

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАУКИ И ТЕХНИКИ. 2025

Материалы Всероссийской (национальной)
научно-практической конференции, посвященной 95-летию
Донского государственного технического университета

(Ростов-на-Дону, 12–14 марта 2025 года)

Ростов-на-Дону
ДГТУ
2025

квалификационная работа — это определенный новый взгляд на ВКР. Предполагается, что ВКР замыкает конечный цикл всей проектной деятельности на протяжении периода обучения.

Традиционно по направлению подготовки 49.00.00 Физическая культура и спорт выпускная квалификационная работа носит научно-исследовательский характер, а это зачастую не решает тех проблем, которые стоят сегодня перед современной физической культурой и спортом.

Сравнительный анализ показал, что проектная работа предполагает наличие конечного конкретного продукта, а выбор темы определяется наличием проблем в данной сфере или отрасли. Проект создает что-то новое, которое решает проблему или показывает путь решения поставленной проблемы. Выпускная квалификационная работа в традиционном варианте представляет процесс выработки новых знаний.

Из этого следует, что проектная деятельность представляет собой решение определенной задачи, очерченной четкими временными рамками. Научно-исследовательская работа предполагает поиск новых знаний и является одним из видов познавательной деятельности.

Если рассматривать пошагово различия, то можно увидеть это начиная с постановки цели. Цель проектной деятельности — наличие и реализация проектного замысла, в то время как цель научно-исследовательской деятельности — открытие новых закономерностей в науке.

Опыт и практика показывают, что между ними может быть тесная взаимосвязь. Так исследование может быть одним из средств проектной деятельности, и наоборот в исследовательской работе одним из средств может быть проектирование. Необходимо отметить, что могут быть проекты без исследований.

Важно, что проектирование предполагает командную работу, а это формирует способность работать в коллективе, выбирать средства коммуникации, проявлять лидерскую и инициативную позицию.

Список литературы

1. Одарич И.Н. Проектная деятельность в образовательном процессе вуза. *Научный вектор Балкан*. 2017;(1):19–21.

УДК 796.011.1

Здоровьесберегающие аспекты педагогического труда

Мавропуло О.С.¹, Никулина Е.Д.², Сундукова О.В.³

¹Донской государственный технический университет, г. Ростов-на-Дону

²МБУДО СШ «Виктория», г. Новороссийск Краснодарский край, Россия

³МБОУ СОШ 2, г. Константиновск, Ростовской области

Здоровьесберегающие аспекты педагогического труда включают в себя комплекс мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса. По мнению Губанихина Е.В., «основой профессионального здоровья учителя является его психическое здоровье как средство реализации себя автономным, активным субъектом жизнедеятельности». При этом автор отмечает, что «психологическая работа с учителем имеет следующую цель запустить новые механизмы, способные обеспечить формирование новых способностей к саморазвитию, к созданию интересов и мотивов быть здоровым» [1].

Современная действительность требует и от самого педагога анализа собственной характеристики здоровьесбережения в стиле жизни. Не секрет, что примером для подражания педагог является для достаточного количества воспитанников. При этом само содержание педагогической деятельности подвержено большим эмоциональным и стрессовым нагрузкам и в таких условиях в настоящем педагог с еще большей ответственностью должен подходить к своему здоровью. Конкретно педагог должен уметь рационально распределять учебную и внеучебную нагрузку, предотвращать эмоциональное выгорание и физическую утомляемость.

Однозначно надо признать, что система педагогического труда, созданная внутри образовательной организации, не всегда способствует сохранению здоровья педагога и как правило не предлагает мероприятия, направленные на сохранения уровня здоровья педагога. Мы все чаще говорим о здоровьесберегающих факторах по отношению к системе обучения и воспитания обучающихся, забывая, что педагогический процесс имеет еще и вторых субъектов этой системы — педагогов, полагая, что педагогические работники как-то сами должны позаботиться о себе, о своем здоровье. На фоне этого все стремительнее набирает обороты цифровизация образования и в содержание педагогического труда помимо высоких эмоциональных нагрузок добавляется зрительное напряжение на фоне расширения потока информации. В итоге встретить среди педагогов людей с хорошим состоянием здоровья практически невозможно, а педагогический труд у большинства населения ассоциируется с нагрузками, отрицательно влияющими на состояние здоровья человека.

Учитывая необходимость, важность и стратегическое значение педагогического труда представляется крайне необходимым обратить внимание на здоровьесберегающие объекты профессиональной деятельности в образовании по отношению к работникам. Вот некоторые аспекты, которые могут лечь в основу охраны здоровья педагога и повышения эффективности его деятельности:

- важно не только нормировать учебную нагрузку учеников, но оптимизировать данную нагрузку педагогов путем снижения общей учебной и внеучебной нагрузки;
- обеспечить рабочее место педагогу, которое должно быть зоной комфорта его профессионального труда;
- включать в рабочий режим педагога мероприятия профилактического характера, направленные на снижение утомляемости, стрессовых состояний для повышения эффективности деятельности [2];
- повысить степень ответственности всех участников образовательного процесса, включая руководство, обучающихся и иных работников за здоровье одной из самых важных ключевых фигур процесса — педагога;
- оказывать всестороннюю психологическую помощь не только обучающимся, но и педагогам, на фоне создания благоприятного климата в трудовом коллективе;
- совершенствовать систему медицинских и санаторно-курортных мероприятий для педагогических работников;
- использование в профессиональной составляющей педагогов спортивно-оздоровительной деятельности как социальной основы укрепления и сохранения здоровья [3].

В заключение представляется возможным отметить, что право каждого человека на труд должно быть подкреплено правом каждого человека на сохранение здоровья и риск профессиональных заболеваний, связанных тем более с созидательным педагогическим трудом должен отсутствовать вовсе или быть минимальным для человека этой профессии.

Список литературы

1. Губанихина Е.В. Решение проблемы здоровьесбережения учителя в условиях общеобразовательной школы. *Молодой ученый*. 2016;(26(130)):646–648.
2. Мавропуло О.С., Демьянова Л.М., Ташиян А.А., Жихарев Д.А. Профилактика стрессовых состояний студентов средствами физической культуры и спорта. *Теория и практика физической культуры*. 2024;(10):75–76.
3. Планидин Е.С. Социальные аспекты спортивно-оздоровительной деятельности. В: *Материалы Всероссийской (национальной) научно-практической конференции «Актуальные проблемы науки и техники. 2021», Ростов-на-Дону, 17–19 марта 2021 года*. Ростов-на-Дону: Донской государственный технический университет; 2021. С. 1017.

УДК 796.011.3

Особенности психологической подготовки и роль эмоционального интеллекта у юных футболистов в достижении спортивных результатов

Одинцова В.И.¹, Белоусова А.И.¹, Казаченко А.Н.²

¹Донской государственный технический университет, г. Ростов-на-Дону

²МБУ ДО ДЮСШ № 2, г. Константиновск, Ростовская область

Психологическая подготовка спортсмена, это фундаментальный фактор, обуславливающий высокие результаты в высших спортивных достижениях. В учебном пособии «Спортивная психология» поясняется, что спортивная психология изучает особенности личности, действующей в специфических условиях спортивной деятельности. Иными словами, спортивная психология изучает объективные законы проявлений психики и сознания личности (группы) спортсменов, их развития и совершенствования в экстремальной деятельности. Экстремальность характерна для спорта высших достижений, требующего от исполнителя экстремального психофизиологического напряжения [1].

То есть, осуществления соревновательной деятельности в экстремальных по психической напряжённости условиях, граничащих с пределами человеческих возможностей. Именно по этой причине следует уделять больше внимания психологической подготовленности, высокий уровень психологической готовности спортсмена, эффективнее в несколько раз ведь тогда он полон решительности активизировать свои внутренние резервы, как физиологические (например, учащение сердечно-сосудистой деятельности, мобилизация гликогена в мышцах), так и психологические, сложнейшая работа психики, включающая в себя концентрацию внимания, адаптацию к непосильным нагрузкам, самоконтроль, самооффективность, регуляцию эмоций и стрессоустойчивость. Это напрямую влияет на качество выполнения упражнений, сводит к минимальному воздействию на организм отрицательного стресса. Чем выразительней и качественней осуществляется психологическая подготовка, тем сильнее величина осознанного изучения своего внутреннего мира спортсменом, следовательно, ему не составит труда активизировать личностные ресурсы в нужный момент для реализации высококачественного двигательного акта.

Также по данным автора пособия Корягиной Юлии Владиславовны: от степени ментальной подготовки зависят вегетативные реакции, возникающие в процессе спортивной деятельности, и скорость полного процесса восстановления. Однако, общие адаптационные возможности организма, то есть совокупность физиологических реакций организма, направленных на ликвидацию стресса, не опережают рост общей напряженности, сопровождающей спортивную деятельность [2].