЕНИЕ СКЛОННОСТИ К ЗАВИСИМОМУ ПОВЕДЕНИЮ ОТ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ	110
<i>Тимофеева А.А.</i> ПРОТИВОСТОЯНИЕ СТРЕССУ УЧАЩИХСЯ СРЕДНИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ.....	114
<i>Ходжиматов А., Эшонхужаев Д., Сулаймонов Ш.</i> ПРОБЛЕМЫ ВОСПИТАНИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ МОЛОДЕЖИ.....	116
<i>Шарова С.Ю.</i> ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕФЛЕКСИИ КАК ПРИЁМА РАБОТЫ СО СТУДЕНТАМИ МУЗЫКАЛЬНОГО КОЛЛЕДЖА НА УРОКАХ ПЕДАГОГИКИ.....	119
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	
<i>Немич Н.Н., Богданова Н.В.</i> ОТБОР ЯЗЫКОВОГО МАТЕРИАЛА ДЛЯ ОТРАБОТКИ ГРАММАТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННЫХ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПАДЕЖНОЙ СИСТЕМЕ РУССКОГО ЯЗЫКА.....	122
<i>Замацикова Л.В.</i> ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕЧЕВОЙ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ КУРСАНТОВ ИЗ СТРАН БЛИЖНЕГО ВОСТОКА В ВОЕННОМ ВУЗЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.....	125
<i>Ерофеева А.А., Харисов Р. Д.</i> НАУЧНЫЕ СТУДЕНЧЕСКИЕ ОБЩЕСТВА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОЙ ЛИЧНОСТИ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА	128
<i>Карпушова О.А., Мигненко М.А., Пути Молото</i> TEACHING FOREIGN CADETS READING SCIENTIFIC LITERATURE	131
<i>Ковалькова М.В.</i> К ВОПРОСУ О РОЛИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ.....	135

Масленникова Н.Н.
РЕАЛИЗАЦИЯ МОДЕЛИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ..... 138

Мукминов Р. Р., Игдырова С. В., Бахарев В. В.
ЭВОЛЮЦИЯ ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ (E-LEARNING): ОТ БИХЕВИОРИЗМА К
СОВРЕМЕННОМУ СОЦИАЛЬНОМУ КОНСТРУКТИВИЗМУ 141

Романовская Т.И., Бегинина И.И.
НЕПРЕРЫВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ – ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ СОВРЕМЕННОГО
ИНЖЕНЕРА 147

Турсунов Ф.Г.
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ПРАВОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ В
НЕЮРИДИЧЕСКИХ ВЫСШИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ..... 151

Цынк С.В.
ТОЛКОВЫЕ СЛОВАРИ И РАБОТА С НИМИ В ВУЗЕ НА ЗАНЯТИЯХ ПО РУССКОМУ
ЯЗЫКУ И КУЛЬТУРЕ РЕЧИ 153

РАЗРАБОТКА КОНЦЕПЦИЙ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ СИСТЕМ И ТЕХНОЛОГИИ ИХ РЕАЛИЗАЦИИ

Ващенко Л.В., Ефремова М.В., Ларина Т.В.
ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ..... 157

Демина О.Н., Моторина Е.В., Ятманова М.А.
ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОДАРЁННЫХ И СПОСОБНЫХ ПОДРОСТКОВ
В МЕРОПРИЯТИЯХМЕЖДУНАРОДНОГО ПРОЕКТА «АССОЦИИРОВАННЫЕ
ШКОЛЫ ЮНЕСКО» (ПАШ ЮНЕСКО)ЧЕРЕЗ РЕАЛИЗАЦИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «НАСЛЕДНИКИ» 160

Камалова Р.Ш.
ИСТОКИ ФОРМИРОВАНИЯ ПАТРИОТИЗМА В СОВЕТСКОМ СПОРТЕ 163

Клементьева И. А., Французова О.В.
ВОСПИТАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ШКОЛЬНИКОВ В РАМКАХ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КЛУБА ИНТЕРНАЦИОНАЛЬНОЙ ДРУЖБЫ
(Сценарий внеурочного занятия «Жизнь в стиле «Ноль отходов»»)..... 166

Пискунов А. В., Пискунова Е.Н.
УЧЕБНЫЕ СБОРЫ КАК ФОРМА ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
СТУДЕНТОВ ТЕХНИКУМА 173

Рычкова Е.С.
ФОРМИРОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ
СРЕДСТВАМИ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ 176

Судакова Ю.Е., Веселова Е.И.
СИСТЕМА ИНТЕРВАЛЬНОГО ГОЛОДАНИЯ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ
ОБУЧАЮЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ..... 179

Устимова О.Н.
РЕСУРСЫ МУЗЕЙНОЙ ПЕДАГОГИКИ– ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ..... 182

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ

<i>Веселова О. В.</i> ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЕ ОБУЧЕНИЕ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ В НЕЯЗЫКОВОМ ВУЗЕ	185
<i>Джур Е. В.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРИНЦИПА НАГЛЯДНОСТИ ПРИ ОБУЧЕНИИ РУССКОМУ ЯЗЫКУ КАК ИНОСТРАННОМУ	188
<i>Демина О. Н., Климина Л. В.</i> ПРОБЛЕМА ЗАМЕНЫ ВЕРБАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ НА ВИЗУАЛЬНУЮ ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ: ПОИСК ПУТЕЙ РЕШЕНИЯ	191
<i>Куликова Т. Д., Сычева Г. П.</i> ОБУЧЕНИЕ В СОТРУДНИЧЕСТВЕ НА ЗАНЯТИЯХ ПО РУССКОМУ ЯЗЫКУ КАК ИНОСТРАННОМУ	195
<i>Кузьмина М. К.</i> АНАЛИЗ МОДЕЛИ МИНИМАЛЬНОГО ДИАЛОГА В ДЕЛОВОМ ОБЩЕНИИ	198
<i>Моисеева А. А.</i> ЛИНГВОКУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ КАТЕГОРИИ ОЦЕНКИ В РУССКОМ ЯЗЫКЕ	201
<i>Петренко Н. В.</i> МЕТОДИКА ИЗУЧЕНИЯ КОНЦЕПТА В СОВРЕМЕННОЙ ЛИНГВИСТИКЕ	204
<i>Ретина Ю. Я.</i> ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПОЛИКУЛЬТУРНОЙ КОММУНИКАЦИИ	207
<i>Ховрина Н. Н.</i> СЛАГАЕМЫЕ УСПЕХА УРОКА ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА	209
<i>Шмелева Е. А., Ткач Э. Д.</i> ОБУЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ТЕРМИНОЛОГИИ В ВОЕННОМ ВУЗЕ	213
<i>Юркевич Е. А.</i> ИМПЛИЦИТНЫЕ И ЭКСПЛИЦИТНЫЕ РЕСУРСЫ ДИСКУРСА КОНФЛИКТНОГО ХАРАКТЕРА	216

Рычкова Е.С.

*Поволжская Государственная Академия Физической Культуры, Спорта и Туризма,
г. Казань, Россия*

Rychkova E.S.

Volga State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism, Kazan, Russia

ФОРМИРОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ СРЕДСТВАМИ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ

FORMATION OF HEALTH-IMPROVING AND EDUCATIONAL SYTEM THROUGH FITNESS TECHNOLOGIES

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы применения системного подхода к фитнес-технологиям. Делается вывод о необходимости законодательного регулирования вопросов безопасности в процессе занятий фитнесом, а также о более тщательной осведомленности граждан о состоянии их здоровья и о рекомендуемых упражнениях.

Abstract. The article deals with the application of a systematic approach to fitness technologies. It is concluded that there is a need for legislative regulation of safety issues in the course of fitness classes, as well as a more thorough awareness of citizens about their health and recommended exercises.

Ключевые слова: оздоровительно-воспитательная система, фитнес-технологии, физическая культура, осознанный подход, фитнес.

В условиях ускоряющегося ритма жизни в мегаполисе, повышения уровня стрессовой нагрузки и увеличения заболеваний опорно-двигательной системы, в обществе появляется весьма серьезный спрос на различные спортивно-оздоровительные услуги. Фитнес сегодня является одной из самых популярных форм любительского спорта для достижения не спортивных результатов, а рекреации, реабилитации и образования. Фитнес на данный момент доступен широкому числу населения, так как рынок переполнен различными предложениями - от небольших спортивных залов с минимумом инвентаря до огромных фитнес-центров с новейшим оборудованием, бассейном и множеством дополнительных услуг.

В рамках указа президента РФ «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» планируется увеличение доли граждан, которые будут вовлечены в занятия физической культурой и спортом. Делается предположение, что увеличение количества россиян, которых удастся привлечь к занятиям физической культурой и спортом в ближайшее время должно достигнуть 55% от общего количества населения [1]. Для достижения этой цели строятся бесплатные спортивные площадки с необходимыми тренажерами, проводятся бесплатные семинары по здоровому образу жизни, куда привлекаются все половозрастные группы населения.

Важно отметить, что люди, которые хотят заниматься физической активностью, чаще всего на открытых площадках, в спортзалах или дома предостав-

лены сами себе. Отсутствует определенная система занятий и тренировок, доступная каждому, так как фитнес относится к системе дополнительного образования и не регулируется на законодательном уровне.

Таким образом, информация о необходимости занятий, наборе физических упражнений и важности их выполнения не регулируется на законодательном уровне, следовательно, за последствия, чаще всего, никто ответственности не несет. Отсюда появляется необходимость регулирования открытой и доступной информации и создание оздоровительно-воспитательной системы, которая бы позволила широкому слою населения безопасно и результативно заниматься физическими нагрузками.

Помимо законодательного закрепления целей и задач по достижению намеченных результатов, необходимо обеспечить население актуальными знаниями в сфере физической культуры и спорта. Стоит отметить, что у 100% взрослого населения страны имеются хронические заболевания. Число абсолютно здоровых детей составляет лишь 10-12%. Исходя из этого, помимо общих теоретических и практических знаний, каждый должен знать о своем состоянии здоровья и противопоказаниях к тем или иным видам нагрузки.

Важное место у большинства фитнес-технологий занимает диагностика состояния, как психологическая, так и физиологическая. Простейшие диагностические тестирования человек может провести самостоятельно, например, некоторые функциональные пробы.

В фитнес-центрах обязанность проведения тестирования должен брать на себя спортивный врач, который на сегодняшний день есть далеко не в каждом клубе. На наш взгляд, в Федеральном законе от 2 августа 2019 г. №303-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “О физической культуре и спорте в РФ” в части совершенствования деятельности фитнес-центров» [2] необходимо дополнение об обязательном условии фитнес-центром иметь спортивного врача на постоянной основе. Это снизит количество травм и рисков в процессе тренировочного процесса, а также позволит как фитнес-тренерам, так и самим клиентам самостоятельно подбирать оптимальный уровень физической нагрузки, а также делать акценты на определенные оздоровительные упражнения.

Такая практика улучшит дисциплину, обезопасит и застрахует фитнес-центры, позволит человеку лучше узнать функциональные особенности своего организма и приучит его к бережному отношению к своему телу и здоровью. Тренировки должны быть направлены, в первую очередь, на оздоровление и формирование позитивного и осознанного отношения к самому себе. Это невозможно без знаний, контроля со стороны площадки проведения физических нагрузок, а также государственного регулирования вопросов о безопасности населения в процессе занятий физической культурой.

Помимо этого, необходимо создать законодательно закрепленные и практически опробированные комплексы упражнений для всех половозрастных групп с учетом распространенных хронических заболеваний. Это может быть официальный сайт или раздел на сайте Министерства Sports РФ в открытом доступе, чтобы каждый желающий самостоятельно заниматься физическими нагрузками мог ознакомиться с представленной информацией. Подразумевает-

ся, что разработкой должны заниматься врачи-реабилитологи, спортивные врачи и фитнес-тренера.

Таким образом, должна быть создана целая оздоровительно-воспитательная система, при которой все её участники будут достаточно осведомлены о теории физической культуры, особенностях своего организма и о необходимых им комплексах физических упражнений. Законодательное закрепление и регулирование позволит снизить риски от занятий физической культурой и спортом, в частности фитнесом.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:

1. О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года. – URL: <http://kremlin.ru/acts/bank/43027> (дата обращения 20.11.2019).

2. Федеральный закон от 2 августа 2019 г. N 303-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “О физической культуре и спорте в РФ” в части совершенствования деятельности фитнес-центров». – URL: <https://rg.ru/2019/08/09/azakony-dok.html> (дата обращения 27.11.2019).