

**ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. М. АКМУЛЛЫ**

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

ЧЕЛОВЕК В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

Материалы международной научно-практической конференции

18 апреля 2023 г.

Уфа-2023



УДК 159.9
ББК 88.492
Ч-25

Человек в условиях социальных изменений: материалы Международной научно-практической конференции «Человек в условиях социальных изменений» (Уфа, 18 апреля 2023). – Уфа: Издательство БГПУ, 2023. – 838 с. – ISBN 978-5-907730-17-5

В сборнике представлены материалы научных работ известных ученых, аспирантов, магистрантов и студентов, затрагивающие различные аспекты личностного, профессионального, семейного, соматического функционирования человека в условиях социальных изменений, происходящих в современном обществе.

Редакционная коллегия:

Тимерьянова Л.Н. кандидат педагогических наук, доцент;
Фаттахова Г.Р., кандидат психологических наук, доцент;
Халикова Л.Р., кандидат педагогических наук, доцент;
Шаяхметова Э.Ш., доктор биологических наук, профессор.

Ответственная за выпуск:

Фаттахова Г.Р.

ISBN 978-5-907730-17-5



- Тулитбаева Г.Ф., Янисова М.В. «АРТ-ТЕРАПИЯ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ» 673
- Турбинова Е.Б. «САМОРЕАЛИЗАЦИИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ» 677
- Узбекова Л.Ф., Шурухина Г.А. «БИБЛИОТЕРАПИЯ КАК МЕТОД КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ» 681
- Уразаева И.Р., Митина Г.В. «ПРОБЛЕМА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ПРИВЯЗАННОСТИ В ПСИХОЛОГИИ» 684
- Уразбахтина Е.С., Шурухина Г.А. «ДЕСТРУКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ» 688
- Уточкина Д.А., Биктагирова А.Р. «НЕКОТОРЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЗАИМОСВЯЗИ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ТРУДОМ» 691
- Фазлыева Д.А., Биктагирова А.Р., Фаттахова Г.Р. «К ВОПРОСУ О ПЕРСОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ» 695
- Файзуллина Р.Д., Шаяхметова Э.Ш. «АРТ-ТЕРАПИЯ В КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ» 698
- Файзуллина Р.Д., Шаяхметова Э.Ш. «ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ У ДЕТЕЙ С ЗПР» 709
- Федоров А.А., Батурина О.С. «ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У ЛИЦ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМ СИНДРОМОМ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ» 714
- Федорова А.А., Митина Г.В. «УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БРАКОМ В СУПРУЖЕСКИХ ПАРАХ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ БРАКА» 718
- Хазиахметова В.З., Халикова Л.Р. «ПСИХИЧЕСКОЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ» 720
- Хаирова А.К., Митина Г.В. «БУЛЛИНГ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ» 724
- Халикова Р.Г., Фёдорова Ю.А. «ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СИБЛИНГОВЫХ ПОЗИЦИЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ» 728



Список литературы

1. Ковальчук М. А. Девиантное поведение. Профилактика, коррекция, реабилитация / М.А. Ковальчук, И.Ю. Тарханова. - М.: Владос, 2022. - 476 с.
2. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. - М.: Когито-Центр, 2014. - 197 с.
3. Крыжановская Л.М. Артпсихология как направление психолого-педагогической реабилитации подростков. Учебное пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 160 с.
4. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2005. – 256 с.
5. Нетрадиционные методы в коррекционной педагогике / Сост. М.А. Поваляева. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 349 с.

УДК 37

Турбинова Елена Борисовна

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №22

им. Героя Советского Союза Г.Г. Шумейко пос. Кубань муниципальное образование Гулькевичский район, Краснодарский край
school22@gul.kubannet.ru, elenaturbinowa@mail.ru

САМОРЕАЛИЗАЦИИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ

Аннотация: Статья посвящена самореализации в профессии учителя физической культуры. Охарактеризованы задачи, обязанности учителя физической культуры в плане самореализации. Выделены структурные функции деятельности учителя физической культуры.

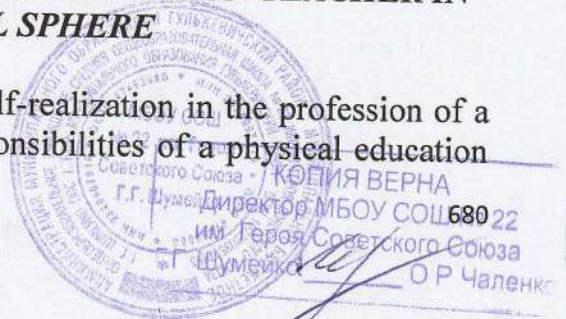
Ключевые слова: самореализация, уровень личностной культуры, гиподинамия, план самореализации, воспитывающий фактор

Turbinova Elena Borisovna

Municipal budgetary educational institution secondary school No. 22 named after the Hero of the Soviet Union G.G. Shumeyko village Kuban municipal formation Gulkevichsky district, Krasnodarskiy kray school22@gul.kubannet.ru, elenaturbinowa@mail.ru

SELF-REALIZATION OF A PHYSICAL EDUCATION TEACHER IN THE PROFESSIONAL SPHERE

Annotation: The article is devoted to self-realization in the profession of a physical education teacher. The tasks and responsibilities of a physical education



teacher in terms of self-realization are characterized. The structural functions of the activity of a physical education teacher are highlighted.

Keywords: self-realization, level of personal culture, physical inactivity, self-realization plan, educating factor

Самореализация личности в профессии означает ее высокий профессионализм, успешность профессионального самоопределения, карьерный рост.

В современной психологии труда профессиональная самореализация подразумевает развитие уровня формирования личности и профессионального мастерства, оценку профессионализма, отражение системы жизненных смыслов, целей.

Педагогическая работа учителя физической культуры характеризуется многообразием обязанностей, требует от него решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач на уроке.

Главной задачей выступает физическое совершенствование учащихся как одна из составляющих гармонического развития подрастающего поколения, повышения уровня их личностной культуры. Именно в этот возрастной период закладываются жизненные установки, привычки, ценностные ориентации, устойчиво и долговременно влияющие на образ жизни человека.

В этой связи, цель уроков физической культуры, следует видеть не только и не столько в освоении учащимися определенного круга умений и навыков, но и в формировании конкретной установки на творческое отношение к делу, в частности, на формирование потребности в физическом самосовершенствовании, развитии духовности, внутреннего мира и умения добиваться этого [3, с 200].

Учебный процесс по предмету физическая культура должен решать одну из важных проблем – предупреждение и преодоление гиподинамии. Комплексные медицинские обследования, которые проводятся в различных регионах нашей страны, свидетельствуют о прогрессивном ухудшении состояния здоровья детей [5, с 148]. Для этого каждого школьника надо вовлечь в активные самостоятельные занятия, выработать у него органическую потребность в регулярном выполнении физических упражнений. Сделать это, не обладая педагогической техникой, вряд ли возможно. Глубокое знание теории обучения, повышение научно-теоретических знаний позволяют применять в непосредственной деятельности в любых обстоятельствах с наибольшим эффектом общие научные принципы обучения и воспитания. Один из эффективных путей совершенствования педагогической деятельности в целом и в частности профессиональной подготовленности – это изучение и внедрение передового опыта.

Каждый учитель должен определить свой теоретический минимум и сделать его первым пунктом своего плана самообразования. Уметь выбирать в каждом конкретном случае оптимальный вариант построения содержания и



методов урока, кратчайшим путем ведущий к наиболее эффективному решению намеченных задач, - трудно переоценить значение такого умения. Психолого-педагогическая эрудиция - важнейший компонент профессионального мастерства, необходимая предпосылка успешной работы учителя [1, с 26]. Учителю физической культуры совершенно необходимо знать, что основу формирования личности составляет любая деятельность, а значит, и та, что совершают дети, занимаясь физическими упражнениями. Но ее надо организовать так, чтобы она стала воспитывающим фактором. Занятия физическими упражнениями во всех формах и общение с учителем физической культуры становятся для юных спортсменов личностно значимыми. И именно этот вид деятельности - решающий в формировании личности подростка.

Обоснованность постановки задач урока и правильное составление плана-конспекта урока, а также ход их решения определяются возможностями и опытом учителя, его творческими способностями [2, с 134].

В многообразной деятельности учителя физической культуры выделяют четыре структурные функции:

1. *Конструктивная функция* деятельности учителя физической культуры составляет: 1) организацию учебной и не учебной форм занятий; 2) создание современной физкультурно-спортивной базы; 3) приобретение спортивного инвентаря и оборудования; 4) определение медицинских групп (совместно с врачом); 5) определение спортсменов и отстающих в учебе.

2. *Коммуникативная функция* деятельности учителя физической культуры проявляется в установлении результативных контактов с учащимися школы, советом коллектива физической культуры и его комиссиями, спортивными судьями, капитанами команд и командами по видам спорта. Все это имеет существенное значение в повышении массовости занятий физической культурой и спортом в школе. Эта функция является весьма сложной и ответственной в работе учителя и требует проявления высокой коммуникабельности учителя физической культуры

3. *Организаторская функция* направлена на реализацию, претворение в жизнь проектов, разработанных учителем, и строится на разностороннем учете педагогической работы. Важным условием выполнения намеченных планов является корректирование их в процессе практической работы. Планы можно уточнять, конкретизировать, приводить в большее соответствие с подготовленностью учащихся к уроку физической культуры.

4. *Познавательная функция* учителя физической культуры проявляется в изучении учащихся: состояния здоровья (по данным медосмотра), физического развития (по результатам антропометрии), физической подготовленности (степень развития физических качеств - по материалам тестирования), двигательной подготовленности (уровень технического владения движениями), возрастных особенностей учащихся [7].

Успешное проведение урока возможно только при условии систематической и всесторонней подготовки учителя.



Работа учителя физической культуры относится к одной из самых сложных специальностей. Нет в мире более тяжелой и более изнурительной для сердца работы, чем работа педагога. К хорошему уроку учитель готовится всю жизнь. Даже высококвалифицированные учителя не могут пренебрегать этим условием. Необходимость предварительной подготовки к уроку заложена в самой функциональной структуре процесса обучения. Для того чтобы, достичь положительных конечных результатов на уроке, учителю необходимо предварительно и тщательным образом, готовиться к его проведению [8].

Важно определить способы построения и перестроения учащихся в начале урока, передвижений в зале или площадке, распределение времени между деятельностью учителя и учащихся, самому провести предварительную апробацию физических упражнений, запланированных на урок, приемов страховки и помощи, определив оптимальную нагрузку для каждого учащегося.

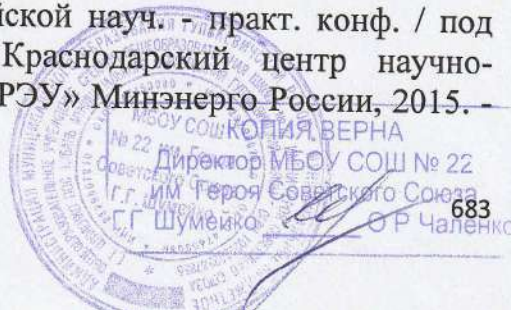
Подготовка учащихся предполагает: предварительное ознакомление их с задачами урока, особенностями его содержания; инструктивно-методическую подготовку учителем; настрой учащихся на полное овладение содержательной стороной урока; определение размещения учащихся и самого учителя в зале для эффективного овладения сообщениями учителя, просмотра демонстрируемых им упражнений, выполнение учебных заданий учащимися.

Современный учитель физической культуры должен ориентироваться в основах предмета, который он преподает, быть постоянно в курсе новых исследований преподаваемого предмета [4, с 123].

Профессиональное самоопределение и формирование личности взаимозависимы, так как успешная трудовая деятельность – существенный компонент социализации человека, который чрезвычайно воздействует на удовлетворенность жизнью [6, с 235].

Список литературы

1. Введение в специальность / Под ред. Л. И. Рувинского. - М., 2013. - 123с.
2. Котова, И. Б., Шиянов, Е. Н. Педагог: профессия и личность. - Ростов-на-Дону, 2007. - 154с.
3. Маркова, А. К. Психология труда учителя. - М., 2013.- 231с.
4. Мищенко, А. И. Введение в педагогическую профессию. - Новосибирск, 2011.- 176с.
5. Турбинова, Е.Б. Влияние изотонических упражнений на состояние осанки детей младшего школьного возраста. В сборнике Социально - гуманитарные и психологические науки: теоретико - методологические и прикладные аспекты: материалы Всероссийской науч. - практ. конф. / под общ. ред. Е.В. Королук.- Краснодар: Краснодарский центр научно-технической информации – филиал ФГБУ «РЭУ» Минэнерго России, 2015.- 175с.



6. Педагогика профессионального образования: учеб. для студ. высш. пед. учеб. завед. / под ред. В. А. Слостенина; В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, А. Г. Пашков [и др.]. – М.: Академия, 2004. – 368 с.

7. Турбинова Е.Б. Педагогическая деятельность учителя физической культуры в современных условиях - Всероссийский информационно-образовательный портал профессионального мастерства педагогических работников

8. Турбинова, Е.Б. Педагогическая деятельность учителя физической культуры в современных социокультурных условиях. В сборнике статей Международной научно - практической конференции Теоретические и практические основы науки XXI века (18апреля 2015 г., г. Уфа). - Уфа: РИО МЦИИ ОМЕНА САЙНС, 2015. - 200с.

УДК 159.99

Узбекова Лилия Фаридовна¹, Шурухина Галина Анатольевна²

*^{1,2}Башкирский государственный университет им. М. Акмуллы,
Уфа, Россия*

¹usbekovaliliya@gmail.com

²230659@mail.ru

Автор, ответственный за переписку: Галина Анатольевна

Шурухина, 230659@mail.ru

БИБЛИОТЕРАПИЯ КАК МЕТОД КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Аннотация. В последнее десятилетие синдром эмоционального выгорания имеет прогрессирующий характер, проявляясь в физических, психологических и поведенческих симптомах. Поэтому важность коррекции и профилактики эмоционального выгорания в профессиональной деятельности особенно актуально. Данная статья посвящена рассмотрению становления библиотерапии как одного из методов коррекции эмоционального выгорания.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, синдром эмоционального выгорания, коррекция эмоционального выгорания, профилактика эмоционального выгорания, библиотерапия.

Liliya F. Uzbekova¹, Galina A. Shurukhina²

^{1,2}Bashkir State Pedagogical University n.a. M. Akmulla, Ufa, Russia

¹usbekovaliliya@gmail.com

²230659@mail.ru

Corresponding author: Galina A. Shurukhina, 230659@mail.ru



