

ВЕСТНИК МГППУ.

СЕРИЯ «СОВРЕМЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ».

**MCU JOURNAL
OF MODERN COLLEGE**

№ 1 (15)

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ / SCIENTIFIC JOURNAL

**Издается с 2022 года
Выходит 4 раза в год**

**Published since 2022
Quarterly**

**Москва
2026**

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

- Силкин Р. С.** кандидат педагогических наук, доцент, МГПУ (Москва, Россия)
главный редактор
- Блинов В. И.** доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент РАО, Научно-образовательный центр развития образования ВШГУ РАНХиГС (Москва, Россия)
- Вачкова С. В.** доктор педагогических наук, доцент, МГПУ (Москва, Россия)
- Гриншкун В. В.** доктор педагогических наук, профессор, академик РАО, МГПУ (Москва, Россия)
- Еремин С. В.** кандидат педагогических наук, МГПУ (Москва, Россия)
- Иоффе А. Н.** доктор педагогических наук, кандидат исторических наук, доцент, МГПУ (Москва, Россия)
- Исаев Е. И.** доктор психологических наук, профессор, МГППУ (Москва, Россия)
- Ишмуратова Е. М.** кандидат педагогических наук, доцент, Институт инклюзивного образования Белорусского государственного педагогического университета им. М. Танка (Минск, Республика Беларусь)
- Левченко И. Ю.** доктор психологических наук, профессор, МГПУ (Москва, Россия)
- Лобжанидзе А. А.** доктор педагогических наук, профессор, МГПУ (Москва, Россия)
- Львова А. С.** доктор педагогических наук, доцент, МГПУ (Москва, Россия)
- Найбаур А. В.** кандидат педагогических наук, доцент, МГПУ (Москва, Россия)
- Приходько О. Г.** доктор педагогических наук, профессор, РУДН им. Патриса Лумумбы (Москва, Россия)
- Резаков Р. Г.** доктор педагогических наук, профессор, МГПУ (Москва, Россия)
- Сергеев И. С.** доктор педагогических наук, Научно-образовательный центр развития образования ВШГУ РАНХиГС (Москва, Россия)
- Силкина Н. В.** доктор педагогических наук, СибГУПС (Новосибирск, Россия)
- Ушакова Е. В.** кандидат психологических наук, доцент, МГПУ (Москва, Россия)
- Федоров В. А.** доктор педагогических наук, кандидат технических наук, Научно-образовательный центр профессионально-педагогического образования РГППУ Министерства образования и науки РФ (Екатеринбург, Россия)
- Харламова С. Г.** кандидат психологических наук, МГПУ (Москва, Россия)
- Чозгиян О. П.** кандидат педагогических наук, МГПУ (Москва, Россия)
- Шевелева Н. Н.** кандидат педагогических наук, МГПУ (Москва, Россия)
- Яковлева И. М.** доктор педагогических наук, профессор, МГПУ (Москва, Россия)

EDITORIAL BOARD:

- Silkin R. S.* Editor-in-Chief, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, editor-in-chief
Moscow City University (Moscow, Russia)
- Blinov V. I.* Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the Russian Academy of Education, Scientific and Educational Center for Educational Development of the Higher School of Economics, RANEPА (Moscow, Russia)
- Vachkova S. N.* Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Grinshkun V. V.* Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Russian Academy of Education, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Eremin S. V.* Candidate of Pedagogical Sciences, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Ioffe A. N.* Doctor of Pedagogical Sciences, Candidate of Historical Sciences, Associate Professor, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Isayev Evgeny* Doctor of Psychology, Professor, Moscow State University of Psychology & Education (Moscow, Russia)
- Ishmuratova E. M.* Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Institute of Inclusive Education of the Belorussian State Pedagogical University named after M. Tank (Minsk, Republic of Belarus)
- Levchenko I. Yu.* Doctor of Psychological Sciences, Professor, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Lobjanidze A. A.* Doctor of Education Sciences, Professor, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Lvova A. S.* Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Naibauer A. V.* Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Prikhodko O. G.* Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, RUDN University. Patrice Lumumba (Moscow, Russia)
- Rezakov R. G.* Doctor of Education Sciences, Professor, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Sergeev I. S.* Doctor of Pedagogical Sciences, Scientific and Educational Center for Educational Development of the Higher School of Economics, RANEPА (Moscow, Russia)
- Silkina N. V.* Doctor of Pedagogical Sciences, SibGUPS (Novosibirsk, Russia)
- Fedorov V. A.* Doctor of Pedagogical Sciences, Candidate of Technical Sciences, Scientific and Educational Center of Vocational Pedagogical Education of the Russian State Pedagogical University of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation (Yekaterinburg, Russia)
- Kharlamova S. G.* Candidate of Psychological Sciences, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Chozgiyan O. P.* Candidate of Pedagogical Sciences, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Sheveleva N. N.* Candidate of Pedagogical Sciences, Moscow City University (Moscow, Russia)
- Yakovleva I. M.* Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Moscow City University (Moscow, Russia)

СОДЕРЖАНИЕ

Обновление содержания СПО

Ашхотов А. В. Спochан как средство повышения мотивации к занятиям физической культурой у студентов среднего профессионального образования6

Современные технологии подготовки кадров

Верхоляк А. В. Методика построения учебного занятия по современному танцу в системе среднего профессионального образования19

Морозова Е. Н., Василенко Н. А. Использование кейс-метода при постановке композиции танца в работе со студентами среднего профессионального образования35

Психологическое сопровождение обучающихся

Бубенцова Ю. А., Каштанов П. И., Орлова М. С. Особенности ведения здорового образа жизни студентами в возрасте 19–21 года49

СПО: история и современность

Мнацаканян В. В., Сапыгина А. В. Описание компонентов информационной образовательной экосреды учебного заведения58

Авторы «Вестника МГПУ. Серия «Современный колледж», 2026, № 1 (15).....66

Требования к оформлению статей.....69

CONTENTS

Content Update SPO

- Ashkhotov A. V. Spochan as a means of increasing physical culture motivation among secondary professional education students6

Modern Technologies of Personnel Training

- Verkholyak A. V. Methodology of construction of a training class on modern dance in the system of secondary professional education19
- Morozova E. N., Vasilenko N. A. Using the case method in dance composition creation for secondary professional education students35

Psychological Support of Students

- Bubentsova Yu. A., Kashtanov P. I., Orlova M. S. Features of a healthy lifestyle among students aged 19–21 years old49

SPO: History and Modernity

- Mnatsakanyan V. V., Sapygina A. V. Description of the components of the information educational ecosystem of an educational institution58

Authors of the MCU Journal of Modern College, 2026, № 1 (15).....66

- Requirements for Style of Articles.....69



УДК 377.3.016:796.86

DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-6-18

А. В. Ашхотов

Московский городской педагогический университет,

Москва, Российская Федерация

E-mail: ashkhotovav@mgpu.ru

Спochан как средство повышения мотивации к занятиям физической культурой у студентов среднего профессионального образования

Аннотация. В работе рассматривается актуальная проблема, связанная со снижением уровня физической подготовленности и недостаточной мотивацией к занятиям физической культурой среди студентов среднего профессионального образования (СПО). В качестве инновационного решения предлагается внедрение в образовательный процесс спочана (спорт чанбара) как эффективного средства физического воспитания. Представлен всесторонний анализ особенностей спочана, разработаны модели его интеграции в образовательный процесс СПО, определены необходимые условия для успешной реализации программы и сформулированы ожидаемые результаты.

Цель статьи заключается в обосновании потенциала спочана как действенного инструмента, способного не только повысить физическую подготовленность студентов СПО, но и сформировать устойчивую внутреннюю мотивацию к занятиям физической культурой и спортом. Кроме того, в рамках исследования предложены практические модели внедрения спочана в систему физического воспитания в учреждениях СПО.

Методология и методы: в ходе исследования применялся комплекс взаимодополняющих методов. Проведен углубленный анализ научно-методической литературы, посвященной проблемам физического воспитания в системе СПО. Изучена история возникновения, эволюция правил и особенностей спочана как спортивной дисциплины. Осуществлено обобщение практического опыта внедрения спочана в различные образовательные учреждения. Проведена систематизация данных о формах организации занятий спочаном и разработаны критерии оценки эффективности его применения в образовательном процессе.

Основные результаты исследования: выявлены ключевые проблемы, препятствующие эффективному физическому воспитанию в системе СПО: низкая физическая подготовка студентов, слабое ценностное отношение к здоровью и преобладание внешней мотивации. Предлагается интеграция спочана как инновационной спортивной дисциплины, обладающей травмобезопасностью, доступностью, инклюзивностью и увлекательным форматом. Модели интеграции предусматривают учебные занятия, внеурочную деятельность и массовые мероприятия. Условия реализации: материально-техническое обеспечение, подготовка педагогов и включение спочана в учебный план. Показатели эффективности: посещаемость, участие в соревнованиях, динамика сдачи нормативов, удовлетворенность студентов и изменение ценностных установок.

Научная новизна: впервые проведена систематизация данных о применении спочана в системе СПО. Разработаны комплексные модели, позволяющие интегрировать спочан в образовательный процесс СПО. Обоснован интегративный потенциал спочана как средства, способствующего физическому, психоэмоциональному и социальному развитию студентов.

Практическая значимость: предложен инновационный инструмент модернизации занятий по физической культуре в учреждениях СПО. Представлены конкретные формы организации занятий спочаном, включающие в себя учебные, внеурочные и массовые мероприятия. Даны подробные рекомендации по материально-техническому и кадровому обеспечению программы. Обоснованы критерии оценки эффективности внедрения спочана в образовательный процесс.

Ключевые слова: среднее профессиональное образование, физическое воспитание, мотивация студентов, спочан, спорт чанбара, травмобезопасность, инклюзивность, игровой формат, интеграция в учебный процесс, здоровый образ жизни.

UDC 377.3.016:796.86

DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-6-18

A. V. Ashkhotov

Moscow City University,
Moscow, Russian Federation
E-mail: ashkhotovav@mgpu.ru

Spochan as a means of increasing physical culture motivation among secondary professional education students

Abstract. The paper addresses the current problem of a decrease in the level of physical fitness and insufficient motivation for physical education among students of secondary vocational education (SVE). As an innovative solution, the paper proposes the introduction of spochan (chanbar sports) into the educational process as an effective means of physical education. The paper provides a comprehensive analysis of the features of spochan, develops models for its integration into the educational process of SVE, identifies the necessary conditions for the successful implementation of the program, and formulates the expected results.

The purpose of this article is to justify the potential of spochan as an effective tool that can not only improve the physical fitness of secondary vocational education students, but also create a stable internal motivation for physical education and sports. Additionally, the article proposes practical models for implementing spochan in secondary vocational education institutions.

Methodology and methods the study used as a combination of complementary methods. An in-depth analysis of scientific and methodological literature on the problems of physical education in the secondary vocational education system was conducted. The history of the emergence and evolution of the rules and features of spochan as a sports discipline was studied. The practical experience of introducing spochan into various educational institutions was summarized. The data on the forms of organizing spochan classes were systematized, and criteria for evaluating the effectiveness of its use in the educational process were developed.

The main results of the study are that key problems hindering effective physical education in the secondary vocational education system have been identified, such as low physical training of students, weak value attitude towards health and prevalence of external motivation. The integration of spochan as an innovative sports discipline with traumatism safety, accessibility, inclusiveness and engaging format is proposed. Integration models include academic classes, extracurricular activities and mass events. Conditions of implementation: material and technical support, teacher training and inclusion of spochan in the curriculum. Performance indicators include attendance, participation in competitions, progress in passing standards, student satisfaction, and changes in values.

The scientific novelty of the work is that it is the first to systematize data on the use of spichan in the secondary vocational education system. Comprehensive models have been developed to integrate spichan into the secondary vocational education process. The integrative potential of spichan as a means of promoting the physical, psychoemotional, and social development of students has been substantiated.

The practical significance lies in the fact that an innovative tool for modernizing physical education classes in secondary vocational education institutions has been proposed. Specific forms of organizing spochan classes have been presented, including educational, extracurricular, and mass events. Detailed recommendations have been provided for the material, technical, and personnel support of the program. Criteria for evaluating the effectiveness of introducing spochan into the educational process have been substantiated.

Keywords: secondary vocational education, physical education, student motivation, spochan, chanbara sports, trauma safety, inclusivity, game format, integration into the educational process, and a healthy lifestyle.

Современное среднее профессиональное образование сталкивается с серьезной проблемой — устойчивым снижением уровня физической подготовленности студентов. Многочисленные исследования фиксируют, что показатели быстроты, общей выносливости, силовой и скоростно-силовой подготовленности у обучающихся часто не соответствуют нормативным требованиям. К завершению обучения ситуация нередко усугубляется: сокращается количество часов на физическую культуру, а внутренняя мотивация студентов к регулярным занятиям остается на низком уровне [19].

В поисках эффективных решений педагоги и исследователи обращаются к инновационным формам физической активности. Одним из перспективных направлений становится *спочан* (спорт *чанбара*) — японское полноконтактное фехтование на безопасных аналогах холодного оружия. Этот вид спорта сочетает травмобезопасность, доступность, инклюзивность и игровой формат, что делает его особенно привлекательным для студенческой аудитории.

Система среднего профессионального образования (СПО) сталкивается с рядом проблем: ухудшением физической формы студентов, низким уровнем внутренней мотивации к регулярным занятиям физкультурой и несформированностью ценностного отношения к собственному здоровью.

Исследования показывают, что уровень физической подготовленности студентов СПО часто не соответствует нормативным требованиям [1]. Например, тестирование первокурсников выявляет низкие показатели по таким критериям, как быстрота, общая выносливость, силовая и скоростно-силовая подготовленность. К окончанию третьего курса ситуация может ухудшаться из-за сокращения количества часов, отводимых на физическую культуру, и низкой мотивации студентов [12].

Среди причин снижения физической подготовленности выделяют следующие:

- малоподвижный образ жизни, связанный с учебной нагрузкой и снижением двигательной активности;
- отсутствие регулярных самостоятельных занятий физкультурой;
- недостаточное внимание к индивидуальным особенностям студентов в процессе обучения.

Социологические исследования свидетельствуют о том, что у значительной части студентов не сформированы устойчивые ценности, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни [2]. Молодежь часто не осознает важности своего здоровья для будущего и не проявляет интереса к физкультуре. На это влияет ограниченное понимание взаимосвязи между здоровьем, физической активностью и качеством жизни; фокус на узких аспектах здорового образа жизни (например, только на правильном питании и отказе от вредных привычек) и игнорирование других компонентов, таких как физическая активность и закаливание; влияние социального окружения и медиа, не всегда формирующего позитивное отношение к физической активности [17]. Внутренняя мотивация, основанная на удовольствии от занятий и осознании их пользы, у студентов СПО часто развита слабо. Вместо этого преобладает внешняя мотивация, связанная с необходимостью выполнения нормативов или получением оценки [5].

Причинами низкой мотивации могут быть следующие: отсутствие интереса к предлагаемым видам спорта или упражнений; недостаточное осознание важности физической активности для здоровья; негативный опыт в прошлом и ограниченность времени из-за учебной и других нагрузок; отсутствие поддержки и вовлеченности со стороны семьи.

Согласно исследованиям, до 60 % студентов СПО посещают занятия по физической культуре исключительно из-за обязательности дисциплины, не испытывая внутренней потребности в двигательной активности [4].

Проблема мотивации к регулярным посещениям занятий по физической культуре многоаспектна и традиционно решается с помощью системы поощрений и рейтингов, разнообразия форм активностей (игровые виды спорта, фитнес-направления, легкая атлетика), внедрения цифровых технологий (фитнес-трекеры, приложения с обратной связью), организации соревнований и массовых мероприятий, персонализации нагрузки с учетом интересов и уровня подготовки учащихся [10]. Однако многие из этих методов демонстрируют ограниченную эффективность: рейтинги быстро теряют новизну, стандартные виды активности не всегда вызывают устойчивый интерес, а цифровые инструменты требуют дополнительной инфраструктуры и контроля [13].

Инновационным и эффективным методом повышения мотивации студентов к регулярным посещениям занятий по физической культуре и формированию у них приверженности к здоровому образу жизни выступает внедрение в учебный процесс спочана, который был создан в Японии мастером боевых искусств Танабэ Тэцундо (яп. 田邊 哲人), действующим президентом Международной ассоциации спорта *чанбара*¹ (МАСЧ, International Sports Chanbara Association — ISCA), в 1971 году как искусство и метод вооруженной самозащиты. На территории РФ официальным представительством МАСЧ является Межрегиональная общественная организация развития спочана². Танабэ Тэцундо (яп. 田邊 哲人), будучи директором компании по безопасности, начал обучать персонал фехтованию на разработанных им безопасных аналогах длинного и короткого меча. На тренировках проводились соревнования, которые в дальнейшем превратились в масштабное мероприятие — Всеяпонский чемпионат. Спорт чанбара обрел невероятную популярность в Японии и стал уверенно распространяться за ее рубежами. В 1990 году шестнадцатый открытый чемпионат Японии прошел как чемпионат мира. В это время отмечается частое использование названия спорт чанбара. В настоящий период это словосочетание (или спочан) распространилось во всем мире и занимаются этим видом спорта во многих странах.

В России спочан появился в 2002 году. В 2003 году был проведен первый чемпионат России по спочану. В 2005 году в Москве прошел второй чемпионат Европы по спочану, а в апреле 2012 года — седьмой чемпионат Европы по спочану, в котором приняли участие более 100 человек из шести европейских стран. На сегодняшний день спочаном в России занимается более 1 тыс. человек в 15 регионах. Российские спортсмены успешно принимают участие в чемпионатах Европы и мира.

В ноябре 2025 года спочан включили в группу спортивных дисциплин «Кобудо» вида спорта «Восточное боевое единоборство» (название спортивной дисциплины — кобудо — пневматический меч). В качестве ударной части спортивное оружие имеет плотно накачанную воздушную камеру, которая

¹ URL: <https://sportchanbara.ru>

² Там же.

закрывается матерчатым чехлом. Спортсмены применяют защитные маски для головы, также допускаются накладки на руки. В спочане используется спортивное оружие различных размеров: кинжал — *танто* (45 см); короткий меч — *кодати* (60 см); длинный меч — *тёкэн* (100 см); палка — *дзё* (140 см); шест — *бо* (210 см); копьё — *яри* (190 см).

Соревнования в спочане состоят из двух разделов: *датоцу* — фехтовальные поединки, *кихон-доса* — выполнение формального комплекса. Они проводятся в возрастных, а также в мужских и женских категориях, которые подразделяются на региональные, межрегиональные и международные уровни. Соревнования в разделе *датоцу* проходят в следующих дисциплинах (видах оружия): *танто* — нож (45 см); *кодати* — короткий меч (60 см); *тёкен-ффри* — длинный меч свободным хватом (100 см); *тёкен-моротэ* — длинный меч двуручным хватом (100 см); *татэ-кодати* — короткий меч (60 см) и щит (45 см); *татэ-тёкен* — длинный меч (100 см) и щит (45 см); *нито* — короткий меч (45 см) и длинный меч (100 см); *яри* — копьё (190 см). Соревновательная площадка представляет собой прямоугольник размером 6 × 7 м или 7 × 8 м. В соревнованиях по *кихон-доса* спортсмены выполняют упражнение *кихон* попарно, находясь на расстоянии 1,5–2 м друг от друга. По команде судьи спортсмены одновременно демонстрируют технику определенных ударов по направлению к судейской бригаде из трех-пяти судей, которые определяют победителя по качеству выполнения упражнения.

В соревновательном поединке в разделе *датоцу* участвуют два спортсмена с одинаковым видом оружия, которые после озвученной судьей команды начинают фехтовать с целью нанести друг другу зачетный удар или укол. Побеждает тот, кто первым нанесет зачетный удар или укол сопернику.

Удар считается зачетным, если он был нанесен с достаточной силой (громкий звук от удара) верхней третьей частью спортивного оружия. Укол считается зачетным, если при колющем движении в область тела или головы меч атакующего спортсмена сгибается в верхней части. Судьи сигнализируют флажками о выполненном действии и большинством голосов (поднятых флажков) выделяют победителя в поединке. В каждой категории выявляются победители в проводимых дисциплинах. Среди победителей дисциплин организуется финал для установления чемпиона категории. Благодаря безопасным мечам и защитному снаряжению спочан признан относительно простым и доступным видом единоборств, вследствие чего им могут заниматься люди любого возраста и подготовленности, как говорит основатель спочана Тэцундо Танабэ, от 4 до 104 лет.

Занятия по спочану позволяют успешно решать основные задачи физического воспитания [9]: в ходе увлекательных поединков дети приобретают навыки фехтования, самозащиты, у них развивается быстрота, скоростно-силовые способности, выносливость, координация, смелость, решительность, честность, благородство, уважительное отношение к месту проведения занятия, друг к другу, к преподавателю.

Ключевые особенности спочана:

- травмобезопасность: пневматические мечи исключают возможность получения травм от ударов;
- доступность: минимальный набор защитного снаряжения (маска, накладки на руки);
- инклюзивность: отсутствие ограничений по возрасту, полу, уровню физической подготовки;
- игровой формат: сочетание элементов единоборства и спортивной игры.

Занятия спочаном активизируют соревновательную мотивацию (четкие критерии победы, возможность отслеживания личного прогресса, возможность получения спортивных разрядов и званий); эмоционально-развлекательный компонент (высокая зрелищность, элемент игры); социально-коммуникативный аспект (командные форматы, взаимодействие в парах); когнитивный интерес (освоение новых двигательных навыков, тактического мышления); эстетический мотив (красота движений, сценичность поединков). Применение спочана в системе СПО обусловлено возможностью с его помощью решать ключевые проблемы физической подготовленности студентов, формировать ценностное отношение к здоровью и повышать внутреннюю мотивацию к занятиям физической культурой. Благодаря травмобезопасности, доступности, инклюзивности и игровому формату спочан эффективно интегрируется в учебный процесс. Доказано, что спочан развивает координацию, быстроту, ловкость, силу, гибкость и выносливость через динамичные движения, атаки, защиты, маневрирование; пневматические мечи и защитное снаряжение (шлемы и накладки на руки) позволяют отрабатывать техники без риска получения травм, что особенно важно для студентов с разным уровнем подготовленности [6]; регулярные занятия способствуют улучшению функциональных показателей и формированию двигательных навыков [8].

Спочан также формирует бережное отношение к здоровью; акцентирует внимание на технике безопасности, правилах поведения и осознании важности физической активности для здоровья; игровой формат и соревновательные элементы создают положительный эмоциональный фон, способствуя формированию устойчивого интереса к здоровому образу жизни; участие в турнирах и массовых мероприятиях укрепляет мотивацию и социальную значимость занятий.

Кроме того, занятия спочаном способствуют повышению внутренней мотивации; инклюзивность спочана и игровой формат снижают психологический барьер для начала занятий; мини-турниры, показательные выступления и фестивали создают атмосферу соревнования и командной работы, что усиливает вовлеченность студентов; нагрузка на тренировках адаптируется под индивидуальные возможности, что повышает удовлетворенность от занятий.

Для эффективного внедрения спочана в учебный процесс целесообразно использовать гибкие формы организации занятий, которые позволят адаптировать этот вид активности к различным образовательным условиям и возрастным

группам учащихся [16]. На примере подготовки студентов СПО по специальности 49.02.01 «Физическая культура»³ в Институте среднего профессионального образования имени К. Д. Ушинского МГПУ представлены оптимальные модели интеграции спочана.

1. Учебные занятия (раздел «Единоборства» ОП.13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности»):

– вводный этап (4–6 ч): ознакомление с техникой безопасности, историей *спочана*, базовыми стойками, перемещениями и элементами экипировки; теоретические занятия дополняются практическими упражнениями со спортивным оружием и защитным снаряжением;

– базовый этап (12–16 ч): отработка атакующих и защитных приемов, парные упражнения, учебные поединки с ограничениями; использование игровых форм (например, стенка на стенку, каждый сам за себя, база) для развития тактического мышления и координации;

– контрольный этап (2–4 ч): турниры с оценкой техники, скорости реакции и способности адаптации в динамичных ситуациях; анализ ошибок и корректировка тренировок.

2. Внеурочная деятельность:

– секция *спочана* (2 раза в неделю): углубленное изучение техник, участие в тренировочных поединках, подготовка и участие в соревнованиях; формирование командного духа и лидерских качеств через инструктаж и судейскую практику;

– турниры внутри колледжа: регулярные соревнования по круговой системе с привлечением желающих для стимулирования интереса и применения студентами навыков в условиях соревнований;

– участие в региональных соревнованиях: представление колледжа на внешних площадках, что повышает престиж секции и мотивирует студентов к совершенствованию.

3. Массовые мероприятия:

– показательные выступления на праздниках: демонстрация техник *спочана* в рамках культурных мероприятий колледжа для популяризации спорта среди студентов и преподавателей;

– мастер-классы для первокурсников: внедрение новичков в мир *спочана* через интерактивные занятия и открытые тренировки.

Для повышения эффективности занятий можно использовать цифровые технологии (видеоанализ тренировок и соревнований для коррекции техники, онлайн-тесты по теории *спочана*); проводить психологическую подготовку (тренинги на развитие концентрации, стрессоустойчивости и умения работать в команде).

³ Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура // Гарант. URL: <https://base.garant.ru/405970605/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/>

Контролировать эффективность использования спочана в учебном процессе возможно посредством количественных показателей (посещаемость занятий, число участников соревнований, динамика сдачи нормативов физической подготовленности) и качественных индикаторов (уровень удовлетворенности занятиями, изменение ценностных установок, самооценка физической активности).

Для успешной реализации программы спочана необходимо материально-техническое обеспечение (8–10 комплектов снаряжения), квалифицированные педагоги (курсы повышения квалификации по спочану (72 ч) в сотрудничестве с региональной федерацией) и временные рамки программы (возможность интеграции в вариативную часть учебного плана). Включение занятий по спочану в программу физического воспитания студентов СПО представляется эффективным решением, поскольку ключевые преимущества данного вида спорта определяются уникальным сочетанием таких характеристик, как безопасность, доступность, инклюзивность и игровая динамика, что особенно актуально при работе со студенческой молодежью [17].

Спочан демонстрирует высокий потенциал как средство повышения мотивации к физической активности, формированию здорового образа жизни и развития психофизических качеств у студентов СПО. Игровой и спортивный формат, отсутствие жестких требований к начальной физической подготовке, командные форматы и турниры делают тренировочный процесс интересным и формируют привычку к регулярным занятиям. Систематические занятия, самоконтроль, демонстрация связи между тренировками и улучшением самочувствия (выносливость, координация, стрессоустойчивость) развивают осознанное отношение к собственному телу и его возможностям, формирует долгосрочные привычки здорового образа жизни.

На занятиях по спочану эффективно развиваются быстрота, ловкость, скоростно-силовые качества, выносливость, гибкость; улучшается концентрация внимания, оперативное мышление, эмоциональная регуляция, умение принимать решения в условиях дефицита времени; формируется командная работа, лидерство, уважение к сопернику, способность к конструктивной конкуренции; воспитываются целеустремленность, самодисциплина, устойчивость к неудачам.

Внедрение спочана в систему физического воспитания в среднем профессиональном образовании требует системного подхода к методическому обучению, который включает в себя разработку программ для разных уровней подготовки (новички, продвинутые, инклюзивные группы), создание учебно-методических комплексов (пособия, видеоматериалы, цифровые тренажеры), подготовку педагогов (курсы повышения квалификации по спочану, теории и методике физического воспитания и спорта, инклюзивному обучению), стандартизации критериев оценки результатов (технические навыки, физическая подготовленность, личностный рост) [18]. Для эффективной реализации системного подхода к методическому обучению необходимо межведомственное взаимодействие, которое осуществляется через сотрудничество с региональными организациями

по спочану для проведения соревнований и обмена опытом, взаимодействие с органами здравоохранения для мониторинга влияния занятий на здоровье студентов, партнерство с социальными службами для вовлечения уязвимых групп (студенты с ограниченными возможностями здоровья, из неблагополучных семей), привлечение работодателей (для последующего трудоустройства).

На основе проведенного исследования можно сделать вывод о том, что спочан обладает уникальным интегративным потенциалом для системы физического воспитания в СПО, поскольку он объединяет физическое развитие, психоэмоциональную регуляцию и социальную адаптацию в рамках одной дисциплины. Его внедрение в систему физического воспитания СПО требует продуманной организации, но открывает возможности для повышения мотивации к занятиям физической культурой у студентов СПО, улучшает качество физического воспитания, эффективно для формирования устойчивой культуры здоровья, создания инклюзивной образовательной среды, профилактики социальных рисков среди молодежи.

Дальнейшее изучение и использование спочана способно внести значимый вклад в систему физического воспитания СПО, сделав его более ориентированным на целостное развитие личности обучающегося [11].

Подводя итог, можно сказать, что система физического воспитания в учреждениях СПО характеризуется наличием комплекса взаимосвязанных проблем, требующих незамедлительного решения. В частности, отмечается устойчивая тенденция к снижению показателей физической подготовленности обучающихся, что свидетельствует о недостаточной эффективности применяемых педагогических подходов [14]. Кроме того, выявлен недостаточный уровень сформированности ценностного отношения к здоровью как к фундаментальной категории, определяющей качество жизни [15]. Наблюдается превалирование внешней мотивации над внутренней в контексте привлечения к занятиям физической культурой, что указывает на необходимость пересмотра мотивационных стратегий. Констатируется ограниченность понимания студентами СПО взаимосвязи между регулярной физической активностью и уровнем общего благополучия, определяемого как физическим, так и психоэмоциональным состоянием [3].

Традиционные методы повышения мотивации, включающие в себя рейтинговые системы, вариативность видов активности, использование цифровых технологий и организацию соревновательных мероприятий, демонстрируют ограниченную эффективность, обусловленную кратковременностью эффекта новизны, недостаточным уровнем вовлеченности со стороны студенческой аудитории или необходимостью поддержания развитой материально-технической базы [7].

В качестве инновационного подхода к решению обозначенных проблем предлагается внедрение спочана (спорт чанбара) — японского полноконтрастного фехтования с использованием безопасных имитаторов холодного оружия. Ключевыми преимуществами данного вида спорта для системы СПО следует

признать: высокий уровень травмобезопасности, обеспечиваемый использованием пневматических имитаторов оружия и минимальным комплектом защитного снаряжения; доступность, обусловленную отсутствием строгих требований к начальной физической подготовке; инклюзивность, выражающуюся в отсутствии ограничений, связанных с возрастными, гендерными или квалификационными параметрами участников; игровой формат, органично сочетающий элементы единоборства и спортивной игры, что обеспечивает высокую зрелищность.

Таким образом, спочан представляется перспективным инструментом для модернизации системы физического воспитания в учреждениях СПО, отвечающим современным потребностям молодежи и стратегическим задачам образовательной политики.

Список источников

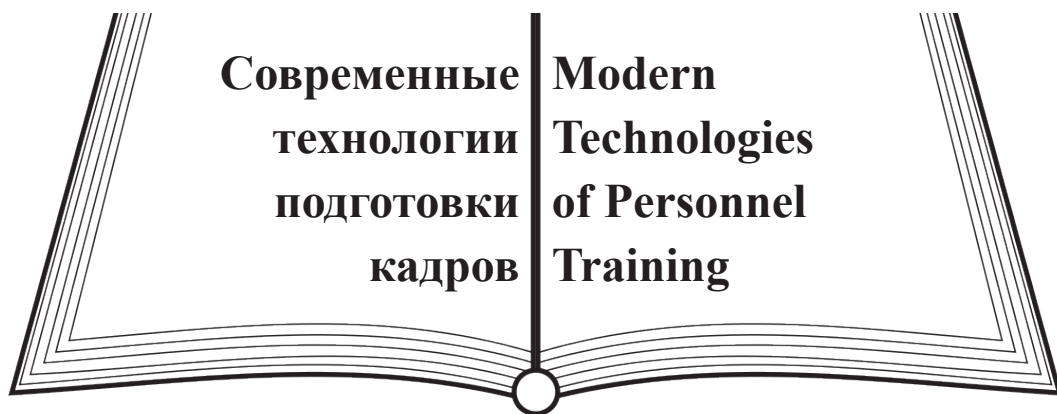
1. Агеева Г. Ф., Карпенкова Е. Н. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. пособие для СПО. 4-е изд., стер. СПб.: Лань, 2024. 69 с. (Среднее профессиональное образование).
2. Алхасов Д. С., Пономарев А. К. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика: учебник для сред. проф. образования. М.: Юрайт, 2025. 247 с.
3. Борисова М. М. Физическая культура: практикум: для студ. учрежд. сред. проф. образования. 2-е изд., стер. М.: Академия, 2024. 158 с. (Общеобразовательные дисциплины).
4. Борисова М. М. Физическая культура: учебник для студ. учрежд. сред. проф. образования. М.: Академия, 2024. 320 с.
5. Ведута О. В. Особенности формирования профессиональной мотивации студентов учреждений среднего профессионального образования // КиберЛенинка. 2018. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-formirovaniya-professionalnoy-motivatsii-studentov-uchrezhdeniy-srednego-professionalnogo-obrazovaniya/viewer> (дата обращения: 04.11.2025).
6. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура. М.: КноРус, 2018. 256 с. (СПО).
7. Загвязинский В. И. Методология педагогического исследования: учеб. пособие для вузов. 2-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2024. 105 с.
8. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2000. 512 с.
9. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Физическая культура. М.: КноРус, 2016. 257 с. (Среднее профессиональное образование).
10. Маркова А. К., Матис Т. А., Орлов А. Б. Формирование мотивации учения: кн. для учителя. М.: Просвещение, 1990. 192 с.
11. Мильман В. Э. Мотивация творчества и роста: структура, диагностика, развитие: теоретическое, экспериментальное и прикладное исследование диалектики созидания и потребления: монография. М.: [б. и.], 2005. 165 с.
12. Муллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А. Физическая культура: учебник и практикум для сред. проф. образования. М.: Юрайт, 2025. 424 с. (Профессиональное образование).

13. Никитушкин В. Г., Алхасов Д. С. Теория и история физической культуры и спорта: учеб. пособие для сред. спец. образоват. учреждений. М.: Сов. спорт, 2023. 399 с.
14. Пономарев А. К., Амелин С. Н. Организация физкультурно-спортивной работы: Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: учебник для сред. проф. образования. М.: Юрайт, 2025. 164 с.
15. Прикладная физическая подготовка: учебник для сред. проф. образования / под ред. Н. А. Воронова. 2-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2025. 139 с. (Профессиональное образование).
16. Приобщение к здоровому образу жизни через совершенствование подходов к физическому воспитанию студентов / Ю. А. Бубенцова [и др.] // Большая конференция МГПУ, Москва, 28–30 июня 2023 г.: сб. тезисов: в 3 т. М.: Парадигма, 2023. Т. 2. С. 291–294.
17. Сериков В. В. Методология педагогики: состояние и направления развития // Инновационные проекты и программы в образовании. 2020. Т. 70. № 4. С. 62–66.
18. Филатова А. А., Цой Д. А. Средства повышения двигательной активности студентов педагогического вуза // Шаг в науку: сб. ст. по материалам V науч.-практ. конф. молодых ученых (III Всероссийской), Москва, 17 декабря 2021 г. М.: ХАСК, 2022. С. 314–317.
19. Чирков В. И. Самодетерминация и внутренняя мотивация поведения человека // Вопросы психологии. 1996. № 3. С. 117–132.

References

1. Ageeva, G. F., & Karpenkova, E. N. (2024). *Theory and methodology of physical culture and sport*. Study guide for secondary vocational education. 4th ed., stereotypical. Lan'. (Secondary vocational education). (In Russ.).
2. Alkhasov, D. S., & Ponomarev, A. K. (2025). *Basic and new types of physical culture and sports activities with teaching methodology. Gymnastics*. Textbook for secondary vocational education. Yurayt. (In Russ.).
3. Borisova, M. M. (2024). *Physical culture*. Workbook for students of secondary vocational education institutions. 2th ed., stereotypical. Akademiya. (General education subjects). (In Russ.).
4. Borisova, M. M. (2024). *Physical culture*. Textbook for students of secondary vocational education institutions. Akademiya. (In Russ.).
5. Veduta, O. V. (2018). *Features of forming professional motivation among students of secondary vocational education institutions*. CyberLeninka. Retrieved from <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-formirovaniya-professionalnoy-motivatsii-studentov-uchrezhdeniy-srednego-professionalnogo-obrazovaniya/viewer> (In Russ.).
6. Vilensky, M. Ya., & Gorshkov, A. G. (2018). *Physical culture*. KnoRus. (SVE). (In Russ.).
7. Zagvyazinsky, V. I. (2024). *Methodology of pedagogical research*. Study guide for universities. 2nd ed., rev. and ext. Yurayt. (In Russ.).
8. Ilyin, E. P. (2000). *Motivation and motives*. Piter. (In Russ.).
9. Kuznetsov, V. S., & Kolodnitsky, G. A. (2016). *Physical culture*. KnoRus. (Secondary vocational education). (In Russ.).
10. Markova, A. K., Matis, T. A., & Orlov, A. B. (1990). *Forming learning motivation*. Book for teachers. Prosveshchenie. (In Russ.).

11. Milman, V. E. (2025). *Motivation of Creativity and Growth: Structure, Diagnostics, and Development: A Theoretical, Experimental, and Applied Study of the Dialectics of Creation and Consumption*. Monograph. [S. n.]. (In Russ.).
12. Muller, A. B., Dyadichkina, N. S., & Bogashchenko, Yu. A. (2025). *Physical culture*. Textbook and workbook for secondary vocational education. Yurayt. (Professional'noe obrazovanie). (In Russ.).
13. Nikitushkin, V. G., & Alkhasov, D. S. (2023). *Theory and history of physical culture and sport*. Study guide for secondary specialized educational institutions. Sovetskij sport. (In Russ.).
14. Ponomarev, A. K., & Amelin, S. N. (2025). *Organizing physical culture and sports work: All-Russian physical culture and sports complex «Ready for Labour and Defence»*. Textbook for secondary vocational education. Yurayt. (In Russ.).
15. *Applied physical training*. (2025). Textbook for secondary vocational education. N. A. Voronov (Ed.). 2nd ed., rev. and ext. Yurayt. (Professional education). (In Russ.).
16. Bubentsova, Yu. A., Kekova, L. A., Torochkova, T. Yu., Pisareva, E. A., & Minashkin, A. A. (2023). *Introducing a healthy lifestyle through improving approaches to physical education of students*. Big Conference of MGPU. Collection of abstracts. Vol. 2, p. 291–294. Paradigma. (In Russ.).
17. Serikov, V. V. (2020). Methodology of pedagogy: state and directions of development. *Innovative Projects and Programs in Education*, 70 (4), 62–66. (In Russ.).
18. Filatova, A. A., & Tsoj, D. A. (2022). Means of increasing the motor activity of students of a pedagogical university. *Step into science* (p. 314–317). Collection of articles based on the materials V Scientific and Practical Conference of Young Scientists (III All-Russian Conference), Moscow, 17 December 2021. (In Russ.).
19. Chirkov, V. I. (1996). Self-determination and intrinsic motivation of human behavior. *Questions of Psychology*, (3), 117–132. (In Russ.).



УДК 377.3.016:793.3

DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-19-34

А. В. Верхоляк

Московский городской педагогический университет,
Москва, Российская Федерация

E-mail: verkholyakav@mgpu.ru

ORCID: 0000-0002-3833-8491

Методика построения учебного занятия по современному танцу в системе среднего профессионального образования

Аннотация. В статье представлены базовые техники хореографов современного танца. Предложены методические подходы и средства обучения современному танцу студентов. Излагаются разделы учебного занятия, влияющие на компетентный процесс обучения будущих руководителей хореографических коллективов. Определены понятия современного танца в системе среднего профессионального образования (СПО), формирующие профессиональную грамотность студентов-хореографов в области современного танца. Применяется сравнительно-научный анализ методов доктора наук В. Ю. Никитина и А. В. Верхоляка в области современного танца. Представлены исследования по проблеме формирования профессиональной грамотности студентов по современной хореографии. На примере раздела занятия «Комбинация» уточняется и модернизируется система профессиональной подготовки будущих педагогов-хореографов по современному танцу в СПО. Выявлены результаты исследований методики построения учебного занятия по современному танцу в системе СПО.

Цель статьи: систематизация методики проведения учебного занятия по современному танцу и решение проблемы профессиональной грамотности студентов по дисциплинам «Профессиональная подготовка: танец модерн» и «Современный танец».

Методология и методы: применяется метод исследования к разделу занятия «Комбинация» и предлагается авторское использование комбинаций в стиле модерн-джаз в практических занятиях со студентами по современному танцу.

Основные результаты исследования: автор решает проблему формирования профессиональной грамотности студентов по современной хореографии через теоретические аспекты терминологии современного танца; внедряет терминологию понятий современного танца в лабораторные и практические занятия; приводит результаты методики построения учебного занятия по современному танцу в системе СПО в соответствии с целью и проблемой статьи.

Научная новизна: дано описание разделов урока на основе концепции учебного занятия В. Ю. Никитина по современному танцу; применен метод исследования к разделу занятия «Комбинация» и сравнительно-научный анализ концепции В. Ю. Никитина; получены результаты структурирования учебного занятия по современному танцу; уточнена и модернизирована система проведения занятия по разделу «Комбинация»; сформулированы основные понятия по современному танцу; изложен алгоритм обучения студентов упражнениям по дисциплинам «Профессиональная подготовка: танец модерн», «Современный танец».

Практическая значимость: освоение обучающимися применения на практике разделов учебного занятия, умения грамотно структурировать и проводить урок; осознание профессиональной компетенции педагога-хореографа; обучение молодежи здоровому образу жизни. Разработка рекомендаций для профессионалов и усовершенствование существующих процессов учебного занятия дает четкое понимание систематичности и последовательности в обучении и возможность выстроить структуру уроков в соответствии со своей индивидуальностью.

Ключевые слова: средства обучения, методические подходы, понятия современного танца, проблема профессиональной грамотности, модернизация учебной комбинации, учебное занятие, результаты исследования.

UDC 377.3.016:793.3

DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-19-34

A. V. Verkholyak

Moscow City University,
Moscow, Russian Federation

E-mail: verkholyakav@mgpu.ru

ORCID: 0000-0002-3833-8491

Methodology of construction of a training class on modern dance in the system of secondary professional education

Abstract. The article presents the basic techniques of modern dance choreographers. It also offers methodological approaches and tools for teaching modern dance to students. The article defines the concepts of modern dance in the system of secondary vocational education (SVE), which form the professional literacy of students-choreographers in the field of modern dance. It applies a comparative scientific analysis of the methods of Dr. Vadim Yurievich Nikitin

and Albert Valentinovich Verkholyak in the field of modern dance. The article presents research on the problem of forming professional literacy of students in modern choreography. The article uses the «Combination» section as an example to clarify and modernize the system of professional training for future modern dance teachers in SVE. The results of research on the methodology of building a modern training session in SVE have been identified.

The purpose of the article: to systematize the methodology of conducting a modern dance class and to solve the problem of professional literacy among students in the disciplines of «Professional training: modern dance» and «Modern dance».

The methodology and methods: the research method is applied to the section of the lesson «Combination» and the author's use of combinations in the style of modern jazz in practical classes with students in contemporary dance is proposed.

The main results of the study: the author addresses the problem of developing students' professional literacy in contemporary choreography through theoretical aspects of contemporary dance terminology; introduces the terminology of contemporary dance concepts into laboratory and practical classes; and presents the results of a methodology for constructing a contemporary dance lesson in the secondary vocational education system in accordance with the purpose and problem of the article.

The scientific novelty: the sections of the training session are considered, the concept of Vadim Yurievich Nikitin's training session on modern dance is studied, the research method is applied to the «Combination» section of the training session, and a comparative scientific analysis of Nikitin's concept is conducted. The results of structuring the modern dance training session are obtained, the system of conducting the «Combination» section of the training session is refined and modernized, the main concepts of modern dance are formulated, and an algorithm for teaching students exercises in the disciplines of «Professional training: modern dance» and «Modern dance» is presented.

Practical significance. The pragmatic value of the study lies in the practical application of the study's sections by students, their ability to structure and conduct lessons effectively, and their understanding of the fundamental professional competencies of a choreographer who knows how to build a modern dance class and apply these skills in practice. The significance of teaching young people about healthy living. The development of recommendations for professionals and the improvement of existing teaching processes provide a clear understanding of the systematic and consistent approach to teaching, allowing students to create their own lesson structures and express their individuality.

Keywords: teaching tools, methodological approaches, concepts of modern dance, the problem of professional literacy, modernization of the educational combination, educational session, research results.

Актуальность исследования обусловлена тем, что проблема формирования профессиональной грамотности студентов по современной хореографии недостаточно изучена; кроме того, обучающиеся владеют терминологией современного танца не в полной мере. В связи с этим возникают противоречия между существующими теориями и практиками обучения современному танцу и необходимостью изучения проблемы формирования профессиональной грамотности студентов по современной хореографии, что продиктовано важными научными и практическими задачами в этой области.

Несомненно, методика построения занятий по современному танцу волновала многих великих основателей танца модерн и джазового танца еще несколько веков назад. Выдающиеся практики современного танца старались упорядочить и закрепить свои знания, дав творческим находкам методические объяснения в форме теоретических фиксирований техники и записи своих принципов хореографии. Они составляли правила, желая оставить после себя понятные объяснения секретов мастерства, репертуар для хореографов, которые захотят развивать и привносить что-то новое в современный танец [2]. К таким педагогам-практикам, а впоследствии к теоретикам относятся:

Гас Джордано, написавший первый учебник по модерн-джаз танцу, который используют в ведущих вузах Европы и России, а его технику применяют в процессе обучения профессиональной подготовки в средних профессиональных и высших учебных заведениях по предмету «Современный танец, джазовый танец в области современной хореографии» [2];

Вадим Юрьевич Никитин, наш современник, создавший учебник «Джазовый танец: история, методика, практика», по которому обучаются студенты средних профессиональных учебных заведений, к нему обращаются выпускники высших учебных заведений и любительских хореографических коллективов [8].

Кэтрин Данэм — автор кодифицированной техники джаз-танца, антрополог, культурный организатор, педагог, общественный деятель, танцовщица и хореограф, актриса и исполнительница песен. Она внесла колоссальный вклад в развитие современного танца, ее техника как основополагающая изучается в образовательных учреждениях по направлению подготовки «Народное художественное творчество» с присвоением квалификации «Руководство любительским хореографическим коллективом» [8].

В процессе изучения различных подходов к современному танцу у студентов формируется профессиональная направленность [1]. Как известно, профессиональная направленность образует систему эмоционально ценностных отношений, задающих иерархическую структуру доминирующих мотивов личности и побуждающих к их утверждению в профессиональной деятельности. Эта направленность определяется еще в школе, в любительских коллективах, и формирует соответствующую интересу мотивацию [9]. Обучающиеся опираются на две основные техники афроамериканского фольклора, неповторимые по своему характеру: Кэтрин Данэм и Джеральдин Армстронг [7–8].

Техника Данэм более глубока и философски содержательна, поскольку она занималась полевыми исследованиями и изучала влияние природы на ритуальные танцы афро-джаза. Понятие изоляции впервые появляется в связи с именем Кэтрин Данэм, так как изолированные движения разных частей тела характерны для карибской танцевальной культуры, в которую она внесла свой вклад. Так называемая полиритмия, одновременное выполнение нескольких паттернов, умение держать точный ритм и продемонстрировать сложную

координацию также принадлежат ей. В прошлые века выработка гибкости и силы могла проявиться через особую творческую индивидуальность, которую Кэтрин Данэм смогла предложить в танцевальных фразах для развития выносливости [3].

Еще один принцип исполнения — заземленное движение, связь с землей, и контрастное изменение движения на возвышенность балета — нашел свое отражение и развитие именно в технике Кэтрин Данэм. Ее находки в танцевальных движениях, а именно динамичные упражнения и движения позвоночником, волны телом, активное задействование всего позвоночника для выражения эмоциональной глубины и физической содержательной стороны, оказали мощное влияние на эволюцию современного, джазового танца и театральных зрелищ.

Для успешного формирования профессиональной направленности и изучения техники Кэтрин Данэм рекомендуется внедрять классические и современные методики обучения. В начале урока следует исполнять общедоступные упражнения, а затем переходить к более сложному техническому классу для изучения упражнений по методике Кэтрин Данэм [7–8].

Техника современного танца Мэтта Мэттокса, танцовщика джазовых постановок и балетных партий в спектаклях, выступавшего на Бродвее и в голливудских мюзиклах, стала одной из главенствующих при обучении джазовому танцу студентов в СПО и высших учебных заведениях [2, 4]. Главный принцип техники Мэтта Мэттокса — накопление энергии движения к центру тела и выплеск этой энергии через фиксированные движения кистями и пальцами рук. Затем техника фиксации усложнялась движениями на координацию за счет кругов головой, и при этом тазобедренный сустав находился в изолированном положении. Впоследствии, опираясь на знания балетной техники, Мэтт Мэттокс создает собственную технику джазового танца на основе порядка балетных упражнений по системе Агриппины Яковлевны Вагановой, применяя лишь порядок упражнений на середине зала в манере джаз-танца. Упражнения для рук и корпуса во взаимосвязи с балетными *Port-de-bras* по его технике способствуют профессиональному становлению студентов-хореографов [3]. Они знакомятся с бродвейским джазовым танцем и получают новые знания в области современной хореографии. Техника Мэтта Мэттокса на многие годы вошла в профессиональный цикл дисциплин по современному танцу. Она изучается студентами в системе СПО и вузов для формирования профессиональной грамотности и компетентности будущих педагогов-хореографов. Выпущенная книга Мэтта Мэттокса «*Book of Jazz Dance*» («Книга о джазовых танцах») является образовательным пособием для обучения методике освоения современного танца в целом. В ней рассматривается методика выполнения упражнений на середине зала по джазовому танцу для молодых преподавателей, формирующих свои технические классы на середине зала на основе его техники [7].

Главный принцип техники танца модерн Дорис Хамфри — свободное выведение из естественного состояния равновесия и естественное возвращение

в него. Это не столько открытие, сколько наблюдение, благодаря которому она выстраивает свою технику, названную ею техникой падения и восстановления (fall and recovery) [4]. Впоследствии добавилось взаимодействие тела с гравитацией и дыханием, что помогало основному ее принципу. Далее она внедряет понятия «дуга дисбаланса», «гравитация». Дорис Хамфри рассуждает об условиях возникновения движения естественным образом: о том, когда движение начнется само по себе, когда ему нужна инициация и определенный импульс, а когда его можно отпустить по инерции, когда тело будет занимать просто устойчивое положение. В ее технике также используются правила работы с весом и противовесом, система баланса и off-balance, что означает «Вне оси центра тела».

Перечисленные постулаты она передает своему ученику Хосе Лимону, труппу которого — «Лимон дэнс компани» — будет возглавлять какое-то время в качестве художественного руководителя. Хосе Лимон не только воспримет и освоит ее принципы в своей труппе, но и приумножит их, добавив в танец модерн такие приемы, как утяжеление центра тела (для того, чтобы перевешивать головой центр ноги, например) и утяжеление движения для придания инерции вращения.

В ходе исследований и практических занятий танца модерн появляются следующие новые принципы Хосе Лимона: отсутствие четких правил и канонов исполнения, изучение естественного движения тела, целостная работа всех частей тела, использование дыхания, понятие «голос тела». Им были придуманы упражнения: падение и восстановление, зависание, преемственность.

Одна из новаторов техник танца модерн — Марта Грэм — создала собственную технику, помогающую освоить самые разные манеры исполнения, обрести чувство стиля и уверенность, а также ориентироваться в многообразии техник современного танца и грамотно демонстрировать их. Главный принцип ее техники — «сжатие и освобождение» (contraction – release). Изучение ее техники помогает студентам формировать профессиональную грамотность, совершенствовать качество исполнения движений современного танца, а главное, уметь адаптироваться по телесным ощущениям к другим техникам современного танца [3].

Методические приемы и средства обучения в освоении современного танца будут действовать при осуществлении педагогом актуализации знаний у студентов через беседу, объяснения правил исполнения упражнений, выделение главного, как достигается манера исполнения движения, определение взаимосвязи движения с последующим упражнением. Метод показа, принцип систематичности и доступности в процессе обучения движениям современного танца должны стать ключевыми и связующими методическими приемами и средствами обучения.

Урок современного танца включает в себя несколько разделов, таких как:

- 1) разогрев,
- 2) изоляция,

- 3) партер и стретчинг,
- 4) передвижение (кросс),
- 5) адажио и гранд батман,
- 6) комбинация.

Разогрев предусматривает следующие упражнения: plie, battement tendu, battement tendu jeté, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappé, rond de jambe en l'air, pirouette, Adagio и Grand Battement. На каждом занятии преподаватель проговаривает понятия современного танца для студентов, тем самым формируя у них профессиональную грамотность и способность применять названия упражнений в своей будущей профессиональной деятельности [5–6]. Обучающиеся усваивают термины и закрепляют их на практических занятиях через внутренние мышечные ощущения и контроль этих навыков с точки зрения методики их выполнения.

Первый раздел выполнения упражнений на середине зала становится инновационным с точки зрения методических приемов и средств обучения в современной хореографии, поскольку реализуется авторский подход при сочинении учебных комбинаций, в которых проявляется индивидуальность преподавателя. основополагающие принципы техник современного танца не используются напрямую от создателей этих техник. Принцип движения остается ключевым при исполнении, но комбинация сочинена таким образом, чтобы в ней было как можно больше авторской танцевальности. В таком случае основные принципы техник современного танца хоть и представлены в комбинациях, но созданы благодаря авторскому подходу, что доказывает инновационность методических приемов и средств обучения не только с точки зрения теоретического объяснения упражнения, но и с точки зрения практического применения самой комбинации движений [6].

Согласно концепции В. Ю. Никитина, представленной в учебном пособии «Джазовый танец, история, методика, практика», первая позиция рук — вытянутые перед собой на уровне груди, а третья позиция — руки над макушкой в форме треугольника [7]. Однако, не соглашаясь с такими вариантами позиций рук, мы полагаем, что, основываясь на технике и методике современного танца Рика Одумса, логичнее было бы ввести первую позицию рук на уровне солнечного сплетения, приведенную к себе пальцами, при этом локти отведены в стороны. Что касается третьей позиции, то если у Вадима Юрьевича она над макушкой, то, на наш взгляд, логичнее представить положение одной руки, вытянутой вперед от плеча, а другой — раскрытой в сторону. Такая позиция дублирует классический балетный арабеск, только кисти не так смягчены, как в классическом танце, а выпрямлены в пальцах.

В соответствии с концепцией Никитина, стретчинг — это третий раздел занятия. Такая последовательность имеет место, однако с точки зрения анатомо-физиологических свойств организма и последовательности урока для оздоровительного эффекта обучающихся лучше изучать и выполнять упражнения

на растяжку в конце занятия, когда мышцы тела находятся в тонусе и работают в хорошем режиме [8]. Таким образом, при помощи стретчинга мышцы тела как бы запоминают многие полезные для организма ощущения и развивают гибкость, что улучшает кровообращение, систему дыхания. Это помогает закрепить пройденный материал, снять напряжение и развивает способность мышц запоминать наилучший результат к концу занятия. Если все-таки поставить стретчинг третьим по счету, то это замедлит темп урока и динамику обучения студентов современному танцу, расслабляя организм и не давая ему настроиться на прыжки, движения и танцевальную комбинацию.

Соответственно, такой сравнительный анализ позволяет утверждать, что разделы *партер* и *стретчинг* либо изучаются на протяжении урока после разогрева, либо выносятся в конец занятия для оздоровительного эффекта и активизации различных групп мышц, а главное, для здорового образа жизни [8].

Изоляция — второй раздел занятия, который изучается по дисциплине «Современный танец» и по предмету «Джазовый танец». Как и классический, джазовый танец — это прежде всего танец формы. Но, в отличие от балета и танца модерн, он невозможен без яркого выражения эмоций исполнителем на сцене, и эти эмоции в большей степени зависят не от идеи или сюжета, как в классическом балете или танце модерн, а от телесных ощущений танцовщика при исполнении заданной хореографом формы [7]. Это мнение В. Ю. Никитина, который описывает такую телесную характеристику джазового танца, и она помогает нам узнавать на уроках, как на самом деле исполняется джаз-танец. Изоляция в танце модерн, как правило, не представлена вообще и не изучается как художественная ценность урока. Часто студенты задают вопрос: что такое изоляция? Этому есть объяснение: если танцовщики смещают от оси центра какой-либо центр части тела, то это называется изоляцией. Изолированными центрами тела часто являются: голова, шея, плечи, локти, кисти, пальцы, грудная клетка, бедра, колени, стопы. Изоляция нескольких центров тела одновременно называется полиизоляцией. В танце модерн и технике контемпорари изоляция не выносится во второй раздел занятия и на показ как часть урока; она носит связующий характер движений в самых разных разделах учебного занятия и показа в целом.

Партер принято считать третьим разделом занятия, куда входит блок партерных упражнений на развитие взаимосвязи тела с полом в современном танце, применение различных уровней вертикальных и горизонтальных плоскостей, оригинальное использование акробатических элементов на полу. После партерных упражнений применяется стретчинг (класс растяжки), который бывает трех видов:

1) *статический* — выполняется на растягивание одной группы мышц при длительном нахождении в каждом положении;

2) *динамический* — применяется в профессиональном спорте и художественной гимнастике, предусматривает большие броски ногами на преодоление маха с максимально высокой амплитудой броска;

3) *релаксирующий* — используется в танце модерн при растягивании различных групп мышц на расслабление и освобождение, без какого-либо принуждения и за счет свободного движения на естественном выдохе и релаксации мышц и суставов.

Помимо этого, часто задействуют комбинированный вид стретчинга, например начинают со статического и переходят в релаксирующий вид. Главная цель раздела *партер* — научить студентов без ушибов, травм и растяжений правильно выполнять приемы падения на пол через расслабление и выдох, так как это основной принцип современного танца. Также в партере изучаются упражнения: свинг, спиральность, расслабление и напряжение, приемы падений, инерционность движения, следование за весом тела, перекаты, зависания, баунс (пружинистое движение), активное включение дыхания, так называемый вдох телом и выдох, перегибы корпуса под лопатками, динамичность движений и резкие контрасты, партерные изоляции, махи ногами на полу, используя систему дыхания для достижения максимальной амплитуды движения. В партере реализуют различные принципы движений: импульс, континуус, свинг, ребаунд и импакт. Приведенное описание упражнений в партере применимо для дисциплин «Танец модерн» и «Современный танец» [8]. Кроме этого, в современном танце вводится изучение упражнений партнеринга, так называемого взаимодействия двух и более танцующих во время взаимного диалога и слушания друг друга. Это могут быть поддержки в разных подходах, контрастно выстроенные комбинации в уровнях неотделимо друг от друга, контролируемые взаимодействия двух и более человек на соединение каких-либо центров тела и работа с ними. Причем изучаются варианты движений во взаимодействии и ожидании, к чему это приведет. Другими словами, взаимодействие становится лабораторной работой и вызывает интерес, что из этого выйдет. Таким образом, осваиваются технические приемы партнеринга в разделе *партер*, куда также вводится: контактная импровизация; сольная и коллективная поддержки; работа с пространством, темпом и энергией движений. Реализуется целый комплекс обучения различным навыкам, таким как: техника выполнения упражнений; доверие партнеру и коммуникация во время взаимодействия; умение понимать сигналы и отвечать на них, так называемый обмен невербальной информацией во время напряжения или давления; формирование навыков баланса и веса, а это умение ощущать вес другого человека для выполнения различных акробатических поддержек и экспрессивных комбинаций движений. Также в процесс изучения включаются свобода и импровизация, когда имеет место спонтанное развитие событий, при котором роли, ведения и следования могут меняться в зависимости от задумки постановки и настроения исполнителей. Так называемый процесс спонтанного взаимодействия и исследования движений в партнеринге имеет лабораторный характер и не всегда может быть композиционно законченным: в этом и есть суть таких концептуальных подходов, из которых рождается индивидуальное видение преподавателем данного раздела занятия. Если в джазовом танце

преподаватели реализуют партер при помощи дыхательных упражнений на контрактшн и релиз, спирали и изгибы торса, упражнения на растяжку под красивую музыку в стилях блюз и лирический джаз, то в современном танце и контемпорари включают работу в паре на полу и на разных уровнях, применяя партнеринг, перемещаясь по всему пространству, работая с энергией движения в паре, используя различные поддержки, темп и нейтральную, не имеющую конкретного стиля музыку, которая дает фоновый и музыкальный абстрактный настрой на упражнения. Таким образом, увеличивается длительность исполнения раздела *партер*. Его можно вывести на практический показ, основываясь на различных методических подходах и средствах обучения, предлагаемых преподавателем во время диалогового обучения со студентами, применяя принцип спонтанности и случайности, давая волю импровизации и через нее позволяя случиться авторским находкам.

Раздел *передвижение* (или кросс — в европейских техниках современно-го танца) означает перемещение по пересекающимся плоскостям. Методика его осуществления предусматривает принцип последовательности и систематичности, т. е. упражнения выстраиваются от простого к сложному и по порядку. Шаги и виды шагов, бег и варианты бега, вращения и различные виды вращений, прыжки маленькие, средние и большие. Учебная комбинация используется в завершение как итог обучения студентов профессиональным навыкам координации, танцевальности, выносливости и чувству манеры в исполнении стиля современной хореографии. В зависимости от выбора дисциплины может изучаться своя система шагов, вращений, прыжков, комбинаций, и главный принцип выполнения движения и ощущения тела при этом в каждой дисциплине будет иметь свои стилистические особенности, технику и манеру.

Передвижение применяется по всем восьми точкам зала, разным диагоналям и векторам. Современный танец допускает изменение координации рук и положения тела в воздухе, модернизируя тем самым классические балетные прыжки, в результате чего рождается новая манера их исполнения, называемая современной. Технический принцип отталкивания стопами от пола для прыжка соответствует системе великой Агриппины Яковлевны Вагановой, но положение в прыжке выглядит согласно характеру современного танца.

Следующий раздел учебного занятия — *адажио* (Adagio) и *гранд батман* (Grand Battement). В зависимости от выбора изучаемой дисциплины возможен свой подход к подаче материала. Если это танец модерн, то адажио может включать в себя расслабление и вытяжение позвоночника, падение и возврат, а гранд батман — систему дыхания, броски ногами на выдохе, через расслабление, по инерции. Если это джазовый танец, то можно использовать стиль блюз, религиозные негритянские песни в эмоционально оплакиваемом настроении и змеиной пластике, или выбрать стили современной хореографии: спиричуэлс, модерн-джаз, соул (soul), госпел, лирические афро-джаз и джаз-танец (Lyrical Jazz dance). В таком случае при постановке упражнений адажио будущие

преподаватели хореографии должны знать стили современного танца, манеру и технику их исполнения на середине зала.

Изучение стиля спиричуэлс начинается с объяснения истории его зарождения, выделения его особенностей. Это псалмы и напевы в маленькой тexasской церкви, сменяющиеся бурным восторгом на городских площадях. Характер стиля в полной мере раскрывается в творчестве хореографа Алвина Эйли. Студенты знакомятся с наследием великого хореографа и частично или полностью выполняют упражнения в стиле спиричуэлс на середине зала. Если для воссоздания работы Алвина Эйли в показе не хватает технических возможностей, то студенты вместе с преподавателем изучают свою версию стиля спиричуэлс на основе творчества мэтра современной хореографии.

Для разностороннего творческого показа можно выбрать упражнения адажио в жанре духовной христианской музыки госпел, а вторую часть комбинации адажио решить с помощью стиля спиричуэлс. Таким образом, студенты приобретут комплекс знаний и навыков, освоив манеру исполнения танцевальных стилей госпел и спиричуэлс.

Применяя стиль модерн-джаз для формирования знаний комбинации адажио, мы понимаем, что такой выбор материала больше подойдет для студентов младших курсов. Они постигают фундаментальные основы современного танца, требующие академического подхода и медленного освоения упражнений, и стиль модерн-джаз, сочетающий элементы джазовой хореографии, утонченного модерна и академического танца, будет гармонично воздействовать на студентов, способствовать выявлению у них компетентности владения упражнениями адажио.

В случае если мы выбираем стиль соул-джаз (soul jazz), то при выполнении упражнений адажио следует соотносить их с динамическими акцентами (гласными ударных слогов) в исполнении музыкальных фраз вокалистом, выделяя их при переломе тона и смены октавы в танцевальном варианте. Так у студентов сформируется компетенция и знания выполнения адажио в стиле соул-джаз.

Отдавая предпочтение лирическому афро-джазу для показа, в упражнениях адажио лучше основываться на творчестве Кэтрин Данэм или Джеральдин Армстронг, поскольку оба хореографа создали самобытное наследие, на которое студенты могут ориентироваться при изучении комбинации адажио. Стиль Кэтрин Данэм калипсо (Calypso Caribbean), которому свойственны плавные движения позвоночника, различные волнообразные движения и сокращения, выражающие эмоциональную и физическую глубину, можно совместить не только с подъемами ног на 90 градусов и выше, но и с приемами *port de bras*, перегибами корпуса, спиральностью и вытягиванием тела в длину в медленных темпах. К этому можно прибавить чувственные восприятия. Таким образом, адажио становится не просто упражнением, а стильной комбинацией движений, формирующей у студентов компетенцию владения разными подходами

к освоению адажио как упражнения. При выборе лирического джаз-танца у студентов в момент освоения упражнения адажио формируется чувство стиля, кошачья пластика, образное восприятие движения, гибкость и пластичность: не просто тренировочное поднятие ног на 90 градусов и выше, а подражательное движение. Развивается эмоциональная выразительность, чувство образа при исполнении, двигательная память, музыкальность и артистизм.

Упражнение гранд батман лучше всего включать в учебно-тренировочный процесс, применяя классические батманы — махи ногами с иной координацией рук и центров тела. Для презентации часто выбирают модерн-джаз, поскольку далеко не все стили можно соотнести с большими махами ногами. Главное для студента — понять технические принципы исполнения гранд батмана: в танце модерн он будет выполняться на выдохе и постоянной системе дыхания; в джаз-танце подобные броски могут быть в стиле бродвейского джаза; в технике контемпорари — основаны на взаимодействии в паре и начинаются с положений на полу и в разных уровнях. Таким образом, у студентов формируются профессиональные компетенции и знание технических особенностей выполнения больших бросков ногами в профильных дисциплинах, к которым относятся: «Танец модерн», «Джазовый танец» и «Современный танец».

Комбинация — заключительный раздел занятия. При его изучении важно соблюдать принцип последовательности и систематичности. Освоение данного раздела происходит по всем дисциплинам при овладении стилем модерн-джаз на начальном этапе обучения в системе СПО. Благодаря доступности, эклектичности, сочетанию элементов модерна, джаза и академических движений данный стиль весьма гармоничен в обучении студентов на этапе формирования базовых и фундаментальных основ современного танца. За счет опоры на методику преподавания современного танца он помогает освоить терминологию на практических занятиях во время исполнения комбинации в стиле модерн-джаз. Таким образом, студенты, постепенно осваивая стиль танца модерн-джаз, апробируют терминологию современного танца в практике, закрепляя в медленном музыкальном темпе методику преподавания современных направлений танца, с тем чтобы в будущем вести уроки современной хореографии согласно своей квалификации. При этом совершенствуется профессиональная грамотность обучающихся в области современной хореографии, объединяющей сразу несколько дисциплин, таких как «Профессиональная подготовка — танец модерн», «Джазовый танец» и «Современный танец» [9].

В зависимости от семестра уровень сложности комбинации увеличивается за счет продолжительности и набора движений. В первый год обучения необходимо придерживаться именно стиля модерн-джаз, чтобы закрепить базовые знания о современном танце.

На втором году обучения можно полностью поменять упражнения на середине зала и выполнить их в стиле афро-джаз. В таком случае раздел занятия *разогрев* будет состоять из набора движений афро-темы; *изоляция* можно

выполнить в быстром афро-карибском стиле, свойственном этническим танцам различных народов Африки. В разделе *кросс* рекомендуем использовать африканские ритмы, основываясь на технике хореографов Кэтрин Данэм, Джеральдин Армстронг и доктора Dr. Куа «Mama Djara» Conner. Раздел *ададжио* и *гранд батман* для развития манеры исполнения и чувства стиля можно представить в стилях госпел, блюз, спиричуэлс, калипсо (карибские афро-мотивы). Упражнения гранд батман можно выполнить на середине зала по всем направлениям, где главным принципом остается классический большой мах ногой, однако манера исполнения рук, корпуса и, главное, грудной клетки будет подобна африканской. Одного семестра на втором году обучения вполне достаточно для формирования компетентности владения стилем и манерой афро-джаза на середине зала и умения применять приобретенные навыки в своей профессиональной деятельности. Необходимо понимать, что стиль афро-джаз помогает будущим педагогам-хореографам формировать компетентности по дисциплинам «Джаз-танец» и «Современный танец».

Раздел *комбинация* в рамках обучения дисциплине «Танец модерн» базируется на знании техник великих основателей данного направления. Преподаватели могут выучить комбинации со студентами по технике Хосе Лимона, Лестера Хортон, Ханьи Хольм, Марты Грэм или представить авторскую комбинацию, включающую в себя основополагающие технические принципы танца модерн. Для студентов системы СПО по хореографическим специальностям важным является формирование знаний о том, на чем строятся комбинации, и закрепление фундаментальных ощущений тела для того, чтобы в дальнейшем преподавать правильно и грамотно танец модерн в профессиональной практической деятельности.

В зависимости от года обучения комбинация усложняется и приобретает иное значение: учебно-тренировочные движения в танце модерн на первом и втором годах обучения существенно отличаются. Второкурсники вместо ключевых принципов техники Лестера Хортон могут перейти к основным движениям техники Хосе Лимона, и тогда комбинация будет другой по стилю и художественной интонации. Следовательно, учебная комбинация, предназначенная для первокурсников, носит тренировочный характер освоения движений и по длительности не превышает одной минуты. Во втором семестре первого курса она увеличивается до учебного этюда продолжительностью полторы минуты. На втором году обучения комбинация становится хореографической миниатюрой, где меняется техника танца модерн и временная длительность составляет две с половиной минуты. На третьем и следующих годах обучения студенты осваивают наследие великих хореографов танца модерн и выводят на практический показ репертуар основателей данного направления, работы преподавателя и частично общие методы формирования комбинаций на занятии. Благодаря этому они приобретают необходимые навыки, знание репертуара современных хореографов танца модерн и умения на данном

материале в будущем выстраивать технические упражнения и этюды для своей профессиональной деятельности [9].

Поэтапное обучение комбинации, затем этюду и композиции по танцу модерн развивает у обучающихся образовательные навыки в области современной хореографии, совершенствует будущего специалиста современного танца, знающего законы построения уроков от простого к сложному в ходе взаимообучения и фронтальной работы преподавателя со студентами. Диалоговое обучение и непрерывный процесс освоения практических дисциплин позволяют студентам овладеть практическим материалом танца модерн по всем разделам урока и закрепить навыки по профессиональным предметам.

Отметим также, что по дисциплине «Современный танец» кругозор знаний значительно расширяется за счет освоения студентами раздела *партнеринг*, контактной импровизации и усложнения раздела *партнер* на старших курсах. Длительность урока значительно увеличивается, так как изучаются абсолютно все разделы занятия. Преподаватель практически на каждом уроке дает рекомендации по освоению упражнений студентам, он совершенствует существующие процессы обучения и дает четкое понимание систематичности и последовательности в преподавании [9].

Современный танец предполагает блочно-модульное обучение многим профессиональным практическим дисциплинам, таким как: «Техники контемпорари», «Лаборатории по современной хореографии», «Танец модерн», «Джазовый танец». В связи с этим преподаватель должен обладать большим спектром профессиональных компетенций, поскольку современный танец вбирает в себя различные направления и стили, поэтому на каждом году обучения можно предлагать совершенно новый материал для подготовки студентов в системе СПО.

В завершение работы можно сделать следующие выводы:

- в статье рассмотрены разделы учебного занятия, уточнена и модернизирована система их проведения;
- проанализирована концепция В. Ю. Никитина по современному танцу, получены результаты структурирования учебного занятия по данной дисциплине;
- изложен алгоритм обучения студентов упражнениям по дисциплинам «Профессиональная подготовка: танец модерн», «Современный танец».

Необходимо отметить, что изучение дисциплины «Современный танец» расширяет кругозор студентов о современной хореографии в целом и дает полное профессиональное понимание навыков, формируемых при освоении большой области «Современная хореография» в блочно-модульном обучении.

Практическую значимость для студентов имеет раскрытие ключевых категорий разделов занятия, что, несомненно, пригодится им в практической деятельности для преподавания современного танца на основе наследия великих хореографов и фундаментальных техник в области современной хореографии.

Для преподавателей СПО важна рекомендация по усовершенствованию обучения профессиональной дисциплине «Современный танец» путем разделения учебного материала на блоки: освоение танца модерн, джазового танца и техники контемпорари. Студенты будут постепенно осваивать материал и по завершении обучения смогут стать универсальными специалистами в рамках полученной квалификации, владеющими в комплексе различными направлениями современной хореографии и умеющими применять их в своей практической профессиональной деятельности.

Список источников

1. Алькаева А. Е., Бубенцова Ю. А. Танцевальные направления на занятиях физической культурой в вузе // Актуальные проблемы и перспективы развития современных танцевальных направлений: сб. ст. II Всерос. науч.-практ. конф., Москва, 16 февраля 2023 г. / ред. А. В. Скотникова; сост.: В. А. Александрова, Ив. И. Столов. М.: МГПУ, 2023. С. 5–8.
2. Богданов Г., Кириллов А. Композиция и постановка танца. СПб.: Планета музыки, 2007. 216 с.
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца. 9-е изд., стер. СПб.: Лань, 2007. 192 с. (Учебники для вузов. Специальная литература).
4. Дункан А. Моя жизнь. М.: Эксмо, 2025. 351 с.
5. Казакова А. Г. Высшее профессиональное и послевузовское научное образование (аспирантура, докторантура): монография: учеб. пособие для аспирантов и соискателей по науч.-пед. специальностям. М.: Экон-Информ, 2010. 547 с.
6. Казакова А. Г., Кузнецова Т. В. Педагогика высшей школы в сфере культуры: учебник. М.: МГИК, 2015. 440 с.
7. Никитин В. Ю. Актуальные проблемы профессиональной работы балетмейстера в современной хореографии: сб. ст. М.: МГУКИ, 2010. 77 с.
8. Никитин В. Ю. Джазовый танец. История. Методика. Практика: учеб.-метод. пособие: по направлению подготовки 071200 «Хореографическое искусство», квалификация (степень) бакалавр, магистр в качестве учебного пособия по дисциплинам «Джазовый танец», «Методика преподавания джазового танца», «Современные направления хореографии» / Московский гос. ун-т культуры и искусств. М.: МГУКИ, 2014. 311 с.
9. Спинжар Н. Ф., Рябинкина Е. Л. Педагогические основы профессиональной подготовки педагога-хореографа в вузе: учеб. пособие для студ. вузов культуры. М.: МГУКИ, 2011. 165 с.

References

1. Alkaeva, A. A., & Bubentsova, Yu. A. (2023). Dance styles in physical education at universities. *Current issues and prospects for the development of modern dance styles* (p. 5–8). Collection of articles from the II All-Russian scientific and practical conference, Moscow, February 16, 2023. A. V. Skotnikov (Ed.). V. A. Aleksandrova, I. I. Stolov (comp). MGPU. (In Russ.).
2. Bogdanov, G., & Kirillov, A. (2007). *Composition and dance production*. Planeta muzyki. (In Russ.).

3. Vaganova, A. Ya. (2007). *Fundamentals of classical dance*. 9th ed., ster. Lan'. (In Russ.).
4. Duncan, I. (2025). *My Life*. E'ksmo. (In Russ.).
5. Kazakova, A. G. (2010). *Higher professional and postgraduate scientific education (postgraduate studies, doctoral studies)*. Monograph: textbook manual for postgraduate students and applicants for scientific and pedagogical specialties. Ekon-Inform. (In Russ.).
6. Kazakova, A. G., & Kuznetsova, T. V. (2015). *Pedagogy of higher education in the field of culture*. Textbook. MGIK. (In Russ.).
7. Nikitin, V. Yu. (2010). *Actual problems of a ballet master's professional work in modern choreography*. Collection of articles. MGUKI. (In Russ.).
8. Nikitin, V. Yu. (2014). *Jazz dance. History. Technique. Practice*. Educational and methodical manual: in the field of training 071200 «Choreographic art», bachelor's degree, master's degree as a textbook in the disciplines of «Jazz dance», «Methods of teaching jazz dance», «Modern directions of choreography». Moscow State University of Culture and Arts. MGUKI. (In Russ.).
9. Spinzhar, N. F., & Ryabinkina, E. L. (2011). *Pedagogical foundations of professional training of a choreographer teacher at a university*. Textbook for students. Universities of culture. MGUKI. (In Russ.).

УДК [377.3.016:793.3].091.33-026.12
DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-35-48

Е. Н. Морозова⁽¹⁾, Н. А. Василенко⁽²⁾

^(1,2) Московский городской педагогический университет,
Москва, Российская Федерация

⁽¹⁾ E-mail: morozova1@mgpu.ru
ORCID: 0009-0005-3773-562X

⁽²⁾ E-mail: nvasilenko@mgpu.ru
ORCID: 0009-0006-2878-9340

Использование кейс-метода при постановке композиции танца в работе со студентами среднего профессионального образования

Аннотация. В статье раскрываются предпосылки внедрения кейс-метода в систему среднего профессионального образования в области хореографии. Показана эволюция методики от демонстративно-репродуктивного обучения к исследовательскому, творческому подходу. Рассматриваются философские, психолого-педагогические и художественно-эстетические основания метода, его влияние на когнитивные и личностные процессы студента-хореографа. Определяются цели и задачи применения кейс-технологии в преподавании дисциплины «Композиция и постановка танца», раскрываются этапы кейс-занятия, его структура, принципы и функции.

Цель статьи: показать возможности кейс-метода как эффективного инструмента развития аналитического, творческого и педагогического мышления студентов-хореографов.

Методология и методы: анализ отечественных и зарубежных научных источников, наблюдение за образовательным процессом, педагогическое моделирование и сравнительный анализ методических подходов в хореографическом образовании.

Основные результаты исследования: определена структура кейс-занятия, выделены функции и педагогические принципы метода; показано, что использование кейс-технологии способствует развитию самостоятельности, коммуникации, профессиональной речи и рефлексивного мышления студентов.

Научная новизна: впервые кейс-метод представлен как системная педагогическая технология преподавания композиции танца, объединяющая художественное и исследовательское мышление. Сформулированы критерии оценки кейс-занятий и описаны механизмы интеграции метода в учебные программы колледжей искусства.

Практическая значимость: результаты исследования могут быть использованы в методической работе педагогов-хореографов, при разработке образовательных программ и формировании индивидуальных траекторий обучения в сфере искусства.

Ключевые слова: кейс-метод, композиция танца, хореографическое образование, когнитивное развитие, творческое мышление, педагогическая рефлексия, художественное образование.

UDC [377.3.016:793.3].091.33-026.12
DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-35-48

Morozova E. N.⁽¹⁾, Vasilenko N. A.⁽²⁾

^(1,2) Moscow City University,
Moscow, Russian Federation

⁽¹⁾ E-mail: morozova1@mgpu.ru
ORCID: 0009-0005-3773-562X

⁽²⁾ E-mail: nvasilenko@mgpu.ru
ORCID: 0009-0006-2878-9340

Using the case method in dance composition creation for secondary professional education students

Abstract. The article reveals the prerequisites for introducing the case method into the system of secondary vocational education in the field of choreography. The evolution of the method from demonstrative-reproductive learning to research-based learning is shown.

The purpose of this article. Demonstration of potential of the case study method as an effective tool for developing analytical, creative, and pedagogical thinking among dance students.

Methodology and methods. The study is based on the analysis of domestic and foreign scientific sources, observation of the educational process, pedagogical modeling, and a comparative analysis of methodological approaches in choreographic education.

The main results of the study. The structure of the case study has been determined, the functions and pedagogical principles of the method have been highlighted, and it has been shown that the use of case technology contributes to the development of students' independence, communication, professional speech, and reflective thinking.

Scientific novelty. For the first time, the case method is presented as a systemic pedagogical technology for teaching dance composition, which combines artistic and research thinking. The criteria for evaluating case studies are formulated, and the mechanisms for integrating the method into the curricula of art colleges are described.

Practical significance. The results of the study can be used in the methodological work of choreographers, in the development of educational programs, and in the formation of individual learning trajectories in the field of art.

Keywords: case method, dance composition, choreographic education, cognitive development, creative thinking, pedagogical reflection, artistic education.

В современной педагогической практике особенно важен акцент на развитии индивидуальных способностей и возможностей каждого студента, потому что сегодня педагогика ориентирована на развитие человека как создателя, способного к самоанализу и культурному осмыслению опыта. Однако проблема мотивации обучающихся стала актуальной буквально с первых дней начала курса и проявилась в невысокой активности обучающихся.

Обучение танцу перестает быть лишь передачей приемов движений и конструкторов: оно становится формой познания мира. Поэтому преподаватель дисциплины «Композиция и постановка танца» сталкивается с необходимостью искать методы, которые стимулируют творческое мышление, а не только развивают технику и принципы постановки танца. Для эффективной профессиональной подготовки хореографов необходимо применять инновационные методы обучения, одним из которых является **кейс-метод**.

В практике учреждений среднего профессионального образования (СПО) долгое время преобладала репродуктивная модель «показ – повторение – коррекция». Она обеспечивает дисциплину и точность исполнения, но не формирует умения анализировать композицию, выстраивать драматургию постановки, понимать смысловые отношения между музыкой, пространством и телом. В таких условиях студент остается исключительно в позиции исполнителя и не проявляет полноценно свои способности к коммуникации или авторскому высказыванию.

Кейс-метод позволяет выстраивать процесс обучения как исследование: студент сталкивается с задачей, требующей аналитического осмысления. Он учится рассуждать через движение, искать связи между формой и содержанием. Для педагога это возможность увидеть, как студент мыслит, а значит, целенаправленно развивать профессиональное мышление каждого обучаемого в группе.

Исторические предпосылки и развитие метода. В начале XX века в Гарвардской школе бизнеса, где преподаватели стремились заменить абстрактные лекции практическим анализом реальных проблем, возник метод конкретных ситуаций. В 1950-х годах идея нашла свое воплощение в сфере инженерного и педагогического образования. В советской педагогике тоже появлялись схожие принципы: создавались методы работы с проблемным обучением, исследовались лабораторные формы практики [14]. В искусстве хореографии же анализ ситуации присутствовал всегда: постановщик решал, как выразить идею средствами движения, как организовать взаимодействие на сцене, выстроить рисунок танца и т. д. Однако только в XXI веке эти процессы начали осмысляться как прогрессивная обучающая технология. Современные исследования показали, что перенос кейс-метода в образовательную программу направлений художественной сферы повышает уровень самостоятельности и осознанности практики у студентов.

Методологические основания. Применение кейс-метода на занятиях по дисциплине «Композиция и постановка танца» в системе СПО обусловлено следующими факторами:

- философско-антропологическими: танец — форма телесного мышления, при которой познание осуществляется в движении. Искусство рассматривается как способ познания мира и человека;
- психолого-педагогическими: теория о зоне ближайшего развития, разработанная Л. С. Выготским, и созданная на ее основе концепция развивающего

обучения Д. Б. Эльконина подчеркивают важность совместного решения задач. Кейс обеспечивает именно такую зону: студент работает в группе, перенимая опыт анализа и обсуждения сообща с другими обучающимися;

– художественно-эстетическими: композиция танца — это система отношений формы и содержания. Решая кейс, студент моделирует эти отношения, разбирает художественные законы не как абстракции, а как результат собственного выбора.

Таким образом, кейс-метод не противоречит устоявшейся структуре обучения, а гармонично вписывается в нее, превращая каждый урок в лабораторию и поиск.

Педагогические принципы кейс-метода: студент — участник, а не наблюдатель; каждая ситуация содержит противоречие, требующее решения, которое вырабатывается через взаимодействие и диалог; анализ не менее важен, чем результат; итог — конкретное действие (этюд, мини-постановка, педагогическое задание).

Особенности дисциплины «Композиция и постановка танца» состоят в том, что она соединяет творческое и педагогическое начала. Как правило, на первом курсе обучения у студентов художественно-педагогических специальностей сначала проявляется интерес к мастерству преподавателя и широте его знаний, а только затем интерес к самому предмету [1]. Студент узнает, как рождается пластический образ, строится драматургия, воплощается в пространстве и времени идея. Сложность обучения заключается в необходимости одновременно развивать технику движений, вкус, воображение и аналитические навыки. Кейс-метод соединяет аналитическую работу с практическим действием, что особенно важно в период профессионального становления студентов-подростков (16–19 лет) [13].

Цель использования данного метода — повышение эффективности обучения композиции танца за счет формирования аналитического, рефлексивного и творческого мышления студентов.

Задачи:

– научить студентов анализировать хореографические явления;
– развить умение самостоятельно вырабатывать решения;
– сформировать коммуникативные навыки коллективной работы;
– развить педагогическую наблюдательность и умение объяснять возникновение и принципы развития художественных и пластических решений.

Чтобы кейс-занятие стало не просто учебным эпизодом, а настоящим пространством поиска и взаимодействия, следует понимать, как оно устроено. При этом важная роль отводится педагогу: он должен руководствоваться определенными принципами, такими как культуросообразность, равенство сторон при взаимодействии, свобода выбора, опора на жизненный опыт обучающегося, признание его права на ошибку [12]. Прежде всего надлежит выбрать тему, подобрать материал: музыку, визуальные референсы, литературу. Затем

сформулировать задачу, например создать танец, передающий атмосферу ожидания без прямых сюжетных средств. Студенты делятся на группы, и каждая из них анализирует задачу, предлагает варианты решений, выбирает одно. После этого обучающиеся создают короткий этюд, фиксируют пластические решения полученного задания, показывают результат. Проходит коллективное обсуждение, студенты задают вопросы, осуществляют самоанализ. Педагог формулирует обобщения, выделяет удачные приемы, рекомендует расширить кейс практикума в следующий раз.

Значение кейс-метода для профессионального и личностного роста обучающихся раскрывают его функции:

- *обучающая* — формирование знаний о структуре композиции;
- *развивающая* — развитие воображения, мышления, внимания;
- *воспитательная* — воспитание уважения к мнению партнера, ответственности за результат;
- *диагностическая* — наблюдение за уровнем понимания материала и степенью самостоятельности.

Кейс можно сочетать с проектным обучением (создание полнометражной постановки), игровыми и тренинговыми технологиями, цифровыми инструментами анализа движения. Например, студент снимает этюд на видео, а затем в группе анализирует композицию, выделяя закономерности построения формы. Интеграция метода с цифровыми средствами позволяет сохранить результаты, создавать портфолио и использовать материал для самооценки [10]. Помимо классических учебных ситуаций, в хореографии можно применять:

- *видеокейсы* — анализ фрагментов постановок;
- *кейс-наблюдения* — работа с поведением учащихся на репетиции;
- *цифровые кейсы* — моделирование движения в графических программах;
- *рефлексивные кейсы* — анализ собственных ошибок в предыдущей работе.

Такая вариативность делает метод универсальным инструментом для всех этапов обучения.

Кейс-метод представляет собой гибкий инструмент, адаптируемый к разным уровням подготовки. Его использование в дисциплине «Композиция и постановка танца» позволяет соединить обучение и творчество, развить профессиональное мышление и укрепить педагогическую компетентность студентов. Переход от теории к практике требует создания образовательной среды, где каждый студент чувствует себя не исполнителем, а исследователем. Для этого преподаватель выстраивает последовательность занятий, где каждое следующее становится логическим продолжением предыдущего. Форма занятий может быть разной, например:

- *мини-кейс* — короткая ситуация (10–15 минут на обсуждение и этюд), используемая на первых этапах обучения;
- *комбинированный кейс* — серия взаимосвязанных ситуаций, объединенных темой (например, контраст и равновесие);

- *комплексный кейс-проект* — полноценная композиция продолжительностью 3–5 минут, создаваемая в группах на протяжении двух недель;
- каждый вариант требует разной глубины анализа и разбора, но во всех случаях сохраняются четыре ключевых компонента: *проблема, обсуждение, действие, рефлексия*.

Содержание кейсов и их цели:

- «Тело и пространство»: студенты исследуют взаимосвязь движения и архитектуры сцены. Цель — понять, как геометрия площадки влияет на динамику композиции.
- «Музыка без ритма»: работа с неравномерной музыкой или шумовыми эффектами. Цель — развитие чувства внутреннего ритма.
- «Пластика характера»: создание движения из словесного образа (например, «хрупкость», «устойчивость», «неуверенность»). Цель — развитие ассоциативного мышления.
- «Социальная тема»: композиция на актуальный вопрос: экология, война, цифровая изоляция. Цель — формирование гражданской позиции и способности говорить со зрителем на современном языке.
- «Педагогическая репетиция»: студенты придумывают задание для младших, проводят мини-урок, анализируют поведение учеников. Цель — освоение методики обучения.

Пример комплексного кейса «Диалог эпох»

Задача: создать композицию, в которой встречаются два времени: классический танец и современный пластический язык.

Ход работы:

1. Группа делится на две команды: «классики» и «современники».
2. Каждая группа разрабатывает фрагмент в своем стиле.
3. Затем команды объединяют материал в единое произведение, ищут точки пересечения.
4. После показа проходит анализ: что помогло сохранить единство, а что создало контраст.

Результат: формирование понимания стиля; умение работать с цитатой, сохраняя смысл и создавая новую структуру для постановки.

Психолого-педагогические наблюдения:

- во время реализации кейсов наблюдаются изменения в поведении и мышлении студентов;
- исчезает страх ошибки — любая ошибка становится объектом анализа;
- возникает взаимопомощь — участники начинают поддерживать друг друга в поиске решения;
- меняется отношение к критикующему слову: комментарии воспринимаются не как оценка, а как совместное рассуждение;

– у подростков формируется здоровая самооценка, уверенность в себе и готовность брать ответственность за результат.

Для оценки эффективности метода уместно провести диагностику его влияния на группу учащихся. При этом важно выделить несколько направлений:

- анкетирование (оценка мотивации, интереса и эмоционального фона);
- наблюдение за поведением на занятии (инициативность, вовлеченность);
- анализ творческих работ (количество вариантов решений, глубина замысла).

Рефлексия — сердцевина кейс-метода. Она включает в себя не только оценку результата, но и осмысление пути к нему. Использование рефлексивных методов обучения оправдано уже тем, что они дают простор для творчества и самореализации преподавателю и студенту. После каждого кейса студенты отвечают на вопросы: «Что удалось? Почему? Какие решения оказались неэффективными? Что я понял о себе в этом процессе?» Такие обсуждения превращают творческий опыт в педагогический капитал [8].

Преподаватель фиксирует ключевые наблюдения, которые позже включаются в индивидуальные карты развития, так как источником методологических знаний для педагога являются философские, общенаучные, междисциплинарные, собственно педагогические идеи, положения, подходы, принципы, а также результаты рефлексии [9]. Система формального и неформального образования постоянно наращивает технологический потенциал. Начинающие педагоги часто допускают четыре ошибки при работе с кейсами: слишком жестко ограничивают тему, не оставляя простора для поиска; оценивают только финальный результат, игнорируя процесс; не вводят этап обсуждения, а именно он дает главный эффект; смешивают кейс и проект: кейс предполагает не создание большого продукта, а поиск решения в рамках конкретной ситуации. Устранение этих ошибок значительно повышает качество обучения и внедрения метода. Это делает процесс профессионального самоопределения обучающихся в современных условиях одним из самых актуальных и сложных вопросов в педагогической науке и практике [4]. Кейс-метод естественным образом развивает коммуникацию среди обучающихся. Во время обсуждения студенты учатся аргументировать, слушать, задавать вопросы. Это важно для будущего педагога, ведь в профессиональной деятельности он должен уметь не только показывать движения, но и объяснять. Постепенно формируется язык композиции — набор терминов и метафор, позволяющих говорить о приемах и постановке в целом. Таким образом, метод способствует развитию профессиональной речи и культуры педагогического общения.

Преподаватель в этой системе становится модератором. Он не передает готовое знание, а создает условия для самостоятельного открытия. Его функции: организация пространства поиска, постановка проблемных вопросов, поддержание эмоционального фона, фиксирование и обобщение опыта. Такой подход повышает авторитет преподавателя не через власть, а через партнерство. Кейс строится на диалоге, поэтому важно создавать атмосферу уважения. В обсуждениях

запрещены оценочные ярлыки и сарказм. Преподаватель учит студентов формулировать критику в форме вопроса или предложения. Эта практика приучает к педагогической этике и способствует формированию эмпатии — необходимого качества для работы с детьми и коллегами. Исследования в области нейропедагогики показывают, что в момент поиска решения активизируются зоны мозга, ответственные за планирование и воображение. Танцевальная импровизация в рамках кейса создает мощный когнитивный эффект: движение становится физическим эквивалентом мышления. Импровизация дает обучающемуся чувство свободы в оперировании танцевальной лексикой, способствует развитию пластического мышления [5]. Таким образом, работа над кейсом развивает не только пластические, но и интеллектуальные способности студентов.

Этапы формирования профессиональной рефлексии заключаются в следующем: студент учится смотреть на движение со стороны; он называет свои действия, переводит опыт в слово; выделяет закономерности и ошибки; формулирует принципы, которые можно применить в других работах; ставит новые цели и задачи. Эта логика делает обучение осмысленным и самонаправленным.

После проведения кейса «Минимум средств — максимум смысла» студентам предлагается заполнить мини-дневник и ответить на вопросы: «Что оказалось самым сложным? Какое открытие вы сделали? Как это влияет на ваше понимание композиции?» Их ответы свидетельствуют о том, что обучаемые начинают говорить о движении как о средстве мышления, а не только как о способе выражения. Это главный результат применения кейса.

Педагоги отмечают, что кейсы способствуют не только росту профессионального уровня, но и улучшению психологического климата в группе. Профессиональное самоопределение, предполагающее формирование обучающимися своего отношения к профессиональной деятельности, является длительным процессом согласования личностных и социально-профессиональных потребностей. В творческом контексте у студентов возрастает осознанность при создании композиций; они чаще используют метафоры и ассоциации. Кроме того, улучшается качество взаимодействия в группе. Позитивный рост наблюдается не только у наиболее мотивированных студентов, но и у тех, кто ранее занимал пассивную позицию. Кейс-метод вовлекает их в коллективный поиск и дает ощущение успеха, основанного на собственных решениях. Особенно заметным оказывается развитие профессиональной речи: студенческий словарь расширяется за счет терминов, связанных с пространством, динамикой, ритмом, контрастом. Используются профессиональные понятия для описания совершаемых действий, что свидетельствует о формировании педагогического мышления у обучаемых.

Эмоциональное вовлечение служит важнейшим фактором успешного применения кейса. Важно не только анализировать задачу, но и проживать ее

телесно. При совместном поиске пластического решения включается механизм телесной эмпатии: движение одного вызывает ответное движение другого.

Эти процессы описаны в работах нейропсихологов как активация зеркальных нейронов. Таким образом, кейс-метод стимулирует не только рациональное, но и эмоциональное познание, укрепляя связь между телом, мышлением и чувствами.

Для будущего педагога-хореографа важно не только владеть техникой, но и осознавать себя носителем культуры и коммуникатором. Средства и способы работы, применяемые в искусстве, дизайне, шоу-бизнесе, моде, молодежной субкультуре, праздничной культуре, курортном и ресторанном деле — все это фундамент, познавательный процесс отдельно взятой личности, определяющий уровень интеллектуального и духовного развития общества [6]. Работа с кейсами помогает примерить педагогическую роль: Студент учится объяснять замысел. В нем должно содержаться образно-эмоциональное ядро, которое в процессе художественного обобщения станет основой содержания и формы хореографического произведения [3]. Он учится аргументировать выбор движений, оценивать поведение участников группы. Постепенно возникает чувство ответственности за процесс обучения. Он начинает рассматривать композицию не только как средство самовыражения, но и как инструмент воспитания у зрителя определенного мировоззрения.

Опыт показывает, что кейс-метод способствует интеграции различных дисциплин. Например, при решении кейса «Музыка без ритма» мы обращаемся к музыкальной грамоте; в кейсе «Социальный танец» — к социологии и психологии; в кейсе «Диалог эпох» — к истории искусства. Так формируется междисциплинарная модель обучения, где знания приобретаются в результате активной и творческой работы: самостоятельного осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с разных точек зрения [7].

Кейс-метод позволяет учитывать различия между студентами. Одни сильнее в аналитике, другие — в импровизации. Педагог, наблюдая за группой, видит эти различия и корректирует нагрузку. Так формируется индивидуальная образовательная траектория, позволяющая каждому двигаться в своем темпе, но в общем творческом контексте. Одним из косвенных, но значимых эффектов становится улучшение атмосферы в группе. Совместные обсуждения и рефлексия способствуют взаимному уважению. Исчезают конфликтные роли лидера и подчиненного: каждый член группы получает возможность быть услышанным. Студенты отмечают, что занятия становятся живыми и честными. Этот эмоциональный комфорт повышает общую эффективность обучения и снижает уровень тревожности перед публичными показами. Для устойчивого результата кейс-метод следует внедрять не эпизодически, а регулярно, встраивая в структуру учебного плана. Оптимально использовать его при изучении разделов «Драматургия танца», «Импровизация», «Работа с музыкой» на промежуточных аттестациях в форме анализа кейсов; в педагогической практике,

где обучаемые разрабатывают кейсы для младших групп. Так создается система преемственности: сначала студент осваивает метод как обучающийся, а затем как педагог. Наиболее эффективным становится изучение качества профессионального образования педагогов посредством анализа эффективности их преподавательского труда с учащимися хореографических образовательных организаций [3].

Оценка в кейс-методе должна учитывать не только художественный уровень, но и процесс поиска. Рекомендуются следующие критерии: полнота анализа ситуации; обоснованность выбора средств; креативность и оригинальность; командное взаимодействие; рефлексивная глубина и качество художественного воплощения. Каждый пункт желательно оценивать по пятибалльной шкале. Итоговая отметка складывается из среднего балла. Такая система прозрачна и мотивирует студентов к самосовершенствованию. Основная трудность при внедрении кейс-метода в колледжах — ограниченное время и высокая учебная нагрузка. Преподавателю сложно выделить 1,5–2 часа на обсуждение и рефлекссию. Решением становится модульная форма: кейс разбивается на части, каждая из которых прорабатывается в отдельном уроке. Еще одна проблема — нехватка методических разработок. Выход — создание совместных авторских сборников кейсов, которые можно тиражировать между учреждениями.

В эпоху цифрового образования метод приобретает новые возможности:

- *Онлайн-кейс*: студенты получают задание и материалы через образовательную платформу, обсуждают решения в форуме, выкладывают видео своих этюдов.
- *VR-кейс*: мир, созданный техническими средствами, взаимодействующий с человеком через его органы чувств [11].
- *Аналитический кейс*: применение программ захвата движения (Motion Capture) для анализа пластики.

Такие формы делают обучение интерактивным и соответствующим современным стандартам креативных индустрий. В настоящее время подобный опыт наблюдается в ряде зарубежных стран.

Кейс-метод несет в себе воспитательную функцию. Через обсуждение социально значимых тем (экология, милосердие, память о войне, идентичность) обучаемые осмысливают собственное место в обществе. Хореография становится языком гражданского высказывания. Педагоги часто отмечают, что работы их подопечных становятся глубже по содержанию: появляется метафора, символ, эмоциональная и сценическая правда.

Кейс-метод стимулирует исследовательский интерес. В век масштабного развития образовательных информационно-коммуникативных технологий умение самостоятельно выбирать способ решения поставленных задач является актуальным и необходимым для обучающихся [2]. Студенты начинают собирать материал, сравнивать версии решений, анализировать постановки известных хореографов. Возникают также и мини-исследования, которые можно представлять на студенческих конференциях. Таким образом, формируется культура научного поиска.

Практические рекомендации для преподавателей: планировать кейсы заранее, привязывая их к календарно-тематическому плану; начинать с малых форм и постепенно усложнять; разрабатывать систему рефлексии: устную, письменную, визуальную; поощрять эксперимент, но направлять внимание на осознанность; поддерживать баланс между свободой и структурой; использовать результаты кейсов для подготовки к итоговым экзаменам и проектам.

При чрезмерном увлечении кейсом может возникнуть опасность подмены искусства дискуссией. Поэтому важно сохранять художественную составляющую: обсуждение должно завершаться действием. Другой риск — утрата индивидуального стиля педагога. Кейс-метод гибок и не требует отказа от авторских приемов; напротив, он расширяет палитру методов преподавателя.

Кейс-метод повышает мотивацию и увлеченность студентов, развивает аналитическое и творческое мышление; способствует формированию профессиональной идентичности; улучшает качество коммуникации в группе; укрепляет эмоциональное здоровье обучающихся. Все перечисленные эффекты формируют основу компетенций, определенных в Федеральном государственном образовательном стандарте среднего профессионального образования по специальности 51.02.01 «Народное художественное творчество (по виду хореографическое творчество)»⁴.

Рассмотрение кейс-метода как формы обучения композиции танца расширяет педагогическую теорию искусства. Метод доказывает, что художественное мышление поддается формированию через специально организованные ситуации, а не только через спонтанное вдохновение. Таким образом, педагогика искусства получает научно обоснованный инструмент развития креативности.

Перспективы дальнейших исследований: разработка типологии кейсов для разных возрастных групп; создание методики количественной оценки креативности; интеграция кейс-метода в программы бакалавриата и магистратуры; сравнительное исследование эффективности метода в различных видах искусства. Такие исследования помогут сформировать единую систему художественно-педагогического образования, в которой танец занимает равноправное место рядом с музыкой и театром.

Проведенное исследование позволило сделать вывод о том, что кейс-метод при постановке композиции танца становится мощным инструментом формирования личности педагога-творца. Он объединяет практику, исследование и рефлекссию, развивает у студентов способность мыслить пластически и педагогически одновременно:

- главный результат — изменение роли студента: из исполнителя он превращается в автора и исследователя;
- главный эффект для педагога — возможность наблюдать развитие мышления, а не только техники;
- главная перспектива — создание образовательной культуры, в которой каждый танец — это вопрос, а каждое движение — ответ.

⁴ URL: <https://base.garant.ru/70810614/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/>

Список источников

1. Актуальные проблемы и перспективы развития художественно-педагогического и профессионально-художественного образования в отечественной и зарубежной теории и практике: сб. науч. тр. / под ред. В. А. Шишкиной, О. Б. Павленкович. Хабаровск: Изд-во Тихоокеанск. гос. ун-та, 2020. Вып. 3. 160 с.
2. Бубенцова Ю. А., Чозгиян О. П. Особенности организации и ведения проектной деятельности студентов на уровне СПО: учеб.-метод. пособие. М.: МГПУ, 2025. 42 с.
3. Буланкина М. К. Современные технологии совершенствования профессионального мастерства педагога в системе хореографического образования: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Буланкина Марина Константиновна. М.: [б. и.], 2016. 24 с. URL: https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_006652859/ (дата обращения: 11.03.2026).
4. Гоголева И. И. Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывного педагогического образования // Молодой ученый. 2020. URL: <https://moluch.ru/th/4/archive/181/5697> (дата обращения: 11.03.2026).
5. Давыдов В. П. Базовые принципы и методические подходы к обучению хореографической композиции в процессе подготовки хореографов в вузах культуры и искусства // Вестник КемГУКИ. 2018. № 42. С. 66–74.
6. Карпинская Е. В., Матвеева И. Ю. Возможности использования информационно-коммуникационных технологий в активизации читательской деятельности пользователей библиотек // Libri Magistri. 2018. Вып. 5. С. 130–136. URL: https://lm.magtu.ru/attachments/article/22/Libri_Magistri_2018_5.pdf (дата обращения: 04.03.2026).
7. Колесникова И. А., Горчакова-Сибирская М. П. Педагогическое проектирование: учеб. пособие для высш. учеб. заведений / под ред. И. А. Колесниковой. М.: Академия, 2005. 288 с. URL: <https://docs.google.com/document/d/1YC3UiBff515W-wI-0k5Z0RWCezvPRrsJx5JJlyJVH7yQ/mobilebasic> (дата обращения: 11.03.2026).
8. Малыгина Е. А. Рефлексивный механизм развития творческих способностей студентов при обучении. 2019. URL: <https://infourok.ru/statya-na-temu-refleksivniy-meh-anizm-razvitiya-tvorcheskih-sposobnostey-studentov-pri-obuchenii-ekonomikoy-2768160.html> (дата обращения: 17.11.2025).
9. Мальцева С. М., Ваганова О. И., Алешугина Е. А. Интегративно-модульный подход к разработке содержания профессионального образования // Педагогика. С. 172–174. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/integrativno-modulnyy-podhod-k-razrabotke-soderzhaniya-professionalnogo-obrazovaniya/viewer> (дата обращения: 04.03.2026).
10. Савинова Е. Н. Антропологический подход в современном образовании // Современное образование: актуальные вопросы и инновации. 2023. № 2 (17). С. 60–64.
11. Технологии виртуальной и дополненной реальности в образовательном процессе / И. И. Полевода [и др.]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologii-virtualnoy-i-dopolnennoy-realnosti-v-obrazovatelnom-protsesse/viewer> (дата обращения: 11.03.2026).
12. Тренина Е. Е. (2015). Использование интерактивных педагогических технологий на занятиях хореографией. URL: https://дворецнадоватора74.pф/wp-content/uploads/2015/04/Trenina-E.E.-CHelyabinsk_stat-ya.pdf (дата обращения: 11.03.2026).

13. Шведова Л. Е. Кейс-метод как современная технология обучения специальных дисциплин. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/keys-metod-kak-sovremennaya-tehnologiya-obucheniya-spetsialnyh-distiplin> (дата обращения: 11.03.2026).

14. Юрьева М. Н. Основы хореографической композиции: учеб. пособие. Тамбов: Тамбовск. гос. ун-т им. Г. Р. Державина, 2023. 170 с. URL: <https://e.lanbook.com/book/451733?category=2611> (дата обращения: 11.03.2026).

References

1. *Actual problems and prospects of the development of artistic and pedagogical education and professional artistic education in domestic and foreign theory and practice.* (2020). Collection of scientific papers. V. A. Shishkina, O. B. Pavlenkovich (Eds.). Issue 3. Izdatel'stvo Tixookeanskogo gosudarstvennogo universiteta. (In Russ.).

2. Bubentsova, Yu. A., & Chozgiyan, O. P. (2025). *Features of the organization and conducting of students' project activities at the level of secondary vocational education.* Educational and methodological manual. Moscow City University. (In Russ.).

3. Bulankina, M. K. (2016). *Modern technologies for improving the professional skills of teachers in the Choreographic education system.* Abstract of the Dissertation for the PhD (Pedagogy): 13.00.08. [W. p.]. (In Russ.). Retrieved from https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_006652859/

4. Gogoleva, I. I. (2020). Model of psychological and pedagogical support for students' professional self-determination in the context of continuous pedagogical education. *Young Scientist.* (In Russ.). Retrieved from <https://moluch.ru/th/4/archive/181/5697>

5. Davydov, V. P. (2018). Basic principles and methodological approaches to teaching choreographic composition in the process of training choreographers. *Vestnik KemGUKI*, 42, 66–74. (In Russ.).

6. Karpinskaya, E. V., & Matveeva, I. Yu. (2018). Opportunities for using information and communication technologies to enhance the reading activities of library users. *Libri Magistri*, 5, 130–136. (In Russ.). Retrieved from https://lm.magtu.ru/attachments/article/22/Libri_Magistri_2018_5.pdf

7. Kolesnikova, I. A., & Gorchakova-Sibirskaya, M. P. (2005). *Pedagogical design.* Textbook for higher education. Akademiya. (In Russ.). Retrieved from <https://docs.google.com/document/d/1YC3UiBff515WwI-0k5Z0RWCezvPRrsJx5JJlyJVH7yQ/mobilebasic>

8. Malygina, E. A. (2019). *Reflexive mechanism of developing students' creative abilities in education.* (In Russ.). Retrieved from <https://infourok.ru/statya-na-temu-refleksivnyy-mehanizm-razvitiya-tvorcheskih-sposobnostey-studentov-pri-obuchanii-ekonomikoy-2768160.html>

9. Maltseva, S. M., Vaganova, O. I., & Aleshugina, E. A. (2022). Integrative and modular approach to developing the content of vocational education. *Pedagogika*, 172–174. (In Russ.). Retrieved from <https://cyberleninka.ru/article/n/integrativno-modulnyy-podhod-k-razrabotke-soderzhaniya-professionalnogo-obrazovaniya/viewer>

10. Savinova, E. N. (2023). Anthropological approach in modern education. *Sovremennoe obrazovanie: aktual'ny'e voprosy i innovacii*, 2(17), 60–64. (In Russ.).

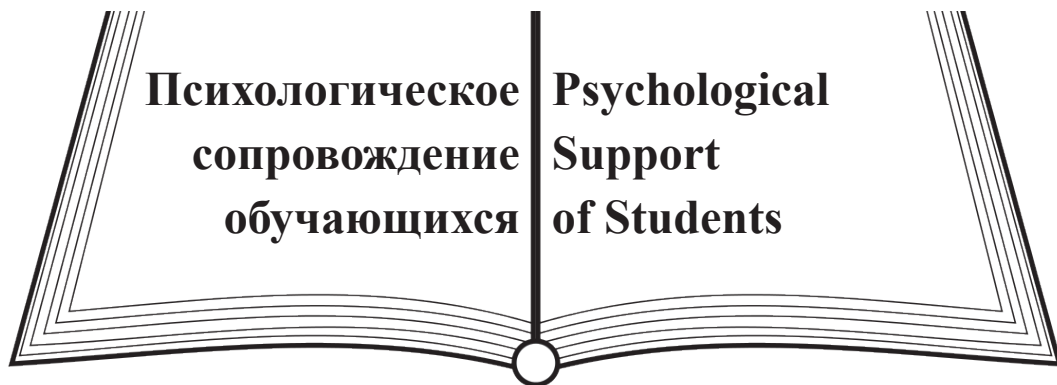
11. Polevoda, I. I., Ivanitsky, A. G., Mikanovich, A. S., Pastukhov, S. M., Grachulin, A. V., Ryabtsev, V. N., Navrotsky, O. D., Likhomanov, A. O., Vinyarsky, G. V., & Gusarov, I. S. (2022). *Virtual and augmented reality technologies in the educational process.*

(In Russ.). Retrieved from <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologii-virtualnoy-i-dopolnennoy-realnosti-v-obrazovatelnom-protseesse/viewer>

12. Trenina, E. E. (2015). *The use of interactive pedagogical technologies in Choreography classes*. (In Russ.). Retrieved from https://дворецнадоватора74.рф/wp-content/uploads/2015/04/Trenina-E.E.-CHelyabinsk_stat-ya.pdf

13. Shvedova, L. E. (2020). *Case method as a modern technology for teaching special disciplines*. (In Russ.). Retrieved from <https://cyberleninka.ru/article/n/keys-metod-kak-sovremennaya-tehnologiya-obucheniya-spetsialnyh-distiplin>

14. Yurieva, M. N. (2023). *Fundamentals of choreographic composition*. Textbook stipend. Tambov's State University named after G. R. Derzhavin. (In Russ.). Retrieved from <https://e.lanbook.com/book/451733?category=2611>



УДК 613.96

DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-49-57

Ю. А. Бубенцова⁽¹⁾, П. И. Каштанов⁽²⁾, М. С. Орлова⁽³⁾

^(1, 2, 3) Московский городской педагогический университет,
Москва, Российская Федерация

⁽¹⁾ E-mail: bubencovaua@mgpu.ru
ORCID: 0000-0001-6867-857X

⁽²⁾ E-mail: kashtanovpi997@mgpu.ru

⁽³⁾ E-mail: cherepanovams@mgpu.ru

Особенности ведения здорового образа жизни студентами в возрасте 19–21 года

Аннотация. В статье рассматриваются особенности соблюдения принципов здорового образа жизни (ЗОЖ) студентами среднего профессионального образования (СПО) и высшего образования (ВО) в возрасте от 19 до 21 года. Исследование основано на результатах анкетирования студентов Московского городского педагогического университета уровней СПО и ВО. Сделаны выводы о наиболее распространенных привычках, барьерах на пути к ЗОЖ, а также об уровне использования цифровых ресурсов для ведения ЗОЖ.

Цель исследования — выявление и анализ степени соблюдения принципов ЗОЖ студентами в возрасте 19–21 года, а также оценка уровня их осведомленности, роли цифровых технологий и медиа в формировании здоровых привычек.

Методология и методы: анализ научной литературы и анкетный опрос студентов в возрасте 19–21 года ($n = 50$). Используются количественные и качественные методы анализа данных.

Основные результаты исследования: установлено, что большинство студентов декларируют приверженность ЗОЖ, однако фактически соблюдают его принципы непоследовательно. Наиболее проблемными аспектами являются режим сна и питание, в то время как уровень физической активности остается относительно высоким.

Отмечается умеренное влияние социальных сетей и цифровых технологий на формирование отношения к ЗОЖ.

Научная новизна: получены актуальные эмпирические данные о поведенческих аспектах ЗОЖ студентов 19–21 года, и выявлена роль цифровых технологий и медиа в формировании установок на здоровье.

Практическая значимость: результаты исследования могут быть использованы ответственными за воспитательную деятельность, преподавателями физической культуры при разработке и реализации программ по формированию ЗОЖ в образовательных организациях, а также в профилактической работе со студенческой молодежью.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, студенты в возрасте от 19 до 21 года, профилактика заболеваний, физическая активность, сбалансированное питание, психоэмоциональное равновесие.

UDC 613.96

DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-49-57

Yu. A. Bubentsova⁽¹⁾, P. I. Kashtanov⁽²⁾, M. S. Orlova⁽³⁾

^(1, 2, 3) Moscow City University,
Moscow, Russian Federation

⁽¹⁾ E-mail: bubencovaua@mgpu.ru
ORCID: 0000-0001-6867-857X

⁽²⁾ E-mail: kashtanovpi997@mgpu.ru

⁽³⁾ E-mail: cherepanovams@mgpu.ru

Features of a healthy lifestyle among students aged 19–21 years old

Abstract. The article examines the features of adhering to the principles of a healthy lifestyle by students aged 19 to 21. The study is based on the results of a questionnaire survey of students of the Moscow City Pedagogical University. The article draws conclusions about the most common habits, barriers to a healthy lifestyle, and the level of use of digital resources for maintaining a healthy lifestyle.

Purpose. Is to identify and analyze the level of adherence to healthy lifestyle principles among students aged 19–21, as well as to assess their awareness of healthy lifestyle practices and the influence of digital technologies and media on health-related behavior.

Methodology and methods. The study is based on an analysis of scientific literature and the results of a questionnaire survey conducted among students aged 19–21 ($n = 50$) from various colleges and universities. Quantitative and qualitative methods of data analysis were applied.

Main results. The findings indicate that although most students consider themselves to follow a healthy lifestyle, their actual adherence to its principles is inconsistent. Physical activity levels are relatively satisfactory, while sleep patterns and nutrition remain the most problematic areas. Social media and digital technologies exert a moderate influence on students' attitudes toward a healthy lifestyle.

Scientific novelty. The study provides up-to-date empirical data on health-related behavior of students aged 19–21 and reveals the role of digital technologies and media in shaping attitudes toward healthy lifestyle practices.

Practical significance. The results can be used in the development and implementation of health promotion and preventive programs in educational institutions, as well as in organizing targeted activities aimed at improving students' lifestyle habits.

Keywords: healthy lifestyle, students aged 19 to 21, disease prevention, physical activity, balanced nutrition, psycho-emotional balance.

Проблема ведения здорового образа жизни (ЗОЖ) особенно актуальна среди студентов, находящихся в условиях высокой учебной нагрузки, стрессов и ограниченных временных ресурсов [1]. Период 19–21 года является ключевым в формировании устойчивых привычек и стиля жизни, что делает анализ соблюдения ЗОЖ в этом возрасте важным для понимания будущих рисков и профилактики заболеваний [3]. Международные исследования показывают, что более 80 % студентов в университетах и колледжах не соблюдают рекомендаций по физической активности и рациональному питанию.

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, до 60 % заболеваний современного человека связаны с образом жизни. Молодежь часто недооценивает значение регулярной физической активности, сбалансированного питания и психоэмоционального равновесия. Несмотря на широкую доступность информации о ЗОЖ, уровень практического соблюдения его принципов остается низким [2]. Анализ привычек студентов позволяет выявить реальные барьеры и ресурсы для продвижения ЗОЖ в молодежной среде [1, 4]. Исследования, проведенные в университетах Ливана и Саудовской Аравии, подтверждают, что основными проблемами студентов являются несбалансированное питание, недостаток сна и физической активности [5–7].

Цель исследования — выявить и проанализировать степень соблюдения принципов ЗОЖ студентами в возрасте 19–21 лет. Кроме того, немалый интерес представляет уровень их осведомленности о принципах ЗОЖ, а также роль современных технологий и медиа в их соблюдении.

Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы: анализ литературных источников по теме физической культуры и ЗОЖ, анкетирование студентов в возрасте 19–21 лет, количественный и качественный анализ полученных данных.

Анкета включала в себя 19 вопросов закрытого и полуоткрытого типа, сгруппированных по тематическим блокам: питание, сон, физическая активность, вредные привычки, стресс, использование цифровых технологий, восприятие ЗОЖ и барьеры его соблюдения. Опрос проводился в анонимной форме среди студентов в возрасте 19–21 года. В исследовании приняли участие 50 студентов уровней среднего профессионального образования (СПО) и высшего образования (ВО) Московского городского педагогического университета.

Анализ анкет показал, что большинство студентов (58 %) считает, что придерживается принципов ЗОЖ (рис. 1). Однако стоит отметить, что в основном такие респонденты указывали на высокий уровень физической активности и отказ от курения, в то время как остальные показатели у них не всегда соответствуют принципам ЗОЖ.



Рис. 1. Статистика ответов на вопрос:
«Вы считаете, что ведете здоровый образ жизни?»

Физическая активность. Около 60 % респондентов занимаются ею больше двух-трех раз в неделю, чаще всего выбирая прогулки и фитнес (рис. 2). Не менее 40 % студентов вовсе не используют гаджеты и приложения для контроля физической активности, а из тех, кто использует, большинство отслеживают шаги и сон.



Рис. 2. Статистика ответов на вопрос:
«Сколько раз в неделю Вы занимаетесь физической активностью?»

Питание. Здесь наблюдаются проблемы: 24 % студентов часто предпочитают фастфуд, еще 26 % питаются нерегулярно (рис. 3). При этом многие считают свой рацион скорее правильным, но не применяют приложения



Рис. 3. Статистика ответов на вопрос: «Как бы Вы охарактеризовали свой рацион?»

для контроля калорий и белков, жиров, углеводов; полностью отслеживают соотношение питательных веществ только 14 %.

Режим сна. Около 48 % студентов спят 5–6 часов в сутки или меньше, что ниже рекомендуемой нормы (рис. 4).



Рис. 4. Статистика ответов на вопрос: «Сколько часов в среднем Вы спите в сутки?»

Вредные привычки. Примерно треть респондентов курят регулярно (в том числе вейпы), около 60 % употребляют алкоголь по праздникам, регулярно — 18 % (см. рис. 5–6).

Также было выявлено, что 72 % опрошенных студентов испытывают стресс несколько раз в неделю или чаще. Наиболее распространенными ответами на вопрос: «Какие способы избавления от стресса Вы используете?» — стали:

- просмотр фильмов, сериалов, видео или компьютерные игры — 54 %;
- сон — 52 %;
- общение с друзьями/родственниками — 44 %;



Рис. 5. Статистика ответов на вопрос: «Курите/парите ли Вы?»

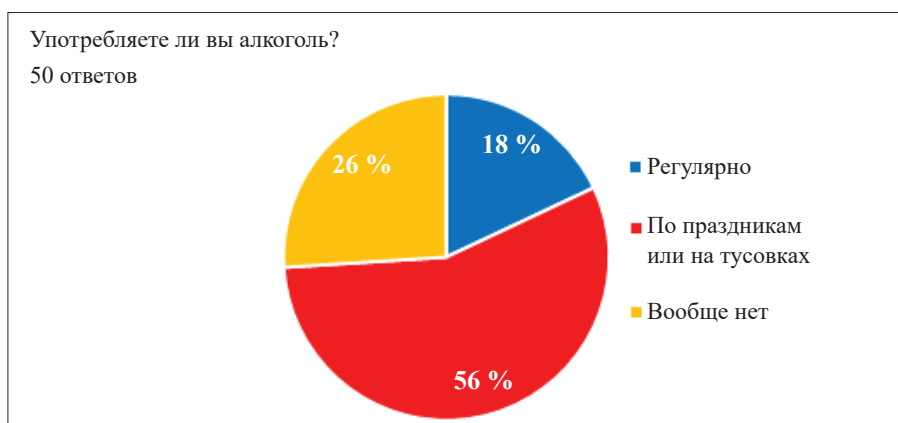


Рис. 6. Статистика ответов на вопрос: «Употребляете ли Вы алкоголь?»

- употребление еды, в том числе сладкого — 34 %;
- никотин, алкоголь — 22 %;
- спорт — 22 %;
- медитация — 10 %.

Лишь немногие практикуют спорт или медитацию как способ снятия стресса (рис. 7).

Социальные сети и инфлюенсеры оказывают умеренное влияние: 48 % респондентов отмечают, что такие источники частично или сильно воздействуют на их отношение к ЗОЖ, но в целом решающее значение и мотивацию имеют личный опыт и советы друзей (рис. 8). Причем действие технологий довольно последовательно: более половины респондентов, использующих гаджеты, также склонны доверять медиа и смотрят больше контента на тему здоровья.

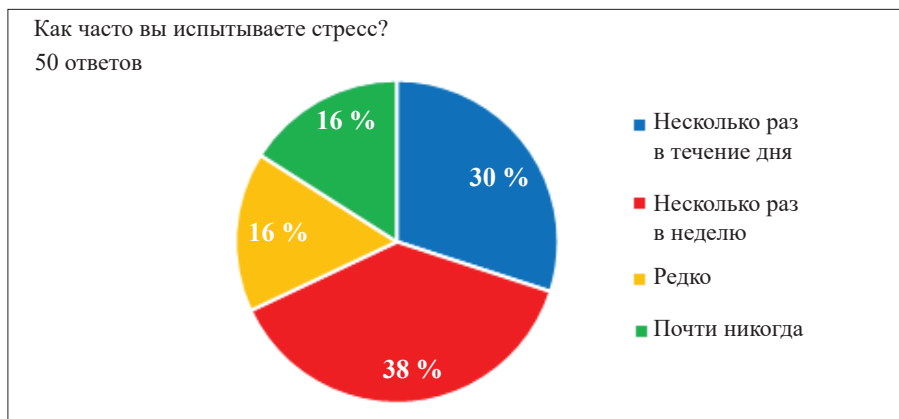


Рис. 7. Статистика ответов на вопрос: «Как часто Вы испытываете стресс?»

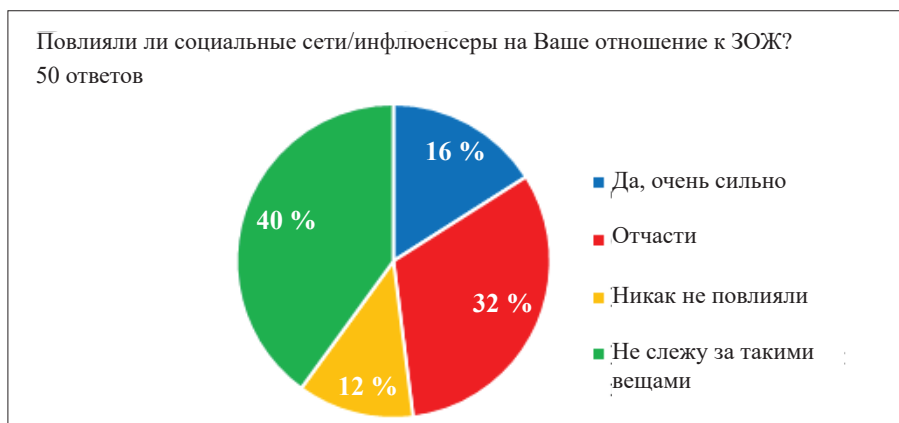


Рис. 8. Статистика ответов на вопрос: «Повлияли ли социальные сети/инфлюенсеры на Ваше отношение к ЗОЖ?»

Большинство студентов имеют негативную (12 %) или позитивную (48 %) мотивацию для соблюдения ЗОЖ, потому что такой образ жизни влияет на их самооценку и психическую стабильность (см. рис. 9).

Интересно, что среди девушек уровень мотивации и стремления к ЗОЖ выше примерно в два раза: 42 % девушек отметили, что хотели бы изменить образ жизни, тогда как среди юношей приверженцев таких взглядов — 20 %. Однако фактическое соблюдение режима (сон, питание, занятия спортом) у обеих групп примерно на одном уровне. Положительное влияние ЗОЖ на самооценку у обоих полов схоже: 54 % у мужчин, 65 % у женщин.

Полученные в результате исследования данные о поведенческих аспектах ЗОЖ студентов 19–21 года можно сформулировать в следующих выводах:

1. Студенты в возрасте 19–21 года осознают важность ЗОЖ, но соблюдают его принципы непоследовательно.

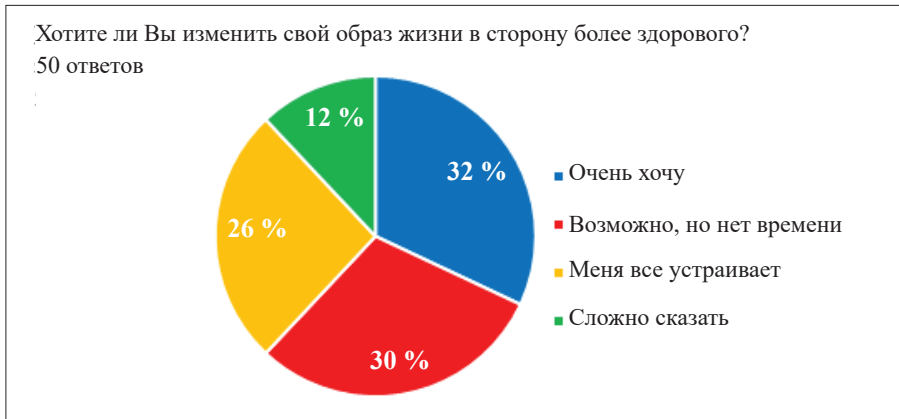


Рис. 9. Статистика ответов на вопрос: «Хотите ли Вы изменить свой образ жизни в сторону более здорового?»

2. Основные барьеры соблюдения основ ЗОЖ: нехватка времени, отсутствие четкого режима и дисциплины, слабая мотивация.

3. Питание остается самой уязвимой областью: недостаточный контроль рациона, частое потребление фастфуда.

4. Использование цифровых средств (фитнес-приложений и гаджетов) распространено на среднем уровне.

5. Роль современных медиа в освещении ЗОЖ довольно умеренна, но они не оказывают существенного влияния на мотивацию студентов.

6. Только 12 % опрошенных комплексно соблюдают основы ЗОЖ (правильное питание, режим сна и отдыха, поддержание уровня физической активности, гигиена, отсутствие вредных привычек), остальные опрошенные придерживаются правил ЗОЖ лишь частично.

Проведенное исследование подтверждает актуальность комплексного подхода к формированию культуры ЗОЖ в студенческой среде. Необходима системная поддержка ЗОЖ со стороны образовательных учреждений, а также популяризация здоровых привычек через доступные каналы коммуникации. Результаты исследования могут быть использованы ответственными за воспитательную деятельность, преподавателями физической культуры при разработке и реализации программ по формированию ЗОЖ в образовательных организациях, а также в профилактической работе со студенческой молодежью.

Список источников

1. Бубенцова Ю. А., Надха А. М. Здоровый образ жизни студента: гиподинамия и пути ее преодоления // Шаг в науку: сб. ст. по материалам V Науч.-практ. конф. молодых ученых (III Всерос.), Москва, 17 декабря 2021 г. М.: ХАСК, 2022. С. 336–340. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47590218> (дата обращения: 11.03.2026).

2. Лукина А. Р. Возможности повышения двигательной активности студентов педагогического профиля обучения в рамках вуза // #ScienceJuice2021: сб. ст. и тезисов, Москва, 22–26 ноября 2021 г. / сост.: Е. В. Страмнова, С. А. Лепешкин. Т. 3. М.:

Парадигма, 2021. С. 325–330. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48191826> (дата обращения: 11.03.2026).

3. Приобщение к здоровому образу жизни через совершенствование подходов к физическому воспитанию студентов / Ю. А. Бубенцова [и др.] // Большая конференция МГПУ: сб. тезисов конф. МГПУ, Москва, 28–30 июня 2023 г.: в 3 т. Т. 2. М.: Парадигма, 2023. С. 291–294. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54328289> (дата обращения: 11.03.2026).

4. Филатова А. А., Цой Д. А. Средства повышения двигательной активности студентов педагогического вуза // Шаг в науку: сб. ст. по материалам V науч.-практ. конф. молодых ученых (III Всерос.), Москва, 17 декабря 2021 г. М.: ХАСК, 2022. С. 314–317.

5. Eating habits and obesity among Lebanese university students / N. Yahia [et al.] // *Nutrition Journal*. 2008. Vol. 7. Article 32.

6. Effectiveness of interventions targeting physical activity, nutrition and healthy weight for university and college students: a systematic review and meta-analysis / R. C. Plotnikoff [et al.] // *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2015. Vol. 12. Article 45.

7. Khalid M. Almutairi Health promoting lifestyle of university students in Saudi Arabia: a cross-sectional assessment // *BMC Public Health*. 2018. Vol. 18. Article 1093.

References

1. Bubentsova, Y. A., & Nadha, A. M. (2022). Healthy lifestyle of a student: hypodynamia and ways to overcome it. *Step into science* (p. 336–340). Collection of articles based on the materials of the V scientific and practical conference of young scientists (III All-Russian Conference), Moscow, December 17, 2021. HASK. (In Russ.). Retrieved from <https://elibrary.ru/item.asp?id=47590218>

2. Lukina, A. R. (2021). Opportunities for increasing the physical activity of students in the pedagogical field of study within the university. *#ScienceJuice2021*, 3, 325–330. Collection of articles and abstracts, Moscow, November 22–26, 2021. E. V. Stramnova, S. A. Lepeshkin (Sost.). Paradigma. (In Russ.). Retrieved from <https://elibrary.ru/item.asp?id=48191826>

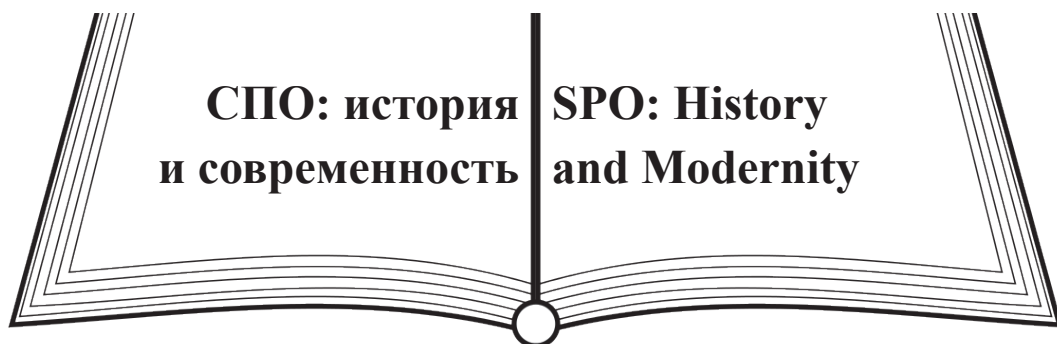
3. Bubentsova, Y. A., Kekova, L. A., & Torochkova, T. Y. (2023). Promotion of healthy lifestyle among students. *MGPU Conference Proceedings*, 2, 291–294. Collection of abstracts of the conference of the MCU, Moscow, June 28–30, 2023: in 3 vols. Paradigma. (In Russ.). Retrieved from <https://elibrary.ru/item.asp?id=54328289>

4. Filatova, A. A., & Tsoy, D. A. (2022). Increasing students' physical activity. *Step into science* (p. 314–317). Collection of articles based on the materials of the V Scientific and practical conference of young scientists (III All-Russian Conference), Moscow, December 17, 2021. HASK. (In Russ.). Retrieved from <https://elibrary.ru/item.asp?id=47590212>

5. Yahia, N., Achkar, A., Abdallah, A., & Rizk, S. (2008). Eating habits and obesity among Lebanese university students. *Nutrition Journal*, 7, Article 32.

6. Plotnikoff, R. C., Costigan, S. A., Williams, R. L., & et al. (2015). Effectiveness of interventions targeting physical activity, nutrition and healthy weight for university and college students: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12, Article 45.

7. Khalid, M. (2018). Almutairi Health promoting lifestyle of university students in Saudi Arabia: a cross-sectional assessment. *BMC Public Health*, 18, Article 1093.



УДК 377.3.01:004

DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-58-65

В. В. Мнацаканян⁽¹⁾, А. В. Сапыгина⁽²⁾

^(1,2) Московский городской педагогический университет,
Москва, Российская Федерация

⁽¹⁾ E-mail: vilenmna@yandex.ru

⁽²⁾ E-mail: asapigina@mgpu.ru

Описание компонентов информационной образовательной экосреды учебного заведения

Аннотация. Статья посвящена описанию компонентов информационной образовательной экосреды учебного заведения. Рассматриваются восемь ключевых компонентов системы, обеспечивающих организацию учебного процесса с помощью современных информационных технологий. Особое внимание уделено компоненту «Аудиториум»: описаны его топология, аппаратная составляющая и сценарии применения в образовательном процессе.

Методология и методы: в исследовании использованы анализ научно-методической литературы, системный анализ, проектирование информационных систем, сравнительный анализ существующих решений.

Основные результаты исследования: выделены и описаны восемь ключевых компонентов информационной образовательной экосреды; разработана архитектура компонента «Аудиториум»; обоснован выбор радиосвязи для обеспечения взаимодействия элементов системы; предложены практические сценарии внедрения системы в образовательный процесс.

Научная новизна: разработана комплексная модель информационной образовательной экосреды учебного заведения, включающая в себя восемь взаимосвязанных компонентов; предложена оригинальная архитектура компонента «Аудиториум» с задействованием технологии радиосвязи.

Практическая значимость: результаты исследования могут быть полезны при проектировании и внедрении информационных образовательных экосред в учебных заведениях различного уровня.

Ключевые слова: информационная экосреда, «Аудиториум», умный дом, инфраструктура учебного заведения.

UDC 377.3.01:004

DOI: 10.24412/2782-6597-2026-115-58-65

V. V. Mnatsakanyan⁽¹⁾, A. V. Sapygina⁽²⁾

^(1,2) Moscow City University,
Moscow, Russian Federation

⁽¹⁾ E-mail: vilenmna@yandex.ru

⁽²⁾ E-mail: asapigina@mgpu.ru

Description of the components of the information educational ecosystem of an educational institution

Abstract. This article describes the components of an educational institution's information and educational ecosystem. Eight key system components are considered, enabling the organization of the educational process using modern information technologies. Particular attention is paid to the «Auditorium» component, which describes its topology, hardware, and educational use cases.

Methodology and research. The study utilized literature review, systems analysis, information system design, and a comparative analysis of existing solutions.

Key findings. Eight key components of the educational information ecosystem are identified and described; the architecture of the «Auditorium» component is developed; the choice of radio communication to ensure interaction between system elements is substantiated; and practical scenarios for using the system in the educational process are proposed.

Scientific novelty. A comprehensive model of an educational institution's information and educational ecosystem is developed, including eight interconnected components; an original architecture for the «Auditorium» component using radio communication technology is proposed.

Practical significance. The research results can be used in the design and implementation of information educational ecosystems in educational institutions of various levels.

Keywords: information ecosystem, «Auditorium», smart home, educational institution infrastructure.

Под информационной экосредой учебного заведения предлагается понимать интегрированную программную платформу. Ее ключевое предназначение — формирование единого электронного образовательного пространства, структурированного из взаимосвязанных информационных объектов. Данные объекты координируют организацию

учебного процесса путем задействования вычислительных мощностей в границах локальной сети учреждения или посредством сети Интернет [6].

Концептуально данную систему можно представить в виде целостного комплекса элементов, где каждый компонент выполняет строго определенную функцию. Детальный анализ состава этих компонентов приводится далее.

Разделение на компоненты имеет важное значение по следующим причинам:

1. Удобство пользователя: сложность нахождения нужной функции в недифференцированной системе снижает эффективность ее применения.

2. Скорость взаимодействия: из-за объемности единой системы доступ к конкретным функциям замедляется, что ведет к предпочтению традиционных методов управления (например, ручное закрытие штор).

3. Нагрузка на ресурсы: децентрализация системы на компоненты позволяет оптимизировать расход ресурсов, делая ее более эффективной по сравнению с аналогами.

После подтверждения преимуществ подхода с отдельными компонентами перейдем к описанию восьми основных компонентов информационной экосреды, подчеркивая их уникальные функции и значение в общей структуре системы.

На данном этапе опишем восемь компонентов:

IT-лаборатория представляет собой централизованный технологический хаб, который консолидирует управление современным лабораторным оборудованием. Ее ключевая задача — предоставление обучающимся доступа к ресурсам, необходимым для получения практических умений и навыков. В числе такого оборудования могут быть, в частности, 3D-принтеры, станки с числовым программным управлением и программируемые робототехнические комплексы.

Ассистент педагога — служба поддержки преподавателей в организации и планировании образовательного процесса, предлагающая эффективные учебные планы и ресурсы (например, подбор заданий и информационных материалов по теме).

Тьютор ученика — платформа для индивидуальной поддержки учащихся, предоставляющая персонализированные учебные материалы и задания для улучшения образовательных результатов (использует искусственный интеллект для генерации учебных заданий и материалов).

Помощник руководителя — инструмент для оптимизации административных задач, упрощающий управление образовательным учреждением (например, автоматизация составления расписаний).

Менеджер конференций — данный компонент представляет собой программное решение для полноценного жизненного цикла онлайн-мероприятий — от создания до проведения, поддерживающее как учебные (дистанционные уроки), так и административные (совещания) задачи.

Экосеть функционирует как корпоративная социальная платформа, развернутая в пределах образовательного учреждения. Она призвана обеспечить эффективное взаимодействие между участниками образовательного процесса, а также оснащена функционалом для разработки и выполнения тестовых заданий.

Библиотека реализована как централизованное хранилище учебно-методических материалов, предназначенное для их систематизации и дальнейшей работы с ними в рамках образовательных программ.

Аудиториум — комплексная система контроля параметров учебного помещения, нацеленная на автоматизированное и ручное поддержание оптимального для занятий микроклимата, уровня освещенности и управления доступом к техническим средствам [4].

В данной статье детально рассматривается «Аудиториум» — ключевой компонент информационной экосистемы образовательного учреждения, его структура аналогична системе умного дома.

Архитектура «Аудиториума» строится вокруг трех главных элементов: облачного сервера, хаба и оборудования вместе с датчиками, известными как контрольно-измерительные приборы и автоматика (см. рис.).

Эта структура обеспечивает строгую иерархию соединений, где каждый компонент взаимодействует только с непосредственно смежным, что повышает защищенность системы от внешних угроз [1].

Функциональным центром системы служит облачный сервер, содержащий веб-интерфейс для управления учебными аудиториями. Это дает возможность подключения к требуемому помещению из любой точки посредством Интернета с дифференциацией прав доступа на основе ролевой модели. Реализованный подход позволяет рационализировать управление и наделяет образовательный процесс характеристиками гибкости и мобильности, создавая более эффективные и комфортные условия для обучения.

Хаб — устройство, управляющее всей аппаратной составляющей «Аудиториума» внутри одного кабинета.

На этом этапе ключевое различие между «Аудиториумом» и системой умного дома становится очевидным благодаря наличию облачного сервера. Это решение диктуется необходимостью динамичного переключения зоны доступа для пользователей, в частности учителей, которые перемещаются по разным кабинетам учебного заведения. Система предусматривает выдачу доступа к управлению только теми хабами, которые находятся в текущей зоне пребывания пользователя, исключая возможность контроля за помещениями, в которых пользователь физически отсутствует. Такой подход не только повышает безопасность использования системы, но и обеспечивает администрации учебных учреждений способность контролировать все кабинеты без доступа к устройствам, поддерживая при этом строгую приватность и целостность управления внутренней инфраструктурой [2–3].

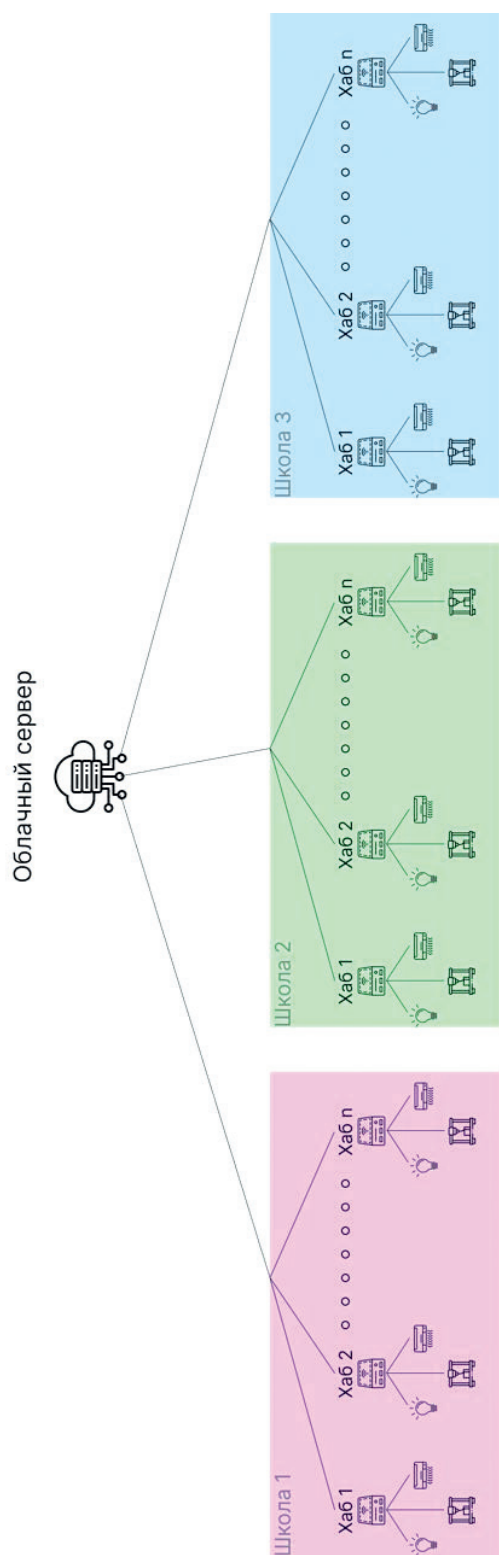


Рис. Топология «Аудиториума»

Политика безопасности системы базируется на разделении пользователей по двум ролевым моделям:

1. Роль «Администрация» подразумевает неограниченный доступ ко всем сетевым хабам в рамках образовательной организации (на принципиальной схеме индикация выполнена разноцветными блоками).

2. Роль «Преподаватель» предоставляет контекстный доступ, привязанный к геолокации, — право управления только тем хабом, в зоне действия которого пользователь находится физически.

Техническая интеграция в каждом помещении реализована через прямое соединение хаба с контроллерами умной аудитории (свет, микроклимат, шторы) с использованием радиосвязи для двустороннего обмена данными. Далее приведем описание аппаратного обеспечения используемых компонентов.

Конфигурация хаба включает в себя следующие ключевые компоненты:

- 1) микрокомпьютер (например, Raspberry PI),
- 2) радиомодуль,
- 3) интернет-модуль.

Хаб выполняет функцию посредника, принимая инструкции от облачного сервера о необходимых изменениях в аудитории и реализуя их согласно заранее настроенным алгоритмам управления.

Микрокомпьютер — центр управления внутри аудитории, отвечающий за логику работы и координацию всех подключенных устройств и систем.

Радиомодуль — устройство для беспроводной связи с элементами умной аудитории, поддерживает как двустороннюю связь, так и одностороннее вещание в зависимости от потребностей.

Интернет-модуль обеспечивает подключение к облачному серверу для обмена данными, позволяя отображать параметры аудитории и корректировать их через удаленную панель управления.

Элементы умной аудитории:

- 1) Arduino (например, модели nano, UNO),
- 2) радиомодуль,
- 3) подключенные датчики и механизмы.

Arduino — компонент для управления аппаратурой и считывания данных с датчиков, помогает взаимодействовать с физическим миром.

Радиомодуль делает возможным обмен информацией между элементами системы, поддерживает разные режимы связи для оптимальной работы.

Датчики и механизмы отвечают за автоматизированный контроль среды помещения, обеспечивая, например, климатический комфорт и оптимальную освещенность рабочей зоны.

Arduino принимает информацию о необходимых изменениях через радиоканал, автоматически адаптируя действия под текущие условия [7].

Почему радиосвязь? Она выбрана неслучайно, на это есть множество причин, но из них можно выделить два главных преимущества:

1. *Отсутствие проводов* упрощает и удешевляет внедрение системы, исключая необходимость изменения конструкции помещения для установки новых устройств. Да, такого можно было достичь и с помощью интернет-связи, но есть еще одна причина. Беспроводная технология значительно упрощает внедрение и последующее масштабирование системы в образовательных учреждениях, сокращая затраты на ремонт и модернизацию аудиторий. Это позволяет легко добавлять новые устройства без необходимости проводить дополнительные работы по обустройству помещений, облегчая адаптацию к изменяющимся образовательным требованиям и технологическим обновлениям.

2. *Широкое вещание* дает возможность массовой коммуникации сразу со всеми компонентами системы, добавляя гибкость в использовании [5].

Реализованы два ключевых сценария управления:

а) адресное управление: направление команд отдельным устройствам для выполнения точечных операций (например, подъем штор или активация климатической системы);

б) параметрическое управление: установка целевых показателей среды (уровень освещенности, температурный режим), за счет чего система автономно координирует работу всех исполнительных элементов для достижения заданных значений.

Комбинирование данных режимов обеспечивает универсальность и адаптивность системы, что позволяет внедрять ее в образовательных организациях разных типов и масштабов для решения разнообразных педагогических и организационных задач.

Подводя итог, отметим, что данная система представляет значительную ценность для образовательных учреждений различных уровней благодаря своей способности удовлетворять широкий спектр потребностей. Она включает в себя все необходимые цифровые инструменты для управления как образовательным процессом, так и инфраструктурой учебного заведения, обеспечивая учителей, административный персонал и учащихся современными и эффективными средствами для достижения образовательных целей.

Список источников

1. Бодров С. А., Журавлев А. В., Ерпелев А. В. Умный дом: история, принцип работы, устройства умного дома, протоколы // Технические науки: проблемы и решения: сб. ст. по материалам XLIV Междунар. науч.-практ. конф., Москва, 22 января 2021 г. Т. 1 (41). М.: Интернаука, 2021. С. 29–32.

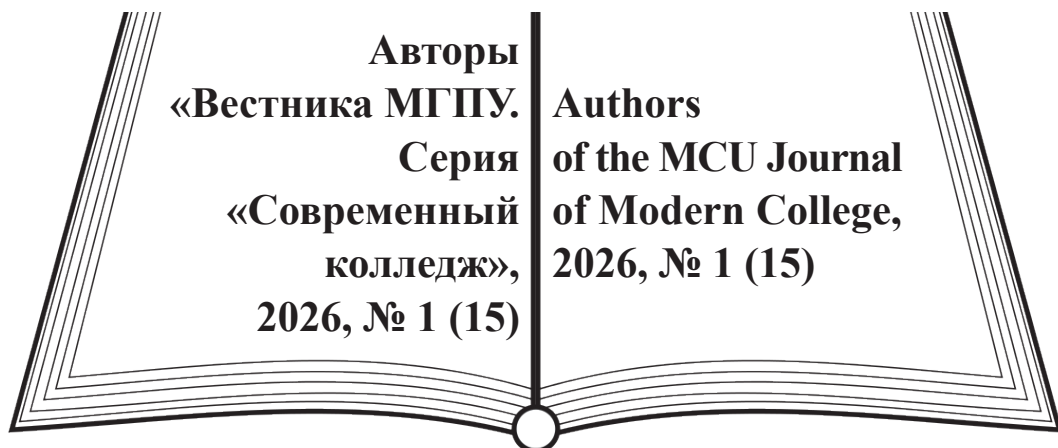
2. Григорьев С. Г., Гриншкун В. В., Реморенко И. М. «Умная аудитория» в Институте математики и информатики МГПУ: теория и практика // Вестник МГПУ. Сер.: Информатика и информатизация образования. 2013. № 2 (26). С. 8–18.

3. Григорьев С. Г., Гриншкун В. В., Реморенко И. М. «Умная аудитория»: от интеграции технологий к интеграции принципов // Информатика и образование. 2013. № 10 (249). С. 3–8.

4. Дробахина А. Н. Интернет вещей: технологии для умного класса // Информационно-коммуникационные технологии в педагогическом образовании. 2024. № 6 (93). С. 9–12. URL: <https://itped.ru/articles/10363/> (дата обращения: 11.03.2026).
5. Матрохин А. Е., Силаев А. А. Беспроводные датчики в системе управления умным домом // Инженерный вестник Дона. 2018. № 4 (51). С. 32–37.
6. Овчинникова Д. В. Использование информационных систем в управлении образовательным процессом // Актуальные проблемы социогуманитарного образования: сб. ст. Екатеринбург: Уральск. гос. пед. ун-т, 2024. С. 495–503.
7. Савков М. В., Матюнин К. А. К вопросу о применении платформы Arduino в учебном процессе // Молодые ученые в решении актуальных проблем науки: сб. мат-лов Всерос. науч.-практ. конф. студ., аспирантов и молодых ученых, Красноярск, 22–23 апреля 2021 г. / науч. ред.: Е. В. Донгаузер, Т. С. Дорохова. Вып. 7. Красноярск: Сибирск. гос. ун-т науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнева, 2021. С. 607–609.

References

1. Bodrov, S. A., Zhuravlev, A. V., & Erpelev, A. V. (2021). Smart home: history, operating principle, smart home devices, protocols. *Engineering sciences: problems and solutions*, 1 (41), 29–32. A collection of articles based on the materials of the XLIV international scientific and practical conference, Moscow, January 22, 2021. Internauka. (In Russ.).
2. Grigoriev, S. G., Grinshkun, V. V., & Remorenko, I. M. (2013). «Smart audience» at the Institute of Mathematics and Informatics of MCU.: theory and practice. *MCU Journal of Informatics and Informatization of Education*, 2 (26), 8–18. (In Russ.).
3. Grigoriev, S. G., Grinshkun, V. V., & Remorenko, I. M. (2013). «Smart Audience»: from the integration of technologies to the integration of principles. *Informatika i obrazovanie*, 10 (249), 3–8. (In Russ.).
4. Drobakhina, A. N. (2024). Internet of things: technologies for the smart class. *Informacionno-kommunikacionny`e texnologii v pedagogicheskom obrazovanii*, 6 (93), 9–12. (In Russ.). Retrieved from <https://itped.ru/articles/10363/>
5. Matrokhin, A. E., & Silaev, A. A. (2018). Wireless sensors in the smart home control system. *Inzhenerny`j vestnik Dona*, 4 (51), 32–37. (In Russ.).
6. Ovchinnikova, D. V. (2024). Use of information systems in managing the educational process. *Actual problems of social and humanitarian education* (p. 495–503). Collection of articles. Ural State Pedagogical University. (In Russ.).
7. Savkov, M. V., & Matyunin, K. A. (2021). On the issue of using the Arduino platform in the educational process. *Young scientists in solving actual problems of science* (p. 607–609). Collection of materials of the All-Russian scientific and practical conference of students, graduate students and young scientists, Krasnoyarsk, April 22–23, 2021. Reshetnev Siberian State University of Science and Technology. (In Russ.).



Ашхотов Анатолий Владимирович — преподаватель Института среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского МГПУ, Москва, Российская Федерация.

Ashkhotov Anatoly Vladimirovich — Teacher of the Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky, MCU, Moscow, Russian Federation.

E-mail: ashkhotovav@mgpu.ru

Бубенцова Юлия Александровна — начальник департамента культуры и спорта, преподаватель Института среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского, МГПУ, Москва, Российская Федерация.

Bubentsova Yulia Alexandrovna — Head of the Department of Culture and Sports, Teacher of the Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky, MCU, Moscow, Russian Federation.

E-mail: bubencovaua@mgpu.ru

ORCID: 0000-0001-6867-857X

Василенко Николай Анатольевич — преподаватель Института среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского МГПУ, Москва, Российская Федерация.

Vasilenko Nikolay Anatolyevich — Teacher of the Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky, MCU, Moscow, Russian Federation.

E-mail: nvasilenko@mgpu.ru

ORCID: 0009-0006-2878-9340

Верхоляк Альберт Валентинович — преподаватель Института среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского МГПУ, Москва, Российская Федерация.

Verkholyak Albert Valentinovich — Teacher of the Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky, MCU, Moscow, Russian Federation.

E-mail: verkholyakav@mgpu.ru

ORCID: 0000-0002-3833-8491

Каштанов Павел Иванович — студент Института среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского МГПУ, Москва, Российская Федерация.

Kashtanov Pavel Ivanovich — Student of the Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky, MCU, Moscow, Russian Federation.

E-mail: kashtanovpi997@mgpu.ru

Мнацакянн Вилен Владимирович — начальник департамента цифрового образовательного творчества Института среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского МГПУ, Москва, Российская Федерация.

Mnatsakanyan Vilen Vladimirovich — Head of the Department of Digital Educational Creativity of the Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky, MCU, Moscow, Russian Federation.

E-mail: vilenmna@yandex.ru

Морозова Елизавета Николаевна — преподаватель Института среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского МГПУ, Москва, Российская Федерация.

Morozova Elizaveta Nikolaevna — Teacher of the Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky, MCU, Moscow, Russian Federation.

E-mail: morozova1@mgpu.ru

ORCID: 0009-0005-3773-562X

Орлова Мария Сергеевна — преподаватель Института среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского МГПУ, Москва, Российская Федерация.

Orlova Maria Sergeevna — Teacher of the Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky, MCU, Moscow, Russian Federation.

E-mail: cherepanovams@mgpu.ru

Сапыгина Александра Владимировна — преподаватель, руководитель методического объединения цифровых технологий и творчества Института среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского МГПУ, Москва, Российская Федерация.

Sapygina Alexandra Vladimirovna — Teacher, Head of the Methodological Association of Digital Technologies and Creativity of the Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky, MCU, Moscow, Russian Federation.

E-mail: asapigina@mgpu.ru

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЕЙ

Уважаемые авторы!

Научный журнал «Вестник МГПУ. Серия «Современный колледж» просит авторов руководствоваться требованиями Редакционно-издательского совета МГПУ к оформлению научной литературы.

Научная статья, оформленная не в соответствии с требованиями журнала, к рассмотрению не принимается.

В журнал принимаются оригинальные, не опубликованные ранее и не находящиеся на рассмотрении в другой редакции, статьи по проблематике среднего профессионального образования, содержание которых соответствует научным специальностям:

- 13.00.01 — «Общая педагогика, история педагогики и образования»,
- 13.00.02 — «Теория и методика обучения и воспитания»,
- 13.00.08 — «Теория и методика профессионального образования»,
- 19.00.01 — «Общая психология, психология»,
- 19.00.07 — «Педагогическая психология».

Оригинальность текста должна составлять не менее 80 % (самоцитирование не более 15 %), в противном случае статья не признается уникальной и не подлежит публикации в издании.

Техническое оформление статьи

Объем статьи от 20 000 до 40 000 знаков с пробелами (0,5–1 п. л.), включая рисунки, таблицы и графики, список литературы, без учета метаданных.

Шрифт: Times New Roman, 14 кегль, формат: MS Word.

Межстрочный интервал: 1,5; поля: все по 2 см; межбуквенный интервал: обычный.

Абзацный отступ: 1,25 (выставляется автоматически).

Выравнивание текста: по ширине.

Допустимые выделения: курсив, полужирный.

Внутритекстовые ссылки на включенные в список литературы (по алфавиту) работы приводятся в квадратных скобках с указанием номера источника в списке и номера страницы источника цитаты.

Дефис (*точь-в-точь*) должен отличаться от тире (*педагогика — это*).

При наборе не допускается применение разных стилей, не задаются колонки.

Рисунки только черно-белые, без полутонов, в векторных форматах WMF, EMF, CDR, AI, растровые изображения — в формате TIFF, JPG с разрешением не менее 300 точек/дюйм, в реальном размере.

Диаграммы из программ MS Excel, MS Visio (предоставляются вместе с исходным файлом).

Не допускаются разрывы между абзацами, автоматические переносы, автоматическая нумерация списков.

При использовании латинского или греческого алфавита обозначения набираются: латинскими буквами — в светлом курсивном начертании, греческими буквами — в светлом прямом.

Структура оформления научной статьи

УДК (Классификационный индекс Универсальной десятичной классификации — <https://teacode.com/online/udc/>): в левом верхнем углу, размер шрифта — 14 кегль, полужирный, выравнивание — по левому краю через интервал 1,0.

Ф. И. О. каждого автора полностью: размер шрифта — 16 кегль, полужирный; ученая степень, звание, должность, место работы (полностью), город, страна, электронный адрес почты каждого автора, ORCID каждого автора, размер шрифта — 14 кегль, курсив, выравнивание — по левому краю через интервал 1,0.

Название научной статьи (представляется на русском языке): размер шрифта — 14 кегль, полужирный, выравнивание — по центру страницы через интервал 1,5.

Аннотация (представляется на русском и английском языках): размер шрифта — 12 кегль, полужирный, выравнивание — по центру страницы через интервал 1,0. Должна быть информативной (не содержать общих фраз), содержательной (отражать основное содержание статьи и результаты исследований), структурированной (следовать логике описания результатов в статье), компактной (100–250 слов).

В аннотации указываются: цель, методология и методы, основные результаты исследования, научная новизна и практическая значимость.

Ключевые слова (представляются на русском и английском языках) состоят из 5–15 слов или словосочетаний, наиболее употребляемых в статье.

Размер шрифта — 12 кегль, обычный, выравнивание — по ширине страницы, через интервал 1,0.

Введение. Представляются описания актуальности исследования, выявление противоречия существующей практики и дается формулировка общей проблемы исследования в связи с важными научными или практическими задачами в этой области.

Текст статьи (с выделением разделов, если предусмотрено автором). Обзор и анализ последних (за последние 5 лет) исследований и публикаций, посвященных возможным подходам к решению данной проблемы, на которые опирается автор статьи. Должны быть сопоставлены результаты своих исследований с данными других авторов.

Результаты исследований представляются четко, в максимально доказательной форме. После цитаты ставятся квадратные скобки с указанием номера источника и страницы, например: [4, с. 83].

Заключение: необходимо привести выводы из данного исследования и перспективы дальнейшего развития в этом направлении, также надо дать рекомендации для практического применения результатов.

Список источников (в алфавитном порядке, представляется на русском языке) должен включать не менее 10 российских и зарубежных источников, с указанием DOI (если имеется) или URL национального архива для всех источников. Ссылки на свои работы допускаются (не более двух). Список литературы на русском языке оформляется в соответствии с ГОСТ Р 7.0.5–2008. При наличии у публикации индекса DOI, он приводится в обязательном порядке.

Образец оформления списка источников

Вид издания	Список источников (ГОСТ Р 7.0.5–2008 «Библиографическая ссылка»)	References (стиль APA, https://apastyle.apa.org)
Книга одного автора	1. Смолянинова О. Г. Компетентностный подход в педагогическом образовании в контексте использования мультимедиа: монография. Красноярск: Красноярск. гос. ун-т, 2006. 170 с.	1. Smolyaninova, O. G. (2006). <i>Competence approach in pedagogical education in the context of multimedia use</i> . Monograph. Krasnoyarsk: Krasnoyarsk State University. 170 p. (In Russ.).
Книга двух авторов	2. Маллер А. Р., Цикото Г. В. Воспитание и обучение детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью. М.: Академия, 2003. 208 с.	2. Maller, A. R., & Tsikoto, G. V. (2003). <i>Education and training of children with severe intellectual disability</i> . Moscow: Academy. 208 p. (In Russ.).
Книга трех авторов	3. Мозговой В. М., Яковлева И. М., Еремина А. А. Основы олигофренопедагогики: учеб. пособие для студ. сред. учеб. заведений. М.: Академия, 2010. 224 с.	3. Mozgovoy, V. M., Yakovleva, I. M., & Eremina, A. A. (2010). <i>Fundamentals of oligophrenopedagogy</i> . Textbook manual for students of secondary educational institutions. Moscow: Academy. 224 p. (In Russ.).

Вид издания	Список источников (ГОСТ Р 7.0.5–2008 «Библиографическая ссылка»)	References (стиль APA, https://apastyle.apa.org)
Книга более трех авторов	4. Профессионально-трудовое обучение, воспитание и адаптация учащихся с нарушением интеллекта: монография / В. В. Коркунов [и др.]; Урал. гос. пед. ун-т, Ин-т спец. образования; под ред. В. В. Коркунова. Екатеринбург: Уральский гос. пед. ун-т, 2011. 209 с.	4. Korkunov, V. V., Bryzgalova, S. O., Zak, G. G., & Gnatyuk, A. A. (2011). <i>Professional and labor training, education and adaptation of students with intellectual disabilities</i> . Monograph. Ural State Pedagogical University, Institute of Special Education. Edited by V. V. Korkunov. Yekaterinburg: Ural State Pedagogical University. 209 p. (In Russ.).
Книга под редакцией	5. Наставничество в системе образования России: практ. пособие для кураторов в образоват. организациях / под ред. Н. Ю. Синягиной, Т. Ю. Райфшнайдер. М.: Рыбаков Фонд, 2016. 153 с.	5. <i>Mentoring in the Russian education system</i> . (2016). Practical guide for curators in educational organizations. Edited by N. Y. Sinyagina, T. Y. Raifschneider. Moscow: Rybakov Foundation. 153 p. (In Russ.).
Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук	6. Белицын И. В. Лекционный мультимедийный комплекс как средство активизации учебно-познавательной деятельности обучающихся: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02. Барнаул: [б. и.], 2003. 159 с.	6. Belitsyn, I. V. (2003). <i>Lecture multimedia complex as a means of activating the educational and cognitive activity of students</i> . Dissertation for the degree Candidate of Pedagogical Sciences: 13.00.02. Barnaul. 159 p. (In Russ.).
Диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук	7. Карвялис В. Ю. Социально-трудовая адаптация выпускников специальных школ (на примере Литовской ССР): дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.03. Шауляй: [б. и.], 1988. 369 с.	7. Karvialis, V. Yu. (1988). <i>Social and labor adaptation of graduates of special schools (on the example of the Lithuanian SSR)</i> . Dissertation for the degree of Doctor of Pedagogical Sciences: 13.00.03. Shauliai. 369 p. (In Russ.).
Статья в сборнике материалов	8. Бернадинер М. И. Взаимодействие выпускников вуза с работодателями при помощи электронного портфолио // Открытая	8. Bernadiner, M. I. (2021). Interaction of university graduates with employers using an electronic portfolio. <i>Open Science 2021</i> . Collection

Вид издания	Список источников (ГОСТ Р 7.0.5–2008 «Библиографическая ссылка»)	References (стиль APA, https://apastyle.apa.org)
конференции	наука 2021: сб. материалов науч. конф. с междунар. участием, Москва, 22 апреля 2021 г. М.: Aegitas, 2021. С. 97–100.	of materials of a scientific conference with international participation, Moscow, April 22, 2021 (pp. 97–100). Moscow: Aegitas Publishing House. (In Russ.).
Статья в сборнике научных статей	9. Кытманова О. А. Использование интернет-ресурсов на уроках английского языка // Технологии обучения иностранным языкам в неязыковых вузах: сб. науч. ст. Ульяновск: УлГТУ, 2005. С. 242–246.	9. Kytmanova, O. A. (2005). The use of Internet resources in English lessons. <i>Technologies of teaching foreign languages in non-linguistic universities</i> . Collection of scientific articles (pp. 242–246). Ulyanovsk: UISTU. (In Russ.).
Статья в журнале	10. Брыксина О. Ф., Пономарева Е. А. Перевернутое обучение: размышления в ходе эксперимента // Химия в школе. 2016. № 5. С. 6–15.	10. Bryksina, O. F., & Ponomareva, E. A. (2016). Inverted learning: reflections during the experiment. <i>Chemistry at School</i> , 5, 6–15. (In Russ.).
Статья двух авторов в монографии	11. Говорова М. Е., Смирнова М. А. Проблема сохранения и возрождения традиционных народных ремесел и промыслов в наши дни // Пространство диалогов: декоративно-прикладное искусство и дизайн: коллектив. монография. Уфа: Аэтерна, 2018. С. 48–61.	11. Govorova, M. E., & Smirnova, M. A. (2018). The problem of preservation and revival of traditional folk crafts and crafts in our days. <i>Space of dialogues: decorative and applied art and design</i> . Collective monograph (pp. 48–61). Ufa: Aeterna. (In Russ.).
Статья трех авторов в журнале	12. Шмигирилова И. Б., Рванова А. С., Григоренко О. В. Оценка в образовании: современные тенденции, проблемы и противоречия (обзор научных публикаций) // Образование и наука. 2021. Т. 23. № 6. С. 43–83.	12. Shmigirilova, I. B., Rvanova, A. S., & Grigorenko, O. V. (2021). Evaluation in education: current trends, problems and contradictions (review of scientific publications). <i>Education and science</i> , 23, 6, 43–83. (In Russ.).
Статья более трех авторов в журнале	13. Ядро среднего профессионального педагогического образования в структуре подготовки педагогических кадров / И. С. Казакова [и др.] // Вестник МГПУ. Серия: Современный колледж. 2022. № 2 (2).	13. Kazakova, I. S., Minyar-Belorucheva, E. Yu., Emelianenko, M. S., Kalinin, A. S., Gerasimenko, S. V., Vorobyeva, N. A., & Nikitina, E. K. (2022). The core of secondary vocational pedagogical education in the structure

Вид издания	Список источников (ГОСТ Р 7.0.5–2008 «Библиографическая ссылка»)	References (стиль APA, https://apastyle.apa.org)
	С. 6–17. DOI: 10.25688/2782-6597.2022.2.2.1	of teacher training. <i>MCU Journal Modern College</i> , 2(2), 6–17. (In Russ.). https://doi.org/10.25688/2782-6597.2022.2.2.1
Интернет-ресурс. Приказ	14. Приказ Министерства образования и науки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» // ФГОС. Основное общее образование. URL: https://fgos.ru/fgos/fgos-do/ (дата обращения: 07.12.2021).	14. Legislation of the Russian Federation. (2013). Order of the Ministry of Education and Science of Russia dated 17.10.2013 No. 1155 «On approval of the Federal State Educational Standard of preschool education». <i>FGOS. Basic general education</i> . (In Russ.). Retrieved from https://fgos.ru/fgos/fgos-do/
Интернет-ресурс. Письмо	15. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 23 января 2020 г. № МР-42/02 «О направлении целевой модели наставничества и методических рекомендаций» // КонсультантПлюс. Надежная правовая поддержка. URL: https://rulaws.ru/acts/Pismo-Minprosvescheniya-Rossii-ot-23.01.2020-N-MR-42_02/ (дата обращения: 12.12.2022).	15. Legislation of the Russian Federation. (2020). Letter of the Ministry of Education of the Russian Federation dated January 23, 2020 No. MR-42/02 «On the direction of the target model of mentoring and methodological recommendations». <i>ConsultantPlus. Reliable legal support</i> . (In Russ.). Retrieved from https://rulaws.ru/acts/Pismo-Minprosvescheniya-Rossii-ot-23.01.2020-N-MR-42_02/
Интернет-ресурс	16. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413, с изм. и доп.) // Документы системы ГАРАНТ. URL: https://base.garant.ru/70188902/8ef641d3b80ff01d34be16ce9bafc6e0/ (дата обращения: 28.12.2022).	16. Federal State Educational Standard of Secondary General Education (approved by Order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation No. 413 dated May 17, 2012, with amendments and additions). (2012, May 17). <i>Documents of the GARANT system</i> . (In Russ.). Retrieved from https://base.garant.ru/70188902/8ef641d3b80ff01d-34be16ce9bafc6e0/

Источники в списке на русском языке и в References на английском языке нумеруются.

Формирование списка литературы на английском языке отличается от правил, предписанных российским ГОСТом. Тире, а также символ «//» в описании на английском языке не используются. Название источника (книги, журнала, сборника), где размещена статья, выделяется курсивом.

Все указанные выше разделы размещаются на новой строке. Перед заголовком текста делается пропуск одной строки.

В случае несоблюдения какого-либо из перечисленных требований автор обязан внести необходимые изменения в рукопись в пределах срока, установленного для ее доработки.

Плата за публикацию рукописей в журнале не взимается.

По вопросам публикации статей в журнале «Вестник МГПУ. Серия «Современный колледж» следует обращаться к главному редактору *Роману Сергеевичу Силкину* по электронной почте на адрес: silkinrs@mgpu.ru (в теме письма указать: ФИО-Статья-Вестник МГПУ. Современный колледж).

Научный журнал / Scientific Journal

Вестник МГПУ.

Серия «Современный колледж»

MCU Journal of Modern College

2026, № 1 (15)

Главный редактор:

кандидат педагогических наук *Р. С. Силкин*

Заместитель главного редактора:

кандидат педагогических наук *С. В. Обоева*

Зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор)

Регистрационный номер и дата принятия решения о регистрации:
серия ПИ № ФС 77-83264 от 12 мая 2022 г.

Главный редактор выпуска:

кандидат исторических наук, старший научный сотрудник

Т. П. Веденева

Редактор:

Е. С. Терновскова

Корректор:

К. М. Музамилова

Техническое редактирование и верстка:

Г. П. Васильева, О. Г. Арефьева

Научно-информационный издательский центр МГПУ
129226, Москва, 2-й Сельскохозяйственный проезд, д. 4.

https://www.mgpu.ru/centers/izdat_centre/

Подписано в печать: 19.05.2026 г.

Формат: 70 × 108 ¹/₁₆. Бумага: офсетная.

Объем: 4,75 п. л. Тираж: 1000 экз.