

эмоционального интеллекта и давать детям возможность проецирования ситуаций на себя. Например, читать поучительные сказки, придумывать разные ситуации и давать совет как правильно поступить, в общении со сверстниками нужно разбирать проблемы, объяснять мотивацию к определенным действиям и их последствия.

Литература:

1. Комарова, А. И. Структура эмоционального интеллекта и возможности его развития / А. И. Комарова // Вестн. Москов. гос. обл. ун-та. Серия: психолог. науки. – 2010. – № 4. – С. 24–26.
2. Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д. В. Люсин ; под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова // Социал. интеллект: Теория, измерение, исследования. – М. : Ин-т психологии РАН, 2009. – 349 с.
3. Терещенко, М. Н. Гендерный аспект в развитии эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста / М. Н. Терещенко, А. К. Сафонова // Актуальные проблемы дошкольного образования : сб. ст. XIX Междунар. науч.-практ. конф., Челябинск, 30 апр. 2021 г. – Челябинск : ЗАО «Библиотека А. Миллера».

ПРОФИЛАКТИКА ГИПОДИНАМИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО МИРА

Сафонова А. К.

Южно-Уральский государственный
гуманитарно-педагогический университет
Научный руководитель – к.п.н., доцент Терещенко М. Н.

Актуальность. Сегодня человечество активно использует все блага цивилизации, которые позволяют свести к минимуму физическую активность. По этой причине люди проводят все больше времени в сидячем или лежачем положении. Из-за этого мышцы теряют эластичность, ослабевают и атрофируются. Это состояние называется гиподинамией. Гиподинамия приводит к функциональным изменениям сердечно-сосудистой и дыхательной систем [2]. С течением времени из-за гиподинамии уменьшается костная масса, страдают суставы и позвоночник. Особенно опасна гиподинамия в раннем детском и школьном возрасте. Она задерживает формирование организма [3].

Так, данная проблема охватывает не только взрослых людей, но и детей. В связи с этим, как отмечает Ю. Ф. Змановский, регулярные занятия физической культурой способствуют укреплению здоровья людей [1].

Цель. Изучение и профилактика гиподинамии у детей дошкольного возраста.

Материалы и методы. Для проведения профилактики гиподинамии у детей дошкольного возраста были использованы следующие методы:

- физические упражнения – кинезотерапию (кинезотерапия – лечение с помощью упражнений);
- использование на занятиях физические упражнения, тщательно подобранных с учетом физической подготовленности, пола и возраста учащихся;
- специально подобранные комплексы упражнений, регулярно используемые в сочетании с элементами гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, плавания и т.д., при работе необходимо строго придерживаться дидактических принципов обучения (сознательность, всесторонность, постепенность, индивидуализация, сила).

Воздействие физических упражнений выражается в тонизирующем влиянии и трофическом воздействии. В проведении исследования были задействованы 15 детей старшего дошкольного возраста. Помимо этого, было проведено анкетирование среди педагогов и родителей о профилактики гиподинамии детей, задавались вопросы о том, беседуют ли родители о важности здорового образа жизни в жизнедеятельности человека и сколько времени семья уделяет времени спорту в неделю.

Результаты. 90% испытуемых детей и родителей еженедельно пользуются электронными устройствами, уделяя минимум времени для подвижных игр. В неделю уделяя гаджетам от 15 и более часов, 30% родителей в испытуемой группе проводят беседы с детьми о важности подвижного образа жизни, прогулок, 15% семей занимаются спортом 2-3 раза в неделю. Оставшиеся 45% испытуемых по разным причинам не уделяют времени на занятия физической культурой с детьми в домашних условиях.

В результате исследования выявилось, что 20% детей ведут подвижный образ жизни. 35% детей дошкольного возраста имеют средние показатели. И 45% детей имеют низкие показатели

Выводы. Профилактика гиподинамии у детей дошкольного возраста в современном мире может пройти довольно успешно при совместной работе педагогов ДОО и семьи. В условиях цифровизация

общества не только дети, но и взрослые должны находить мотивацию вести подвижный образ жизни и укреплять свое здоровье.

Литература:

1. Змановский, Ю. Ф. Воспитаем детей здоровыми / Ю. Ф. Змановский. – М. : Медицина, 2009. – 128 с.
2. Кардозу, В. М. Гиподинамия болезнь цивилизации / В. М. Кардозу, Д. М. Фернандеш // Научная статья. – 2014. – Т. 4, № 5. – С. 704.
3. Качелаева, Ю. В. Гиподинамия и здоровье человека / Ю. В. Качелаева, Р. Р. Тахаукдинов // В мире науч. открытий. – 2010. – № 4–14 (10). – С. 26–27.
4. Сухарев, А. Г. Двигательная активность и здоровье подрастающего поколения / А. Г. Сухарев. – М. : Знание, 2011. – 172 с.

ЭКОЛОГО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЗАГРЯЗНЕНИЯ АТМОСФЕРНОГО ВОЗДУХА ПРОМЫШЛЕННЫХ ГОРОДОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Семкина В.Л.

Международный государственный экологический институт
имени А. Д. Сахарова БГУ
Научный руководитель – Дубина М.А.

Актуальность. Мониторинг атмосферного воздуха – это система наблюдений за состоянием атмосферного воздуха, а также оценка и прогноз основных тенденций изменения качества атмосферного воздуха в целях своевременного выявления негативных воздействий природных и антропогенных факторов [1,2].

Цель. Проанализировать загрязнения атмосферного воздуха промышленных городов Республики Беларусь за 2000-2020 гг.

Материалы и методы исследования. Материалом исследования послужили официальные статистические данные по загрязнению атмосферного воздуха Республики Беларусь за период с 2010 по 2020 год. В качестве основного метода исследования был использован регрессионный анализ.

Результаты и их обсуждение. Мониторинг атмосферного воздуха Республики Беларусь проводится на стационарных станциях, расположенных по всей территории страны. Источники загрязнения атмосферного воздуха – многочисленные предприятия (таблицы 1-2).