

**Министерство образования и науки
Самарской области**



**ГБПОУ «ПОВОЛЖСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

**XXIV НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ
КОНФЕРЕНЦИЯ СТУДЕНТОВ**

«Погружаясь в мир науки ...»

сборник студенческих работ

2 апреля 2024 года

Самара

«Погружаясь в мир науки...». XXIV научно-практическая конференция студентов ГБПОУ «Поволжский государственный колледж»

В сборнике отражены результаты научно-исследовательской работы, опытно-конструкторских изысканий, освещающих сферу интересов студентов ГБПОУ «Поволжский государственный колледж»

Сборник адресован директорам, заместителям директоров по научно-методической, учебной работе, руководителям учебных фирм, кружков, научно-исследовательских центров, педагогам, мастерам, а также студентам с целью привлечения внимания к научному творчеству и исследовательской работе.

Текст статей представлен в авторской редакции.

Редакционная коллегия:

Директор колледжа О.А. Смагина, зам. директора по учебной работе, засл. учитель РФ, к.п.н. Е.М. Садыкова, зам. директора по учебно-воспитательной работе Н.В. Горожанкина, зам. директора по учебно-методической работе Л.Н. Гисматуллина, методист М.С. Блошенко

СЕКЦИЯ

«ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОЕ ИСКУССТВО»



И «ДИЗАЙН»



«ОБРАЗ РОДНОГО КРАЯ В ЛАКОВОЙ МИНИАТЮРЕ НА СУВЕНИРНОЙ ДОСКЕ»

Баннова В.В., студентка ГБПОУ «ПГК».

*Научный руководитель:
преподаватель Новикова С.В.*

Актуальность темы обусловлена тем, что на сегодняшний день важно понимать важность Родины и семьи. Это помогает нам сохранить свои корни, ценности и традиции, быть теми, кто мы есть на самом деле.

Цель: разработка сувенирной доски, отражающей красоту родного края.

Сувенирные расписные изделия становятся весьма интересным элементом декора. Благодаря своим замечательным художественно-декоративным качествам они успешно дополняют традиционные украшения интерьера. Спросом сувенирная продукция пользуется не только у нашего народа, но и у иностранных гостей. Туристов привлекает народное традиционное творчество русских мастеров. Приезжая в различные уголки нашей страны, можно заметить изобилие сувенирной продукции ручной работы. Видя эти произведения искусства, мы их берём в подарок своим близким. Такие сувениры, привезённые из краёв родной страны, напоминают нам о том, что у каждого есть свой родной край, который художники изображают на изделиях, показывая всю любовь к своей Родине.

Сызрань - мой родной край. Здесь простираются бескрайние просторы, усыпанные зелеными лесами и живописными полями. Каждый уголок этого удивительного места наполнен историей и теплотой души. Здесь я родилась, выросла и нашла свое призвание. В каждом камне, в каждом дереве я вижу отражение своего прошлого и своего будущего. Сызрань - это не просто географическое название, это часть меня, моей жизни, моей судьбы. Я горжусь тем, что могу называть этот удивительный уголок земли своим родным краем.

Сызранская набережная – это уникальное место, которое притягивает к себе туристов и жителей города своей красотой и атмосферой. Прогуливаясь по этой набережной, можно насладиться потрясающим видом на реку, увидеть разнообразные скульптуры и памятники, а также почувствовать особенное очарование исторического центра. Здесь можно ощутить дыхание старины и увидеть следы прошлого, сохранившиеся в архитектуре зданий и уличных узорах. Атмосфера Сызранской набережной наполнена теплотой и уютом, а прогулка по ней станет незабываемым и вдохновляющим опытом для каждого, кто решится отправиться туда.

Стоит отметить, что в начале 90-х годов прошлого века в городе Сызрань Самарской области сформировались условия создания и развития лаковой миниатюры. С 2005 года открылось отделение в Колледже искусств, обучающее профессионально мастеров декоративной росписи по дереву. Базой для нее стала сызранская иконописная школа. Сызрань являлась одним из старообрядческих центров Поволжья, экономическим и торговым регионом, где получает свое развитие иконописное ремесло. Первые упоминания об иконописных мастерах Сызрани появляются в конце XVIII века. Изучить мастерство иконописцев сызранской школы можно на примере коллекции икон Сызранского музея (ныне Краеведческий музей городского округа Сызрань). В 1920–30-е годы она формировалась за счет поступлений иконописных памятников из закрытых советской властью храмов и монастырей. Так, 6 ноября 1923 года был закрыт Сызранский Сретенский женский монастырь, в апреле 1923 было принято постановление о роспуске монахов Сызранского Вознесенского мужского монастыря. Еще раньше, 23 ноября 1928 года, был закрыт Старо-Костыческий Смоленский женский монастырь. Представлявшие музейную ценность предметы культа этих монастырей также вошли в музейные фонды. Сызранские иконы встречаются в музейных собраниях Сызрани, Самары, Москвы. Они отличаются рисунком, в котором очевидны переключки с произведениями XVII века. Ко-

лорит икон сдержан, часто построен на контрастных цветовых сочетаниях. Одним из важных опознавательных штрихов является лужга на ковчеге. Чаще это – черная полоса, заполненная золотым растительным орнаментом из листьев и ягод. В отличие от близких элементов в палехской иконописи, сызранский иконописный декор включает более крупные формы упрощенного характера. Нередко применяется канфарение по золотому фону.

Основная тема сызранской миниатюры – современная жизнь города. Его праздники, его народ, обычаи, труд, культура. В отличии от миниатюрной школы Палеха и Мстеры, в работах сызранских мастеров отражается все многообразие народов и народностей, проживающих на территории Самарской области, ближнего Поволжья. Второе направление – сказки и легенды Жигулей, исторические сюжеты, происходившие на территории Самарской и Симбирской губернии, в Среднем Поволжье. Общий мягкий тон письма, изысканный колорит. Несколько цветовых вариаций: «Волжское серебро» - серо-голубая гамма; «Сызранский помидор» - контраст ярких красных и зеленых цветов; «Золотая осень» - пастельно-персиковая гамма. Большинство сызранских миниатюристов отличает письмо «в один волос» с сочным цветом. Стоит упомянуть о промысле в России.

Лаковая миниатюра - удивительный народный промысел, который зародился несколько веков назад и был невероятно популярен. Сегодня же это искусство осталось как элемент народной русской культуры, как часть восхитительного русского ремесла, филигранного, тонкого, изысканного и все еще остающегося интересным, интригующим. Лаковые миниатюры, как и расписные матрешки, знаменитая жостовская, хохломская, гжельская роспись, стали фирменными сувенирами «Из России с любовью». Именно поэтому было решено выполнить роспись сувенирной доски, применяя лаковую миниатюру.

Считается, что лаковая миниатюра пришла в Россию в 18 веке из Европы. В Европе же она появилась благодаря ки-

тайским мастерам. Именно в Китае производили первые миниатюры, покрытые соком сумахи. Это лаконосное дерево. В Европе таких деревьев не произрастало, поэтому европейским мастерам приходилось изготавливать лак самостоятельно. Петр Первый, жадный до всего нового, в 1714 году приказал открыть «лакирное дело» в России. Так, постепенно во многих российских городах началась эпоха массового лакового производства. Пришло это производство и в подмосковное село Данилково (сегодня это село входит в состав Федоскино). Первая маленькая лаковая «фабрика» возникает в 1895 году, когда купец П.И. Коробов организует в селе изготовление лакированных козырьков для военных. Позже Коробов едет в Германию, где знакомится с созданием различных изделий из папье-маше. Возвратившись на родину, организует собственное производство. Сегодня без федоскинской миниатюры трудно себе представить русскую лаковую миниатюру. Она стала визитной карточкой этого тонкого художественного промысла.

Для лаковой миниатюры характерна многослойная темперная живопись по намеченному белилами рисунку. Сначала наносят цветные пятна, затем пишут миниатюры и детали, потом вводят золото и так называемый пробел, когда на светлые части наносят краску в несколько приемов, увеличивая количество белил в основном тоне. Как правило, мастера прибегают к сложной живописной технике — лессировке или живописи «плавями», заключающейся в многослойном письме прозрачными мазками, когда нижние слои живописи просвечивают сквозь верхние. Роспись изделия выполняется в несколько этапов:

1. Работа над изделием начинается с обработки заготовки. Её выравнивают наждачной бумагой и грунтуют. Затем все наружные и внутренние стороны окрашиваются в выбранный цвет. После этого художник оформляет изделие своей живописью.
2. На изделие переводят рисунок. Для этого обратная сторона рисунка натирается сухим порошком мела или белил,

- пальцем; затем рисунок накладывается на поверхность предмета и тщательно переводится тонко отточенным карандашом. Чтобы при переводе рисунок не сдвигался и не перекашивался, могут временно его верхние углы приклеить к поверхности предмета каким-либо лёгким клеем. Когда рисунок снимают, на поверхности предмета остаётся чёткий отпечаток. Остатки порошка белил смахиваются, чтобы контуры рисунка остались чистыми.
3. Белильная подготовка, которая делается для того, чтобы цвет красок держался прочнее.
 4. Роскрыши красками — наложению цветных пятен. Для роскрыши, как и для подготовки белилами, используют кисть средней остроты. Из подготовленных красок составляются на палитре тона разной густоты. Один из приёмов роскрыши — когда все элементы живописи раскрываются плавью, всякий своим одним основным тоном.
 5. Роспись — прорисовка по роскрыши тёмным тоном всех контуров и деталей: контуры стволов и сучья деревьев, общие формы листьев, уступы гор, рисунок волн, контуры и складки одежды человека, контуры животных, сооружений и их деталей, а также всех других элементов композиции. Для росписи составляется тёмный тон, в большинстве случаев из жжёной умбры, которую разводят яичным разбавителем, а затем острой беличьей кистью выполняют роспись.
 6. После росписи делается приплавка теневых и световых частей всех элементов композиции кистью средней остроты с целью дополнительного подчеркивания объёма. В результате получаются переливы нескольких разных тонов, и общий тон становится звучней.
 7. Последующая окончательная отделка красками одежд, фигур человека и всех предметов пейзажа ставит целью ещё больше усилить условный объём всех элементов и придать им законченность.

8. После того как художник поставил свою подпись на изде-
лии, оно покрывается лаком и просушивается, а затем по-
лируется.

В заключении нужно сказать о том, что не забывайте о
своем родном крае, не упускайте возможность насладиться
его красотой и мудростью. Ведь в нем заключены тысячи исто-
рий, сотни традиций и бесконечное количество чувств, ко-
торые делают нас такими, какие мы есть. Берегите и цените
свой родной край, он дарит нам силу и вдохновение для но-
вых свершений.

МУРАЛ КАК ОТДЕЛЬНЫЙ ВИД ИСКУССТВА

*Гиндина К., студентка ГБПОУ «ПГК».
Научный руководитель:
преподаватель Витенко Е.Л.*

Мы привыкли к тому, что произведения искусства нахо-
дятся за стенами музеев, но уличное искусство переворачива-
ет эту концепцию с ног на голову и словно выворачивает му-
зей наизнанку — в картинную галерею превращается сам го-
род.

Вместе с уличной модой и уличными танцами наш
культурный ландшафт меняет стрит-арт. Уличное искусство,
которое еще недавно считали одной из форм вандализма до-
билось официального признания. Сегодня муралы добавляют
красок серым спальным районам и становятся зеркалом того,
что происходит в мире.

Муралом называется вид монументальной живописи
на стенах архитектурных сооружений. Слово произошло от
испанского тигро, что в переводе означает «стена». Как от-
дельный вид искусства появился около века назад в Мексике
— во время революционных событий 1920-х годов. Худо-
жники последовали призыву выйти из мастерских, чтобы
нести в массы новое революционное искусство.

Мурал в наши дни является востребованным видом уличного искусства в больших городах. Власти крупных мегаполисов охотно предоставляют художникам габаритные вертикальные площадки для росписи. Красивые картины эффектно смотрятся на фоне однообразной застройки и привлекают туристов из разных уголков Земли.

Классификация и особенности муралов

Среди множества разнообразных муральных тематик наибольшей популярностью в большинстве стран мира пользуются:

1. Социальная. Затрагивает острые проблемы современного общества.
2. Патриотическая. Является частью официальной пропаганды государства.
3. Философская. Служит средством выражения индивидуальных творческих идей художника.
4. Эстетическая. Идеально подходит для улучшения визуального восприятия городского пространства.
5. Религиозная. Прославляет величие Бога и заставляет человека задуматься о вечных духовных ценностях.

Муралы, как и обычные городские граффити создают с помощью нескольких различных живописных техник. Основными инструментами для нанесения изображений на стену служат:

1. аэрозольные баллончики с красками;
2. валики;
3. кисти;
4. заранее подготовленные трафареты.

Сегодня не только в любой столице мира, но и даже в небольших городках можно найти монументальные работы уличных художников. Места их дислокации наносят на карты, вносят в списки достопримечательностей, водят к ним экскурсии.

Муралы современных художников стали появляться на стенах общественных и промышленных зданий, как это было в советское время. **Самый известный пример** — роспись фасада металлургического комплекса «Стан-5000» Выксунского металлургического завода, которую выполнил российский уличный художник Миша Most.

Майя Плисецкая на Большой Дмитровке

Мурал великой русской балерины выполнил бразильский художник Карлос Эдуардо Фернандес Лео, который работает под псевдонимом Эдуардо Кобра.

Где: Москва, ул. Большая Дмитровка, 16

Фестиваль стрит-арта в Балашихе

В новую достопримечательность превратились некогда «недружелюбные» многоэтажки подмосковной Балашихи. Здесь недавно завершился фестиваль стрит-арта «Культурный код».

Андрес Петросели из Аргентины под псевдонимом Sobre творит в стиле анимализма. Тема его работы в Балашихе – животные и их помощь друг другу.

Киномуралы

Киногерои – один из источников вдохновения уличных художников. На стене дома 1/5 по ул. Александра Солженицына запечатлели кадр из фильма о войне: герой Василия Ланового встречает суворовца Ваню, внука боевого товарища.

Еще один мурал-посвящение легендарному киноперсонажу можно найти в 1-м Щипковском переулке, где родился советский кинорежиссер Андрей Тарковский. Художник Zoom (имя неизвестно) увековечил в мурале сцену из его фильма «Ностальгия» (1983) о тоске по родине. На ней легендарный актер Олег Янковский несет свечу, заслоняя ее пламя своим пальто.

Рязанская область — родина 387 Героев Советского Союза. Это самое большое число героев среди регионов России» — такое граффити появилось по улице Маяковского в рамках проекта «Рисунки Победы» летом 2018 года. Идею

увековечить героев Великой Отечественной войны инициировали активисты регионального отделения Всероссийского общественного движения «Волонтеры Победы», а материалizовал снова Александр Демкин.

Как рассказал художник, главные «персонажи» мурала — это буквы. И чтобы не отвлекать внимание от сути, Александр использовал минимум цветов. Благодаря 3D-эффекту кажется, будто слова выгравированы на огромном — в два этажа — черном монументе. Создание героического арт-объекта приурочили к Дню памяти и скорби.

Еще одна рязанская работа посвящена теме спорта. Она располагается на фасаде Академии тенниса имени Озерова.

Фигуру теннисиста писали в конце октября 2018 года. Над ней работали Александр Демкин совместно с дуэтом братьев-близнецов Юрия и Анатолий Зеленских 3TWINs из Белгорода.

Иногда к созданию монументальных полотен в городе подключаются предприятия. Например, поддержал уличное искусство Рязанский завод битумных материалов «Газпром нефти». Благодаря ему в 2021 году яркий мурал появился на фасаде школы №49 в поселке «Строитель». Его нарисовала художник Евгения Калинкина.

Рисунок определяли путем голосования в соцсетях. Выбирали из четырех эскизов. На всех были изображены разные животные Окского заповедника. В результате главными героями стали типичные представители рязанской фауны — олень, лисицы и выдра.

Яркие муралы на улицах Екатеринбурга

Мурал на улице Репина от петербургской художницы NADYA. Он изображает четырех всадников. В работе пересекается множество мотивов, отсылок и стилистик: так, зритель заметит и элементы магического реализма, и типографику, и даже отголоски узнаваемых деталей древнегреческих храмов.

«Радость творческого пути» — так называется работа московского художника Дениса Kibeda. При ее создании художник опирался на контекст места: стена центра культуры «Молодежный», на которой расположен мурал, — это точка креативной, а особенно музыкальной энергии города.

Главным героем своего мурала Полина Головачева выбрала человека, переживающего непростые эмоции.

Сейчас в Самаре больше 40 современных муралов. Все они были созданы по инициативе властей, в рамках фестивалей или творческих инициатив горожан.

Строки из стихотворения В.В. Маяковского

Автор: Покрас Лампас

Где найти: Маяковский спуск Набережной реки Волги

Мальчик-космонавт

Автор: Андрес Иглесиас

Где найти: Галактионовская, 2

Древний Сфинкс

Автор: Мария Хардикова

Где найти: Галактионовская, 37

Два лица, слияние душ

Автор: Луис Густаво Мартинс

Где найти: Льва Толстого, 82

Космос и авиация

Автор: Миша Most

Где найти: Молодогвардейская, 57

Волны да Винчи

Автор: Денис Вертиго и Егор Остров

Где найти: Молодогвардейская, 57

Микс поколений

Автор: Арес Бадсектор

Где найти: Чапаевская, 103

Древо жизни

Автор: Алексей Кислов

Где найти: Маяковского, 20

Воспоминание

Автор: Павел Orez

Где найти: Пушкина, 195

Космос-один

Автор: Покрас Ломпас

Где найти: площадь Сельского хозяйства

Играющие дети

Автор: Роман Мураткин

Где найти: Первомайская, 24

Один из проектов - “Общее решение” под кураторством Андрея Сяйлева.

Горожане голосовали за цвета, в которые будет покрашен забор ГРЭС, разделяющий две части самарской набережной - “старую” и “новую”. Также можно было в качестве волонтера поучаствовать в создании арта.

На здании Поволжского государственного колледжа художник изобразил девушку, символизирующую добро, которое объединяет неравнодушных людей со всего мира. На картине видно, как к большому пламенному сердцу девушки тянутся люди, а рядом надпись: «Каждый важен».

А в последнее время появляется все больше муралов по теме СВО.

Сегодня муралы занимают достойное место в мировой культуре. Они играют важную роль в формировании комфортного для проживания людей городского пространства, привлекают туристов и служат прекрасным средством для самовыражения талантливых живописцев.

Мурал и граффити - это схожие виды уличного искусства, но граффити выродились нередко в бессмысленный набор изображений, понятных только организаторам, а муралы являются действительно произведениями искусства, не-

сущие глубокую идею или смысл. Появление муралов в общественно значимых местах согласуется с властями и нередко оплачивается работа художников из местных бюджетов. А некоторые граффити безымянны и вызывают раздражение тем, что одно и то же появляется на каждом повороте. Анонимные рисунки и надписи на сооружениях, не имеющие художественной ценности, относят к граффити.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Муралы – это язык общения, на котором города могут разговаривать на разные темы: от призывов обратить внимание на существующие проблемы до абстрактного визуального преобразования серых стен. Это важный инструмент для социальных и политических инициатив, а также сохранения культурного наследия.

Список использованных источников

1. Монументальная живопись // Краткий словарь терминов изобразительного искусства / Под общей редакцией Г. Г. Обухова. — М.: Советский художник, 1961. — С. 96—98. — 190 с. — 15 000 экз.
2. Клаудиа Вальде: МУРАЛ XXL. Монументальная настенная живопись
3. Саймон Армстронг «Тейт Модерн»
4. <https://www.culture.ru/s/slovo-dnya/graffiti/>
5. <https://veryimportantlot.com/ru/news/obchestvo-i-lyudi/chto-takoe-mural>
6. <https://dzen.ru/a/ZBnUNdkQFhyfIiBt>

ПРИЛОЖЕНИЕ А



ПРИЛОЖЕНИЕ Б



«ХУДОЖНИКИ-ДЕКОРАТОРЫ В ТЕАТРАЛЬНОМ ИСКУССТВЕ»

Никонова А., студентка ГБПОУ «ПГК».

*Научный руководитель:
преподаватель Шамкова Н.И.*

Сегодня театр – неотъемлемая часть культуры мирового сообщества. В кассах можно купить билеты на оперу, балет, драму или кукольное представление. За сценой работают тысячи человек, творческих, бесстрашных, готовых блеснуть своим талантом, чтобы показать зрителю не просто представление, а целую историю. Возникновение театра было связано с глобальным расцветом культурной и духовной жизни людей. Началось оно с Древней Греции и активно развивается до сегодняшнего дня.

Волшебный мир театра наполнен удивительными эмоциями. Чарующая атмосфера создаёт ощущение волшебства. Приходя в театр, зритель видит исключительно игру актёров, именно им достаются все лавры: зрительская любовь, цветы, аплодисменты. На самом деле над реализацией идеи одного спектакля, даже без учёта автора пьесы, трудится множество людей.

Художественный руководитель Человек, занимающий эту должность, несет ответственность за «творческий результат». Он готовит репертуар и принимает решение о постановке спектаклей. В его обязанности входит управление и контроль за результатом творческой деятельности:

- Подготовка репертуара.
- Согласование спектаклей.
- Переговоры со спонсорами и партнерами.
- Решение кадровых вопросов.
- Кроме того, вместе с директором худрук принимает решения касательно финансирования и формирует годовой бюджет театра.

Заведующие художественно-постановочной частью и мастерской Эти профессии – высшие ступени в рабочей театральной карьере. Обязанности их представителей сводятся в основном к бюрократической и организационной работе:

- подбирать кадры для мастерской и повышать их квалификационный уровень; внедрять новые технологии; решать текущие технические вопросы (например, касающиеся ремонта декораций, состояния реквизита, костюмов и так далее).

Заведующий костюмерной Представитель этой профессии отвечает за то, чтобы каждый артист был обеспечен костюмами и имел запасной гардероб. Кроме того, он должен уметь делать все то же, что и рядовой костюмер: правильно хранить одежду и ремонтировать ее; выполнять подгонку по размерам; помогать актеру быстро одеться. Когда идет спектакль, заведующий костюмерной находится за кулисами. Если нужно срочно починить поврежденный костюм, он решает эту проблему.

Осветитель и художник по свету Осветитель – это человек, занимающийся созданием световых эффектов, которыми сопровождается спектакль. Он также обязан следить за бесперебойной работой аппаратуры. У такого специалиста может не быть технического образования, но он должен хорошо понимать основы света и цвета и оперативно реагировать на форс-мажорные ситуации. В маленьком театре осветитель может одновременно исполнять обязанности художника по свету. В его задачи входит создание так называемой «световой партитуры». Он должен знать, что, где и какими оттенками светит, когда мигает, а когда и вовсе гаснет.

Реквизитор Заменить коньяк чаем, а вино – соком. Это не совет для тех, кто борется с алкогольной зависимостью, а театральная хитрость. Ведь на сцене все должно выглядеть максимально правдоподобно, а актеры при этом – быть трезвыми. Отвечает за это реквизитор. Работа представителя этой профессии не видна. И все же по важности она не усту-

пает искусству актера. В арсенале реквизитора – сотни разных предметов. Он должен четко помнить, какие из них используются в каждом спектакле.

Художники и дизайнеры К этой категории профессий относятся гримеры и постижеры, бутафоры, художники-модельеры театрального костюма.

Постижер и гример Кто такой гример, знают, наверное, практически все. А вот слово «постижер» слышали немногие. Так называется специалист, который изготавливает искусственные усы, бороды и парики. Представители этих профессий должны обладать тонким художественным чутьем и вкусом, навыками парикмахера и визажиста. Кроме того, аллергические реакции на пыль, косметику, клей и шерсть закрывают путь в постижеры. Зачастую гример сам придумывает, как «раскрасить» актера. Чтобы сделать это наилучшим образом, ему надо понимать режиссерский замысел, знать, как выставлено освещение и как персонаж будет передвигаться по сцене. Ему постоянно нужно быть начеку за кулисами, чтобы подкорректировать грим или дать актеру новый парик вместо случайно оброненного со сцены. Опытный театральный гример может дополнительно зарабатывать, преподавая визаж, а также на профессиональных фотосессиях в модельном бизнесе.

Бутафор Трудоустроиться в театр бутафором может выпускник художественного высшего учебного заведения. Основные требования: любить ручной труд, отлично разбираться в красках и клеевых составах. В обязанности художника-бутафора входит изготовление эскизов, согласование их с постановщиком, руководство цехом. Рядовой бутафор работает по готовому эскизу. Он занимается завариванием клейстера и клея, нарезанием бумаги, замешиванием глины, оклеиванием и окрашиванием – словом, изготовлением декораций и реквизита.

Художник-модельер театрального костюма Представитель этой театральной профессии отвечает за создание костюмов, эскизы которых ему предоставляет худрук или ре-

жиссер-постановщик. От уровня сложности работы и количества сотрудников мастерской зависит, будет ли он руководить швеями или заниматься кроем и шитьем самостоятельно. Человека без соответствующего образования и хотя бы небольшого опыта в швейном деле в эту профессию не возьмут. Художник-модельер должен обладать теоретическими знаниями истории костюма, символизма цветов и орнаментов, специфики театральных спектаклей

Что бы получить нужный образ для спектакля, который без слов может показать зрителю его содержание, нужно сильно постараться. В этом и состоит важность художников в театре, так как именно на их плечи ложится задача воплощения нужной задумки режиссёра.

Самара (Куйбышев) издавна славилась своими театральными традициями. Первая профессиональная театральная труппа в Самаре появилась в год образования Самарской губернии. Особняк купца Лебедева стал «колыбелью сценического искусства в Самаре», но просуществовал недолго, сгорев в страшном пожаре 12 мая 1854 г.

Мысль о создании настоящего постоянного театрального здания возникла у губернатора К.Г. Грота и была поддержана местным дворянством. В результате 16 октября 1855 г. театр, построенный на средства горожан, был открыт.

На рубеже 20-х и 30-х группа молодых ленинградцев во главе с Николаем Константиновичем Симоновым, поставила перед собой сложную задачу – поднять Самарский театр до столичного уровня. Много было сделано в этом направлении молодым журналистом Максимом Горьким, который стал завсегдатаем театра. Среди тех, кто в разные годы возглавлял театр были: И.А. Ростовцев (1936-1938), М.А. Гершт (1946-1951), Е.А. Простов (1953-1957), П.Л. Монастырский (1959-1965, 1967-1995), В.А. Гвоздков (с 1995 по настоящее время)

С именем Монастырского связаны наиболее яркие и значительные достижения Самарского театра.

В 1977 г. Куйбышевскому драматическому театру имени А.М. Горького за большие заслуги в развитии искусства было присвоено почетное звание «Академический».

Во главе с художественным руководителем заслуженным деятелем искусств РФ В. Гвоздковым и главным режиссером В. Гришко лучшие традиции Самарского театра продолжают представители разных поколений: народные артисты РФ Ж. Романенко и В. Борисов, заслуженные артисты РФ И. Морозов, В. Турчин, О. Белов, В. Гальченко, А. Амелин, В. Пономарев, Е. Лазарева, Ю. Машкин, артисты Е. Ивашечкина, В. Жигалин, В. Сухов, А. Коровкина, Г. Кузубов, Д. Евневич, А. Евневич, Н. Лоленко, В. Мирный, Ф. Греков, В. Сапрыкин, Ф. Степаненко, Е. Аржаева, Н. Попова, В. Смыкова, Л. Федосеева, Н. Якимова, В. Филиппова, И. Байбииков и совсем молодое поколение артистов, пришедших в театр после окончания СПбГАТИ: Л. Анциборова, Е. Рузина, В. Богданов, С. Видрашку, Н. Ионова, А. Фадеев, А. Костюк, С. Маркелов, Н. Прокопенко, Е. Шабалина

В стенах театра все, начиная работниками гардероба и заканчивая гримерами, осветителями, актерами и режиссерами, трудятся над созданием особого мира – спектакля. Все добровольно связывают себя одной целью и стремлением.

Однако, с течением времени, театр утрачивает свою культурную значимость.. Живого общения становится все меньше. Прогресс уходит в сторону новых и уже укрепившихся технических веяний: социальные сети, виртуальная реальность и прочее. происходит переоценка общих ценностей. Молодёжи он становится не интересен.

Слова расстроенного и огорченного доктора Ватсона в наше время звучат особенно остро и актуально: «Как ужасно было бы жить в мире, где не с кем было бы поговорить о поэзии, о живописи, о политике. Где каждый знает только то, что ему нужно для дела». Так нужен ли театр современному обществу, какое значение он имеет в нынешних условиях и какую пользу несет для зрителя?

ИСКУССТВО ВЫПОЛНЕНИЯ ГРАФИЧЕСКИХ ИЛЛЮСТРАЦИЙ В ИЗДАТЕЛЬСКОМ ДЕЛЕ НА ПРАКТИКЕ

Ожигина К., студентка ГБПОУ «ПГК».

*Научный руководитель:
преподаватель Бубнова Е.Г.*

Я выбрала эту тему, потому что желаю развиваться в сфере иллюстраций.

Искусство выполнения графических иллюстраций в издательском деле является важной частью создания книг и журналов. Графические иллюстрации не только украшают текст, они также помогают передать информацию читателю и привлечь его внимание. Давайте рассмотрим, как верстаются иллюстрации в книгах и какие правила следует соблюдать при их создании.

Верстка иллюстраций.

Процесс верстки иллюстраций в книгах начинается с выбора подходящего места для каждой картинки. Иллюстратор должен учитывать не только эстетические аспекты, но и контекст текста, чтобы иллюстрация гармонично вписывалась в макет страницы. Размер, расположение и композиция иллюстрации играют важную роль в ее восприятии читателем.

При создании графических иллюстраций для издательств существуют определенные правила, которые помогают добиться качественного и профессионального результата. Важно учитывать технические требования издания, такие как формат и разрешение, чтобы иллюстрация выглядела четко и качественно после печати. Также следует учитывать цветовую гамму, шрифты и стиль дизайна книги, чтобы иллюстрация сочеталась с общим оформлением.

Целевая аудитория и правила создания.

Кроме того, иллюстраторам важно учитывать целевую аудиторию книги, чтобы выбрать подходящий стиль и содержание иллюстраций. Например, для детских книг рекоменду-

ется использовать яркие цвета и простые, запоминающиеся образы, чтобы привлечь внимание маленьких читателей.

Таким образом, искусство выполнения графических иллюстраций в издательском деле требует не только творческого подхода и профессиональных навыков иллюстратора, но и умения соблюдать технические и стилистические правила, чтобы создать качественные иллюстрации, которые эффективно дополняют текст и делают книгу уникальной и привлекательной для читателя.

Можно сказать, что иллюстрации являются неотъемлемой частью современной культуры и всегда будут актуальны. Развитие технологий делает издательское искусство доступным для более широкого круга людей, в том числе и для художников. Особенно активно иллюстрации развиваются в цифровой сфере, digital-рисовании, предлагая новые возможности и границы для креативного выражения.

Проблема исследования.

Главной проблемой является то, что в погоне за успехом и популярностью, иллюстраторами норовят становиться неподготовленные люди, совершенно не имеющие базу знаний о том, как правильно верстать и создавать грамотные иллюстрации.

Современные иллюстратор.

Полина Граф – современная художница и писательница. Она успела проиллюстрировать цикл романов Терри Пратчетта, написать своё фэнтези «Эквилибрис», войти в список 100 самых влиятельных людей российской креативной индустрии.

Ales пишет книги, рисует иллюстрации и обложки к ним. Работает карандашом, на планшете и в фотошопе. Участвовал в фестивалях на «Аллеях авторов», «Зинах» и прочих фан-проектах. Ведет популярную группу ВК, где его читают 50 тысяч человек.

Иллюстратор mortarphan живет и работает в Красноярске, где она в течение 6 лет училась в художественном институте на факультете керамики. Творчеством девушка занима-

ется еще с детства. Большинство ее работ пронизаны этническими мотивами, причудливыми мифическими и фэнтезийными образами: “В институте мы изучали культуру разных народов, историю орнамента и декоративно-прикладного искусства, археологию. Я родом из Сибири, в нашем городе есть потрясающий краеведческий музей, поэтому меня давно тянуло к подобному”.

Список использованных источников

1. Джанда Майкл «Сожги свое портфолио! То, чему не учат в дизайнерских школах» - Питер, 2023. - 385 с.
2. Натали Ратковски «Профессия — иллюстратор. Учимся мыслить творчески» - Манн, Иванов и Фербер, 2012. – 328 с.

МУЗЫКА МОЕГО ГОРОДА

*Рогачева Т.С., студентка ГБПОУ «ПГК».
Научный руководитель:
преподаватель Тюрина О.А.*

Когда мы употребляем словосочетание «Музыка Самары» то говорим об очень обширной теме - здесь мы можем рассуждать и о звуках города, и о местных исполнителях и их репертуаре, и даже о речевых особенностях, ведь это тоже в своем роде музыка. В любом случае, что бы из перечисленного мы не рассматривали, везде есть свои особенности и при желании и должном любопытстве легко можно отследить взаимосвязь с характером самарчан. Предлагаем вам рассмотреть менталитет и музыку Самары.

В последнее время среди молодежи города получил распространение новый термин - «Волжский гедонизм». Гедонизм - это философия призывающая наслаждаться, созидать и получать удовольствие. В случае Самары речь идет про неторопливый темп жизни и природу, которой невозможно не наслаждаться. Издание «Eda.ru» характеризует этот об-

раз жизни так: «Волжский гедонизм - это о том, что клерки из бизнес-центров прямо в костюмах спускаются к воде, чтобы совершить обряд вечернего заплыва. О том, что с утра, едва продрав глаза, можно взять велосипед рвануть на пристань и уплыть на теплоходе-омике на Заволгу (так, в одно слово, называется противоположный, нетронутый городской застройкой берег), а после в офисе вытряхивать из волос песок и выветривать запах раков».

Наверное, настоящие самарцы, людям с крепкими нервами, правилами и принципами, кажутся странными. Очень давно в их душах поселился анти снобизм и малая забота о чужом мнении. Самарская лука будто обозначила место, где должен был появиться город немного отделенный от остальной Волги. Город, рождающий в людях самодостаточность, размеренность и контрасты.

Музыкальная сцена Самарской области и ее взаимосвязь с менталитетом. Музыка Самары имеет довольно обширную историю. Практически каждый знает о таких вещах как Грушинский фестиваль или Рок над Волгой, многие с удовольствием подпевают строчкам «Хлопай ресницами и взлетай» группы Братья Грим, зародившейся в Самаре, а Сергей Жуков и группа «Руки Вверх», родом из Тольятти, прогремели на всю страну. Все это - самые успешные проекты и исполнители нашего города, но если мы начнем анализировать творчество самых популярных музыкальных исполнителей на предмет связи с менталитетом, то сделать это будет труднее, нежели чем мы рассмотрим молодых локальных авторов. Возможно, они более ориентированы на самарскую аудиторию, а может отсутствие массовой славы дает им возможность создавать треки и неосознанно вносить туда больше местных настроений, точного ответа нет. В творчестве молодых исполнителей очень ярко прослеживается отражение самарского стиля жизни, причем как в текстах, так и в мотивах, темпе, инструментах и обложках альбомов. Если мы вернемся к менталитету города, то каким исходя из него, должно быть Самарское звучание? Можно предположить, что

это плавные и ритмичные мотивы, разнообразие инструментов и вокала. Именно такую музыку создает дуэт «Cheese People», состоящий из Аллы Четаевой, одной из ведущих самарских диджеев и Ольги Чубаровой, обладающей бархатым и в то же время резким голосом. За плечами у группы выступления на солидных фестивалях SKIF, Stereoletto и литовском Be2Gether. Всего за два года Cheese People из нахальной группы с Myspace, удачно разместившей свой хит «Ua-a-a!» в рекламе шоколада, превратились в один из лучших живых коллективов страны. В композициях Cheese People - фанковые вибрации, ломаные ритмы, забавные сэмплы, простые панковские рифы и смешной тонкий, местами хрипловатый женский голосок. В полуэлектронном мире Cheese People уже семь лет царят праздник и праздность, легкость и улыбка - как будто у лучшего друга на дне рождения. Похожесть на все на свете и универсально - непонятный английский язык их текстов не мешает пировать белозубой иронии: банальными шутками квартет не бросается - вместо этого веселит неожиданными электронными ходами, сэмплами из песен Бритни Спирс и другими цитатами и аллюзиями. То, что получается у них в итоге, рассчитано если не на обожание и славу, то на добрую улыбку.

Говоря о современной музыке, не возможно обойти стороной рэп и его представителей. В этом направлении местной сцены тоже есть приверженцы волжского гедонизма, один из которых - «МС Сенечка». Это молодой хип хоп музыкант из Самары, покорившей простотой и светлым, приятным созиданием. Треки МС Сенечки от и до пропитаны этой философией. Рэп и хип-хоп как правило подразумевает быстрый речитатив, но в случае этого исполнителя жанр приобретает приятное, успокаивающее звучание. Его лирика, как правило, настолько простая что звучит как разговор с другом. Один из его заглавных треков «Утро» это прямое описание того как автор начинает свой день, простое но при этом точно отображающее стиль жизни в солнечном городе где не хочется никуда торопиться:

«Встать с кровати очень трудно, но я встал и я доволен
Пока тихо плетусь до ванной, в наушниках Gorillaz
Я в них с самого утра да, это немного странно
Но отраднo так празднo с музлoм прoвoдить всё утро
Я умылся и покушал, но не знаю, что мне делать
Вроде, музыку послушал, и посмотрел Ютуб
Позвонил своим друзьям, и позвал скорей гулять
Но сейчас никто не может, вот чёрт.»

За псевдонимом «МС Сенечка» скрывается 23-летний музыкант Сеня Лисейчев, которого называют одним из самых ярких фрэшменов этого года. В апреле у него вышли «Хип-хоп будни» — дебютный альбом, пропитанный непривычными для русского рэпа добрыми текстами. Творчество этого исполнителя соответствует самым добрым и альтруистичным настроениям Самарского менталитета. Здесь и антиснобизм, и простота, дающая ощущение что ты слушаешь не просто трек, а скорее будничный рассказ близкого друга.

Оба рассмотренных выше исполнителей производят музыку, наполненную светлыми чувствами и оптимизмом, и здесь хотелось бы рассказать про интересный феномен музыки Тольятти. Если наиболее распространенный жанр Самарской музыки это инди-поп, подразумевающий мелодичность и отсутствие тоски, то в Тольятти на данный момент наибольшее количество групп работают в жанре пост-панк. Пост-панк это жанр заикленный на прошлом, это рефлексирующий жанр. Авторы часто погружаются в тоскливую действительность с ее панельными домами и унылой рутинной. Постоянной темой лирики здесь является серость жизни, страх будущего и холод человеческих отношений. Удивительно, насколько разнятся музыкальные движения в соседних городах.

Подводя итог, хочется сказать о том, насколько творчество вольно или невольно отражает действительность. Там, где есть эмоция или запрос на нее всегда будет нечто, отвечающее им. Самара - город контрастов и света, и в независи-

мости от того, какие произведения создают локальные авторы они всегда будут содержать в себе хоть немного добра, альтруизма и волжского гедонизма.

ИСКУССТВО МЕХЕНДИ»

Роднина А.А., студентка ГБПОУ «ПГК».

*Научный руководитель:
преподаватель Новикова С.В.*

Традиционная индийская роспись по телу – мехенди – неотъемлемая часть культуры этой страны. С её помощью украшали женские руки на свадьбы, расписывая их от пальцев до плеч полностью. Также мехенди могли рисовать для защиты от тёмных сил или, не закладывая определённый смысл, для эстетического удовольствия.

Актуальность темы заключается в безопасности нарисованных хной временных орнаментов. Они не вредят коже, быстро и легко смываются. Таким образом можно создать множество уникальных рисунков на теле на недолгое время. Для художников это ещё и изучение культуры Индии, оттачивание навыков в рисовании мелких деталей.

Мехенди, или менди — древняя техника нанесения нательных рисунков хной. Сегодня трудно установить, где и когда берет начало традиция мехенди. Исследователи считают, что техника появилась еще пять тысяч лет тому назад в странах Востока, предположительно в Индии или Персии. Изначально, менди могли себе позволить только обеспеченные люди. Это происходило из-за того, что только представители высших каст могли позволить себе недешевую на то время хну. Но вскоре замысловатое украшение стало символом Индии наряду с сари.

В Индии для создания мехенди используется природный краситель хна, который добывают из листьев дерева лавсонии. Это делает роспись не только эстетически привлекательной, а и безвредной для организма. Также, хна известна своими гипоаллергенными и антисептическими свойствами,

что благотворно влияет на кожу, заживляя трещины и раны, а также делает кожу мягче.

Первые упоминания о мехенди найдены в древних индийских текстах Ригведы и Атхарваведы, которые датируются примерно 5000 лет назад. Это свидетельствует о долгой истории этого искусства.

По легенде, мехенди появился в Индии, где его использовали в качестве украшения невесты во время свадебных церемоний. С течением времени, мехенди распространился на другие регионы, такие как Пакистан, Бангладеш и Шри-Ланка.

Мехенди имеет глубокое символическое значение и часто используется в религиозных и культурных обрядах. Он считается символом любви, плодородия и счастья.

Узорами расписывались различные части тела для любых целей: невестам расписывали руки от пальцев до плеч, чтобы пожелать удачи и счастья в браке и показать женскую красоту, также орнаменты рисовали для защиты от тёмных сил, обычно такие делались на кистях рук. Узоры могли и просто украшать человека и дополнять его образ.

В разных культурах мехенди имеет разное назначение и значение. В индийской культуре мехенди традиционно используется во время свадебных церемоний и праздников. Невесты носят сложные и красочные узоры мехенди на своих руках и ногах, чтобы выразить красоту и благосостояние. Мехенди также является символом любви и привлекательности в индийской культуре.

В других культурах, таких как арабская и африканская, мехенди также играет значимую роль. Он может использоваться во время праздников, религиозных церемоний и особых событий. В этих культурах мехенди часто используется для украшения рук и ног женщин. Красивые и сложные узоры мехенди являются символом роскоши, красоты и женственности.

В Индии мехенди является неотъемлемой частью свадебного обряда. Невеста и ее подружки наносят узоры на руки

и ноги с помощью хны. Узоры мехенди символизируют любовь, счастье и процветание в новой жизни. Также мехенди является неотъемлемой частью празднования фестиваля Каравачитры.

В Пакистане мехенди также олицетворяет свадьбу и другие праздники. Женщины наносят сложные узоры, которые покрывают большую часть рук и ног. Узоры мехенди в Пакистане часто включают в себя символы из исламской культуры и природы.

В Северной Африке мехенди является частью традиционного обряда Хина. В этих странах мехенди наносят на руки и ноги невесты перед свадьбой. Традиционные африканские узоры включают геометрические примитивные фигуры и символы, связанные с женственностью и плодородием.

В Турции мехенди является частью празднования религиозных и традиционных праздников. Женщины наносят мехенди на руки и ноги и участвуют в обрядах, посвященных детям, свадьбам и рождеству. Узоры мехенди в Турции сложные и детализированные, часто включающие цветы, листья и геометрические узоры.

Каждая страна имеет свои уникальные традиции в использовании мехенди. Узоры и символы, используемые в мехенди, отражают культуру и значения этих стран. Независимо от страны, мехенди остается популярным искусством украшения тела, которое способно украсить и выразить индивидуальность каждого человека.

В индуизме, мехенди играет важную роль в свадебных и религиозных церемониях. Нанесение мехенди на кожу считается священным действием, которое привлекает добро и прогоняет зло. Одной из главных церемоний, где мехенди используется, является «Мехенди-Расм». Во время этой церемонии невеста и ее подруги украшают свои руки и ноги мехенди-рисунками, чтобы придать им красоту и удачу.

В исламе также существует традиция ношения мехенди, особенно во время свадебных церемоний. Нанесение мехенди на руки и ноги невесты стало обязательным ритуалом, ко-

торый символизирует красоту, благородство и счастье. Красиво украшенные мехенди-рисунки также служат защитой от сглаза.

Мехенди также имеет свое значение в традиционной медицине Индии. Его растительные ингредиенты имеют охлаждающее и антисептическое действие, поэтому мехенди часто используется для уменьшения воспаления и заживления ран. Он также считается полезным для снятия стресса и улучшения кровообращения.

В некоторых культурах мехенди является формой медитации и духовной практики. Нанесение мехенди на тело сосредотачивает внимание, способствует расслаблению и позволяет соединиться с внутренним «я». Красивые мехенди-рисунки с символами и узорами, имеющими свое значение, помогают создать гармонию и единство с окружающим миром.

Мехенди играет важную роль в религиозных и духовных практиках, привлекая добро, символизируя красоту и создавая единство с внутренним миром. Он является неотъемлемой частью свадебных церемоний, ритуалов и медитаций, передавая свои символические значения и украшая тело своими узорами.

Известно, что в культуре Востока, менди воспринимается как традиционное украшение, а также служит оберегом и талисманом. В Индии считается, что каждый нанесенный на тело орнамент обладает магическими способностями. Одни элементы росписи приносят удачу, деньги и любовь, другие открывают человеку дорогу к мудрости и просветлению. В традиции сложились следующие характеристики узоров мехенди:

Восточный, или индийский огурец Символ достатка и плодородия

Знак «ом»-Сакральная мантра, символ мудрости и мироздания, демонстрирует связь человека с космосом и вечностью

Ладонь Фатимы, или хамса-Оберег от глаза и дурно-
словия, также, символ женственности и целомудрия

Лотос-Символ здоровья и вечной жизни, олицетворяет
чистоту и невинность

Спираль-Знак воссоединения с первозданной энергией,
образ Кундалини – потока, объединяющего все чакры и ве-
дущего к просветлению

Слон-Знак силы, отваги, гармонии и покоя

Рыба-Символ достатка, плодovitости и свободы

Цветы-Символ радости, счастья и веселья, олицетворя-
ют легкость и чистоту невесты

Солнце-Знак мудрости и вечности, символизирует бо-
жественную силу и величие

Крест-Символ, демонстрирующий связь божественного
и обыденного, неба и земли

Звезда-Символизирует божественное начало

Виноградная лоза -Знак привязанности и преданности

Павлин-Символ красоты и радости жизни, олицетворя-
ет прекрасную сторону человеческой природы

Лебедь-Символ женственности, верности и безгранич-
ной любви

Мандала-Символ гармонии и процветания

Кроме классических для нанесения рисунка рук и ног,
мехенди разрисовывают спину, плечи, живот и шею. Хотя со-
здание таких изображений требует много времени, выглядят
они оригинально и неповторимо.

Каждая восточная страна имеет национальные тради-
ции и особенности в нанесении сакрального рисунка мехен-
ди. Эти отличия дали начало нескольким главным стилям
мехенди. Рассмотрим основные из них :

Арабский стиль- Отличается обилием цветочных и
фруктовых мотивов. Африканский, или марокканский стиль
основан на четкости линий и узоров. В традиционном мехен-
ди преобладают геометрические фигуры, даже цветы и сим-
волы имеют строгие очертания. Кочевые бедуины также
обожают мехенди. Правда их интерпретация традиционного

рисунка сильно отличается. Жители пустыни просто окунают руку в емкость с хной, чтобы та равномерно покрыла всю поверхность.

Индийский стиль-Отличается сложными и объемными рисунками. Для создания мехенди выводят маленькие детали, что напоминают кружево и покрывают руки как перчатки. Классическими индийскими символами в мехенди считаются животные и растения.

Азиатский стиль- Традиционное мехенди здесь объединяет арабский и индийский стили. Кроме классических мотивов, азиатское мехенди отличается цветными точками на кончиках пальцев.

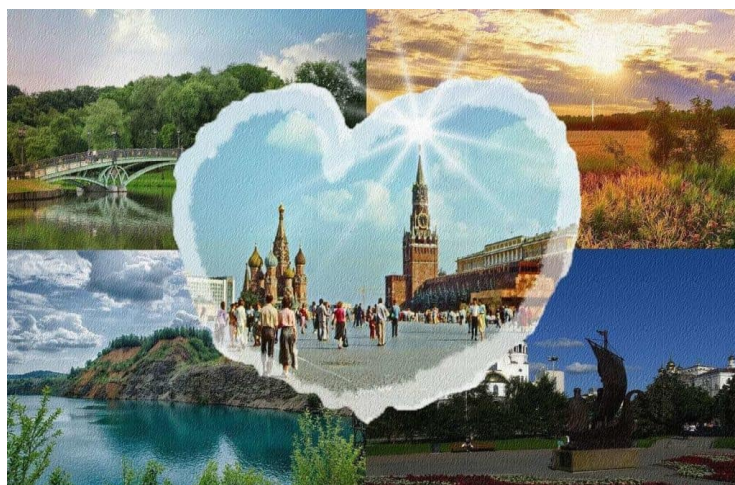
Современный европейский стиль- В Европу мехенди пришло как слияния всевозможных стилей и направлений. Здесь главное креативность и творчество. Ведь в отличие от жителей Востока, европейцы используют мехенди исключительно как украшение, или элемент декора, не придавая рисунку сакрального значения.

Хоть нанесения мехенди и уходит корнями в традиции Востока, европейские красавицы активно используют древнюю технику в усовершенствовании собственного оригинального стиля. Уже не один сезон мехенди остается на пике популярности. Украшения такого рода стильно сочетаются с одеждой и аксессуарами в стиле бохо. Нанесите причудливый рисунок на руки, а запястья и фаланги пальцев украсьте кольцами и цепочками.

СЕКЦИЯ **"СЕРВИС**



И ТУРИЗМ"



РАЗРАБОТКА КЛАССНОГО ЧАСА ПО ЗАПОВЕДНИКАМ И ПАМЯТНИКАМ ПРИРОДЫ САМАРЫ / ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ ОТ 7 ДО 10 ЛЕТ/

*Антонова А., Енина В., Попова М.,
студенты ГБПОУ «ПГК».*

*Научный руководитель:
преподаватель Щучкина Г.Н.*

Введение

В самарских школах выделяется мало часов на изучение природных мест своего родного края, а в некоторых из них не выделяется вообще. Мы предлагаем ребятам совершить путешествие по родному краю, по бесценным природным достопримечательностям Самарской земли вместе с нами в пределах школьного кабинета. Знакомство с географическими условиями, растительным и животным миром заповедников, заказников, национальных парков даст нам возможность показать величие нашей Родины, ее необыкновенные красоты и истинные жемчужины природы.

Актуальность исследования обусловлена неосведомлённостью школьников Самарской области о заповедных местах нашего региона. Данная проблема связана с тем, что в современной школьной программе самарских учащихся нет предмета, который посвятил бы их в богатую историю животного и растительного мира заповедников Самары.

Проблемы общества, на решение которых направлено исследование: следует обратить внимание на недостаток учителей, специализирующихся на этой теме; недостаток экскурсий для школьников в самарские заповедники и другие места, тесно связанные именно с природой региона; отсутствие государственной поддержки в проведении экологических мероприятий для учащихся.

Цель исследования: познакомить учащихся с заповедными местами Самарской области.

Наше исследование включает поиск информации о родном крае и разработку классного часа для детей:

Ход учебного занятия

Этапы учебного занятия	Содержание учебного материала	Методы обучения	Средства обучения	Ориентировочно по времени
1.Организационный момент	Приветствие школьников. Сообщение темы занятия. Проведение опроса «Что вы знаете о заповедниках?»	Беседа		5 мин
2.Вступительное слово	Введение			5 мин
3.Основная часть занятия:	Предоставление информации о заповедниках и памятниках природы	лекция	Использование мультимедиа	20 минут
3.1. Рассказ о национальном парке «Самарская Лука»	научные и исторические факты о заповеднике. Повествование «Легенды о каменной чаше»			4 минуты
3.2. Рассказ о национальном парке «Бузулукский Бор»	Научные и исторические факты о заповеднике. Повествование легенды.			4 мин.
3.3. Рассказ о памятнике природы «Голубое озеро»	Научные и интересные факты об озере. Рассказ о поверьях местных жителей и дереве желаний.			4 минуты

Этапы учебного занятия	Содержание учебного материала	Методы обучения	Средства обучения	Ориентировочно по времени
3.5. Рассказ о памятнике природы гора «Лепешка»	Научные и интересные факты о памятнике природы. Легенда «Клад Степана Разина».			4 минуты
Рефлексия. «Творческое задание и подведение итогов»	В конце нашего классного часа мы просим детей нарисовать растения или животных, которые запомнились из рассказа. Проводим анализ и узнаем, что учащимся понравилось больше всего. Подводим итоги проводимого опроса.	рисование	Письменные принадлежности: листы, ручки	10 мин
5. Завершение занятия:	Данное занятие проведено с целью предоставить информацию о памятниках природы в нашей области; показать важность сохранения природных мест нашей планеты.			5 минут

В рамках опроса ребята будут отвечать на следующие вопросы:

1. Знаете ли Вы что такое Заповедник?
2. Знаете ли Вы какие-нибудь заповедники Самарской области?

3. Посещали ли Вы какие-нибудь национальные парки или памятники природы в нашей области?

Содержание классного часа

1.1 Национальный парк «Самарская Лука»

Хотелось бы начать с одного из самых знаменитых мест, которое привлекает большое количество туристов со всех уголков страны.

Национальный парк Самарская Лука, образован в целях сохранения уникальных природных комплексов, имеющих особую экологическую и эстетическую ценность.

Самарская Лука – это территория, ограниченная излучиной Волги в ее среднем течении. В северной части к национальному парку примыкает Жигулевский государственный природный заповедник и г. Жигулевск. В остальном внешние границы парка представляют собой естественные рубежи излучины Волги. «Самарская Лука» находится на границе лесной и лесостепной зон, что обусловило разнообразие почвенного покрова.

Флора Самарской Луки насчитывает 1044 вида сосудистых растений. Здесь встречаются бореальные и неморальные растения, сохранившиеся с ледникового периода: толокнянка обыкновенная, динлазий сибирский, ветреница алтайская, дуб черешчатый, лещина и другие. Особый научный интерес представляют растения эндемики Самарской Луки и Жигулевской возвышенности: гвоздика волжская, качим жигулевский, молочай жигулевский, тимьян жигулевский, а 18 видов растений занесены в Красную книгу Российской Федерации. Среди лесов преобладают лиственные (97,9%), хвойные насаждения занимают всего 2,1% и представлены сосной.

На территории национального парка отмечены 304 вида наземных позвоночных животных: 71 вид млекопитающих, 212 — птиц, и — пресмыкающихся, 10 видов земноводных. Ихтиофауна Самарской Луки насчитывает 68 видов и подви-

дов. В настоящее время в районе национального парка встречаются 10 видов позвоночных и 28 видов беспозвоночных животных, занесённых в Красную книгу Российской Федерации: жук-олень, махаон, подалирий, пчела-плотник.

Помимо этого, «Самарская Лука» окутана сказаниями и интересными фактами. Мы поведаем вам одну из этих историй. «Легенда о каменной чаше».

Каменная чаша – урочище, со всех сторон окруженная горными гребнями.

По одной легенде, знаменитый сподвижник Степана Разина атаман Федор Шелудяк, убегая от царских стражников, бросился с утеса. Однако в него влюбилась Хозяйка Жигулевских гор, и, раздвинув горные камни, она забрала его к себе в тёмное подземелье. Далее версии расходятся. По одной, каменная неволя оказалась не мила атаману, и он умер с тоски. А Хозяйка Жигулевских гор с тех пор плачет, и ее горькие слезы уже много лет стекают в каменную чашу. По другой версии, атаман нарушил условие не покидать подземелье и в наказание превратился в камень. С тех пор в Жигулевских горах и стоит каменный утёс, носящий название Шелудяк.

1.2 Национальный парк Бузулукский бор

Вначале стоит отметить, что эта местность является национальным парком. Этот островной массив с преимущественно сосновым лесом расположился на границе Оренбургской и Самарской областей. Он был создан в 2007 году.

Сегодня Бузулукский бор является огромным лесным островом, имеющим форму треугольника. Площадь этого «богатства» достигает 111 000 га. Более 60 000 га - это пески. В некоторых местах их глубина равняется 90 м. По центру массива протекает река Боровка.

Среди растений бора многие виды редкие не только для Самарской области. Некоторые из растений занесены в Красную книгу. На травяных болотах Бузулукского бора со-

хранились исключительные для степной зоны растения: ряска круглолистная "насекомоядная", пушица многоколосковая – жительница тундры, реликтовый плаун булавовидный. В лесном разнотравье иногда радуется лилия кудреватая и венерин башмачок настоящий. Мало где еще в Самарской области произрастают такие кустарники, как орешник, волчье лыко, бересклет бородавчатый. А где еще в Самарской области можно отыскать естественную коллекцию мхов и лишайников, в которой есть маршанция многообразная, сфагны, кладонии, свисающие с деревьев лишайники бородачатые и прочие. Довольно увлекателен и животный мир этого изумительного уголка природы. По данным Даркшевича, фауна позвоночных Бузулукского бора насчитывает около 255 видов. Довольно хорошо она была освоена, когда тут в 1933-1948 годах действовал государственный заповедник.

Одна правдивая легенда Бузулукского бора: однажды в царские времена в бору раздавали землю. Один из наделов достался мужику Карачаеву. У него была большая семья, и вскоре хозяйство пошло на лад: земля и сосновый бор кормили Карачаевых. Однажды проездом был в этих краях путешественник, который привёз с собой необычную собаку. Увидел Карачаев пса, подивился, а тут еще и напророчили ему, что пригодится ему пёс, жизнь спасёт и не одну. И обменял Карачаев на эту собаку всех своих коней! Назвал - Муштай.

И вот однажды весной, в голодное время, пришёл в деревню большой дикий медведь. Встал Муштай на защиту, неравная была схватка, но пёс убил медведя! Весь израненный, но отстоял двор и деревню!

Прошло несколько месяцев. Благодарные хозяева выносили своего защитника. Весть о Муштае разнеслась по всей округе, и в следующие годы, в страшные зимние времена сажали пса в сани и возили вокруг окрестных деревень, чтобы он своим лаем отпугивал диких животных.

В честь собаки и её хозяина был назван в Бузулукском бору приток реки Боровки - Караваев Муштай

1.3 Памятник природы Голубое озеро

Голубое озеро в Сергиевском районе — уникальный гидрологический памятник природы Самарской области. Местные жители называют водоем «мертвым». Отсутствие жизни объясняется сложным химическим составом.

Озеро получило своё название за интенсивную изумрудно-голубую окраску воды. Расположено в карстовой воронке, чем и объясняется круглая форма, с уклоном стен 70-90 градусов и небольшой отмелью на южной стороне воронки в месте выхода серного ручья. Впервые озеро было описано путешественником Петром Палласом и академиком Иваном Лепехиным в 1768 году.

Дно воронки находилось в 2003 году на уровне 15 м, кроме того, в южной части дно образовывало провал глубиной до 3 м, таким образом максимальная глубина составила 18 м. На дне провала и южной стенке воронки находится несколько крупных отверстий диаметром от 30 до 50 см, из которых бьют ключи.

Купаться в озере отваживаются не все, ведь его температура круглый год составляет около +8 градусов. С Голубым озером связывают множество легенд. Например, что в старину в озеро провалилась лошадь с телегой, и, якобы их так и не нашли. Говорили о просмолённых досках, якобы от ладьи Степана Разина, которые всплывали на поверхность, и о том, как монгольский хан заставлял мерить глубину связанными вожжами своих пленников и длины вожжей не хватало.

Именно из-за температуры и глубины с озером связывают множество легенд.

Кроме того, недалеко от Голубого озера располагается водоём с пресной водой. Около него растёт дерево желаний. Считается, что если на его ветку привязать кусочек тряпки с самым заветным желанием, то оно обязательно исполнится.

Местные жители верят, что купание в уникальном водном объекте может вылечить все недуги, но делать это надо

особым образом. Сначала надо искупаться в Голубом озере, его вода считается «мертвой», а затем сразу же надо окунуться в обычное озеро, в котором содержится «живая вода».

1.4 Пещера Степана Разина

Недалеко от Большой Рязани есть уникальное место, связанное со знаменитым вольным казаком Степаном Разиным. Возле этого села вы найдёте пещеру, служившую укрытием для легендарного разбойника и его отряда.

Пещера находится на территории национального парка «Самарская Лука». Чтобы попасть в нее, следует наклониться для преодоления полутораметрового узкого и низкого входа. Далее вы окажетесь в зале, имеющем сферическую форму. Он обладает длиной 20 м, высотой 4 м и диаметром 12 м. Днище соединено со сводами, между которыми есть ходы. Через них можно только проползти.

Когда построили Саратовское водохранилище, изменился уровень воды в реке Волга, что привело к проседанию потолка в карстовой пещере. Люди из окрестных сел исследовали ее и возвращались домой с находками – холодным оружием и другими старинными предметами.

С этим местом, как и с прошлыми, представленными нами памятниками природы и заповедниками Самарской области связана интересная легенда.

Согласно легенде, в 17-м столетии эта пещера служила Степану Разину и его людям укрытием. Казаки могли въехать в нее на лошадях. Со стороны, где находится Самарская Лука, это убежище разбойников прикрывал лес, потому они появлялись, когда никто не ожидал, и грабили торговые караваны, проплывающие по Волге. Когда лиходеи не могли догнать судно, они плыли по течению Усы и перерезали путь купцам, заходя с юга Самарской Луки.

Сейчас эту пещеру вместе с окрестностями охраняют, как исторический памятник. Добраться до нее можно из Большой Рязани, от которой в направлении Брусрян проложе-

на дорога. Туристы перемещаются по ней и добираются до указателя, после чего движутся по грунтовой дороге до пещеры, расположенной на волжском побережье. Сегодня эта пещера и ее окрестности являются историческим памятником.

1.5 Памятник природы гора «Лепешка»

И еще одним памятником природы, о котором нам бы хотелось рассказать вам сегодня, является гора «Лепешка».

Усинский курган, а в простонародье - гора Лепёшка расположена у слияния рек Усы и Волги, на северо-западной стороне Самарской Луки. С Усинского кургана начинаются Жигулевские горы, идущие на восток параллельно реке Волге.

Усинский курган по праву является одним из самых красивых мест Самарской Луки, с кургана открывается прекрасный вид на Куйбышевское водохранилище и Молодецкий курган с Девьей горой.

Так, как Усинский курган имеет своеобразный приплюснутый вид, его называют «Гора Лепёшка». Подняться на него удобно с южной стороны, так как курган каменной стеной обрывается в сторону реки Волги и реки Усы. Берега кургана почти вертикально уходит под воду после затопления Куйбышевского водохранилища.

Плоская вершина горы Лепешки покрыта ковыльной степью, а в расщелинах склонов кургана встречаются кустарники и отдельные деревья. Курган сложен из карбонатных пород каменноугольного возраста. На кургане можно найти множество отпечатков и окаменелостей — сеточки мшанок, стебли морских лилий, фрагменты кораллов, моллюсков, окаменевшие раковины древнейших одноклеточных организмов фузулин.

На Усинском кургане любили промыслять разбойники, так как с него был хороший обзор реки Волги вниз и вверх по течению. Таким образом они могли заблаговременно

подготовиться к нападению на приближающийся торговый караван кораблей.

В 1614 году на вершине кургана был поставлен государственный пост со стрельцами в обязанности которого входило наблюдать за передвижением по Волге воинских и проезжих людей и за мятежниками.

В 1722—1723 годах на кургане располагался мужской монастырь. Монахи этого монастыря жили каждый в своей келье. Храм и дом наместника монастыря были деревянными на вершине кургана.

И последняя легенда, которую мы вам сегодня поведаем – это легенда про Клад Степана Разина.

Говорят, что на одном из склонов Усинского кургана зарыт клад Степана Разина, состоящий из двух ведер с золотом. А на золоте сверху положен железный лом. Степан Разин заколдовал этот клад. Для того, чтобы добыть этот клад, нужно суметь взять его таким образом, чтобы не пошевелить этот лом. Но до сих пор этого никому не удалось.

Вывод: знать природу Самарского края должен каждый человек, живущий в нем. Исключением не являются и школьники, которые не посвящены в эту тему достаточно. Исходя из всего этого, можно сделать вывод о том, что самарским школам требуется предмет, позволяющий изучить о родном крае много полезной и интересной информации. А также изучать эти места, побывав в них с экскурсией, организованной школой было бы для них очень захватывающие и сплотило бы их как коллектив.

Список использованных источников

1. <http://www.volga-cruise-service.ru/210/>
2. <https://ppt-online.org/801798>
3. <https://drugoigorod.ru/top-10-samara-nature-objects/>
4. <https://wikiway.com>
5. <https://npsamluka.ru/about/o-parke/>

РАЗРАБОТКА ЭКСКУРСИОННОГО МАРШРУТА ПО МЕСТАМ ИСАКЛИНСКОГО И СЕРГИЕВСКОГО РАЙОНОВ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

Долганова С., студентка ГБПОУ «ПГК».

*Научный руководитель:
преподаватель Щучкина Г.Н.*

Введение

Актуальность: туризм является одной из важнейших отраслей экономики, и Самарский регион обладает большим потенциалом для развития туризма, поскольку в нашей области есть множество уникальных природных и культурных объектов.

Проблема: несмотря на множество привлекательных туристских объектов, Самарский регион не всегда эффективно использует свой потенциал для привлечения туристов. В связи с этим, мною было проведено анкетирование среди группы людей на тему: "Какие места в Самарской области Вам мало знакомы?". Результаты показали, что большинство участников не знают следующие места Самарской области: село Исаклы, экоферма (турбаза)

«Солнечный пригорок», озеро Молочка, Голубое озеро.

Цель – повышение осведомленности о туристских привлекательных малоизвестных объектах Самарского региона и привлечение большего числа туристов с помощью разработанного тура с экскурсионным обслуживанием.

Задачи:

1. Обозначить особенности Самарского региона в области туризма;
2. Провести анкетирование по выбору мест и объектов Самарской области для их посещения во время тура;
3. Составить программу и маршрута по выбранным объектам;
4. Провести калькуляцию стоимости тура.

1.1. Самарская область имеет много интересных и уникальных туристских достопримечательностей, которые привлекают как местных, так и иностранных туристов. Ее разнообразная природа, богатое культурное наследие,

транспортная доступность, гостиницы и рестораны, собственное крафтовое пиво и возможности для активного отдыха делают регион привлекательным и доступным для туристов из разных уголков мира.

1.2. Анкетирование помогло мне проанализировать и выбрать наиболее привлекательные, малоизвестные и разнообразные места Самарской области для посещения во время экскурсионного тура. Такими местами стали:

1. Село Исаклы. Место уникально своим уютом, комфортом и возможностью окунуться в атмосферу деревенского покоя. Притягивает гостей своей живописной природой, культурой, архитектурой, историей и достопримечательностями.
2. Голубое озеро. Уникальный гидрологический памятник природы Самарской области. Озеро обладает исключительной природной красотой, оно окружено живописными лесами и полями, что создает прекрасный пейзаж и возможности для прогулок и отдыха на природе.
3. Турбаза/ экоферма «Солнечный пригорок». Уникальное место, где можно почувствовать себя звездой киноиндустрии. Здесь расположены кино- студии, музей кино и возможность сняться в малометражном фильме.
4. Озеро Молочка. Это памятник культуры, названный из-за своего цвета воды, он уникален своей целебной грязью, которую используют в медицинских целях. Озеро окружено живописными лесами, что создает уникальную атмосферу спокойствия и отдыха.

Результаты анкетирования



2.1. После завершения опроса был составлен экскурсионный тур повыбранным объектам. Тур содержит в себе особую концепцию:

1. Окунуть туристов в уникальную атмосферу Самарского региона;
2. Расширить кругозор туристов в области экскурсионно-познавательного туризма;
3. Ознакомить туристов с культурными, природными и экологическими местами Самарской области.

А также уникальностью тура является:

1. Посещение Исаклинского района и Сергиевского района Самарской области.
2. Питание на маршруте.
3. Прокат на байдарке или катамаране, входящий в стоимость тура.
4. Отсутствие данной программы у других туроператоров.

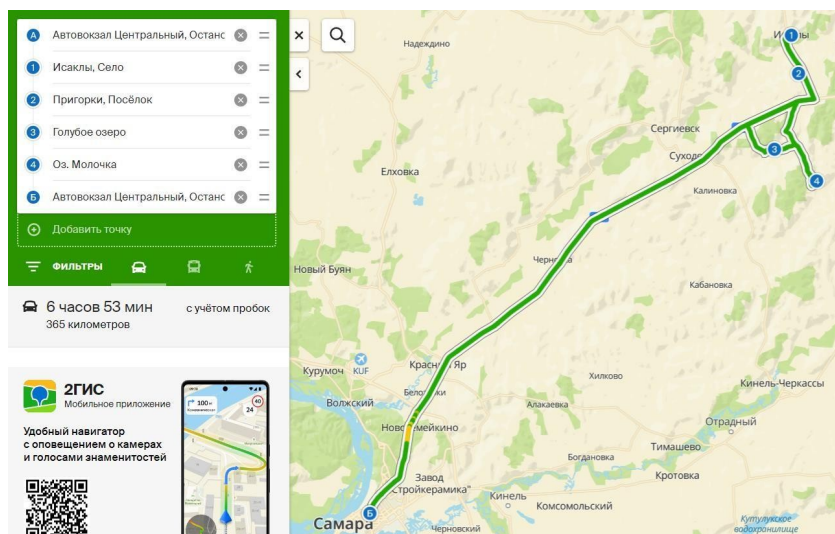
Данный тур представлен для:

1. Аудитории от 14 лет и более.
2. Категории людей, имеющих средний достаток и более.
3. Людей, интересующихся экскурсионно-познавательным туризмом.
4. Людей, интересующихся культурными, природными экологическими местами и достопримечательностями Самарской области.

Характеристика экскурсионного тура:

1. Продолжительность маршрута: 2 дня/ 1 ночь;
2. Сезонность маршрута: осень, весна, лето;
3. Группа: 18 человек;
4. Услуги перевозки: автобус туристского класса Mercedes Sprinter;
5. Услуги размещения, предусмотренные по маршруту: гостиница «Вектор-С».

Схема маршрута



Комфортабельный микроавтобус Mercedes Sprinter послужит транспортным средством для перевозки туристов в

течение двух дней. Вместительность автобуса на 20 мест. Он оснащен всеми удобствами, аудио, видео, микрофоном, кондиционером, тахографом, системой глонасс. Имеется страховка пассажиров, лицензия на перевозку пассажиров. Туристов будет сопровождать профессиональный, аттестованный гид на протяжении всего экскурсионного тура.

Размещаться туристы будут в Иса克林ской гостинице «Вектор-С» в двухместном номере эконом с 2 кроватями. Небольшая двухэтажная гостиница, расположенная в центре села Исаклы. Удобства и услуги отеля: Wi-Fi, имеется общая кухня с необходимым оборудованием, туалет и ванная на первом и втором этажах, банкомат, прачечная. Удобства в номерах: мини-бар; фен; телевизор; тапочки; утюг; уборка; вентилятор.

В рамках программы на первый день запланирована встреча туристов у центрального автовокзала г. Самара с гидом с 8:00 до 8:30. Затем в 8:30 туристы отправятся на трансфере до села Исаклы, и во время поездки будет предусмотрена остановка у кафе "У Саныча". В 11:30 туристы прибудут в село и начнут заселение в гостиницу "Вектор С". С 12:00 до 13:00 планируется обед в гостинице. А в 13:00 туристы отправятся на экскурсию "Знакомство с замечательным селом Исаклы". Во время экскурсии посетят следующие места:

1. Площадь Ленина, где находится администрация Иса克林ского района, сцена для проведения мероприятий и памятник Ленину.
2. Фонтанную площадь, где туристы смогут полюбоваться фонтаном, который является одним из главных украшений села. Рядом находится аллея молодоженов с красивой бетонной белой аркой, скамьей с замками супругов, а также превосходным видом на деревья, зеленый газон и клумбы.
3. Иса克林ский районный историко-краеведческий музей с экспозицией под названием "Мир деревни". Она посвящена обычаям трех народов, проживающих в Иса克林-

ском районе - чуваша, русских и мордва. В музее можно увидеть точные макеты жилых домов разных народов, архитектурные памятники, а также старинные мечи, оцененные специалистами на более двух тысячелет. Также в музее представлены экспозиции животных, национальные костюмы и элементы с войны. Сотрудники музея готовы рассказать и ответить на все вопросы у туристов.

4. Родник в честь Спаса Нерукотворного - главная достопримечательность села, где туристы смогут взять святую воду и окунуться в купели.
5. Мусульманскую мечеть в честь старейшины татарской диаспоры с. Исаклы - имамутдина Замальдинова.
6. Парк Победы с военной техникой, танками и пушками. Здесь также находятся монумент "Морякам всех поколений", памятники, площадка с тренажерами и поле для волейбола. Здесь устраиваются концерты для любителей песни в кругу, летом каждую пятницу, для чего установлены лавочки, навесы и сцена.
7. Пруд "Школьный", получил такое название, потому что расположен в нескольких метрах от школы. На пруду установлен макет подводной лодки, а пляжная зона хорошо благоустроена, также есть сетка для волейбола.
8. Храм Михаила Архангела, на территории которого установлена от-крытая беседка, посажены туи и голубые ели. В настоящее время работа по благоустройству территории продолжается.

В 16:30 туристы отправляются на ужин в кафе "Мечта" и возвращаются в гостиницу в 17:30. В свободное время, они могут прогуляться в большом красивом парке, посетить площадку или магазины, они находятся рядом гостиницей. Рекомендую также заглянуть в кинозал "Родина" в РДК, где можно посмотреть премьеры фильмов. Можно ознакомиться с расписанием на официальном сайте или на афише РДК.

Программа маршрута первого дня

Время	Мероприятия
8:00 – 8:30	Встреча туристов у Центрального автовокзала г. Самара.
8:30 – 11:30	Трансфер до села Исаклы (предусмотрена остановка на трассе у кафе «У Саныча»).
11:30 – 12:00	Заселение в гостиницу «Вектор С».
12:00 – 13:00	Обед в гостинице.
13:00 – 16:30	Экскурсия «Знакомство с замечательным селом Ис-аклы». Объекты показа: площадь Ленина, фонтанную площадь, аллею молодоженов, Исаклинский районный историко-краеведческий музей, родник в честь Спаса Нерукотворного, мечеть в честь Имамутдина, церковь Михаила Архангела (новая), пруд «Школьный», парк Победы с военной техникой и памятниками.
16:30 – 17:30	Ужин в кафе «Мечта».
С 17:30	Возвращение в гостиницу. Свободное время. Рекомендую посетить в РДК кинозал "Родина"

Программа на второй день начинается с завтрака в гостинице в 8:00 и освобождения номеров. Затем в 9:10 организуется трансфер до экофермы "Солнечный Пригород". В 9:30 стартует экскурсия "Путешествие в мир агротуризма", где туристы ознакомятся с перепелиной фермой, мини-зоопарком с экзотическими животными, такими как: страусы, павлины, фазаны, дикие утки, куры, кролики, хаски. На территории также есть пони с осликами и проказник енот-полоскун. Туристам будет организован прокат на байдарках или на катамаранах по желанию. У хозяев можно приобрести свежую продукцию.

В 11:30 будет организован трансфер до деревни Старое Якушкино, а с 12:00 до 12:30 предусмотрена остановка в магазине, где туристы смогут перекусить. В 12:30 туристы

прибудут к Голубому озеру, где будет проводиться экскурсия «Истории и легенды Голубого озера». Гид расскажет о легендах и историях этого озера и о Чёрном (Щучьем) озере, находящемся в 100 метрах от Голубого. А также, здесь есть дерево «Желаний», когда люди в первый раз приезжают посмотреть на озеро, они завязывают ленточку или веревочку на дерево, чтобы снова вернуться в это место, и чтобы их желание сбылось. Здесь часто бывают Самарские водолазы, которые исследуют подводный мир Голубого озера, а также они проводят мастер-классы для любителей и профессионалов.

В 13:20 организуется трансфер до озера Молочка. В 14:20 начнется экскурсия «Особенности озера Молочка». Туристы смогут насладиться живописным видом на озеро, окруженным лесом и разнообразной флорой. Также туристам будет предоставлена возможность обмазаться целебной грязью и приобрести её за дополнительную плату, пройти по мостику и спуститься к речке. В 15:00 состоится трансфер до Самары, а в 16:20 предусмотрена остановка в кафе "Антоновка". С 16:20 до 17:00 туристы смогут поужинать в кафе "Антоновка". В 19:00 туристы прибудут в Самару на Центральный автовокзал.

Программа маршрута второго дня

Время	Мероприятия
8:00 – 9:10	Завтрак в гостинице. Освобождение номеров.
9:10 – 9:30	Трансфер до экофермы (базы отдыха) «Солнечный пригорок».
9:30 – 11:30	Экскурсия «Путешествие в мир агротуризма» Объекты показа: Перепелиная ферма, мини-зоопарк с экзотическими животными, прокат на катамаране или байдарке.
11:30 – 12:00	Трансфер до деревни Старое Якушкино.
12:00 - 12:30	Остановка в магазине в деревне Старое Якушкино. Перекус.
12:30 – 12:40	Трансфер до Голубого озера.

Время	Мероприятия
12:40 – 13:20	Экскурсия «Истории и легенды Голубого озера». Объекты показа: Голубое озеро, Чёрное (Щучье) озеро, дерево «Желаний».
13:20 – 14:20	Трансфер до озера «Молочка».
14:20 – 15:00	Экскурсия «Особенности озера Молочка» Объекты показа: озеро «Молочка», мост через реку.
15:00 – 16:20	Трансфер до Самары. Остановка у кафе Антоновке.
16:20 – 17:00	Ужин в кафе «Антоновка».
17:00 – 19:00	Трансфер до Центрального автовокзала Самары.

Мною был проведен расчет стоимости экскурсионного тура, который был разработан полностью мною. Цены на все услуги, такие как транспортное обслуживание, размещение, питание и экскурсионное обслуживание (включая входные билеты), были взяты с официальных сайтов организаций. Итоговая стоимость тура с экскурсионной программой составит для туриста 16 307 рублей, а общая стоимость тура на группу (18 человек) составит 294 101 рублей.

Расчёт стоимости тура

Услуги	Стоимость за одного человека	Стоимость за группу (18чел)
Транспортное обслуживание по маршруту: Автобус туристского класса Mercedes Sprinter, 20 мест	$35\ 000 : 18 = 1\ 945\ \text{р.}$	35 000 р. (за 2 дня)
Размещение: Гостиница «Вектор–С» Двухместный номер, ВВ * 9	$2\ 800\ \text{р.} * 9 = 25\ 200 : 18 = 1\ 400\ \text{р.}$ (сутки за человека)	25 200 р. (сутки за 9 номеров)

Услуги	Стоимость за одного человека	Стоимость за группу (18чел)
Питание: Кафе «Мечта» Кафе «Антоновка»	400 р. (ужин) 500 р. (ужин) 400 + 500 = 900 р.	400 * 18 = 7 200 р. 500 * 18 = 9 000 р. 7 200 + 9 000 = 16 200 р.
Экскурсионное обслуживание (входные билеты): 1) Иса克林ский районный историко-краеведческий музей 2) Перепелиная ферма +мини-зоопарк 3) Прокат на катамаране или байдарке	50 р. 300 р. 300 р. 50 + 300 + 300 = 650 р.	50 * 18 = 900 р. 300 * 18 = 5 400 р. 300 * 18 = 5 400 р. 900 + 5400 + 5400 = 11700 р.
Услуги гида	34 500 : 18 = 1 917 р.	34 500 р. (за 2 дня)
Себестоимость	1 945 + 1 400 + 900 + 650 + 1 917 = 6 812 р.	35 000 + 25 200 + 16 200 + 11 700 + 34 500 = 122 600 р.
Итоговая стоимость с наценкой туроператора 15%	6 812 + 15% = 7 834 р.	122 600 + 15% = 140 990 р.
Агентское вознаграждение (7% от итоговой стоимости)	7 834 * 7% = 548, 38 р.	140 990 * 7% = 9 869, 3 р.

Вывод

Очаровательные природные ландшафты, исторические достопримечательности, культурные мероприятия - все это делает Самарскую область привлекательным местом для туристов. Уникальность региона заключается в его разнообразии и возможности удовлетворить интересы различных категорий туристов.

В заключение хочу отметить, что цель была успешно достигнута. Я провела анкетирование среди группы людей и на основе полученных результатов отобрала наиболее интересные, малоизвестные и привлекательные места и достопримечательности Самарского региона, которые, на мой

взгляд и согласно мнению участников опроса, заинтересуют туристов своей уникальностью.

Данный проект не только позволяет привлечь туристов и развить туристскую отрасль в регионе, но и способствует популяризации Самарской области как привлекательного туристского направления и поднятию её экономики. Самарская область – это поистине уникальный регион России, который идеально подходит для развития различных видов туризма.

Список использованных источников

1. <https://teremok-m5.turbo.site/kafe>
2. https://www.komandirovka.ru/hotels/isakly_sam_obl./vektor-s/#anchor_contacts
3. <https://2gis.ru/firm/70000001032849673>
4. <https://svyato.info/5754-rodnik-svjatojj-istochnik-spasa-nerukotvornogo.html>
5. <https://ruskontur.com/isaklinskij-rajonnij-istoriko-kraevedcheskij-muzej/>
6. <https://uslugio.com/samara/6/15/perevozka-passazhirovo>
7. <https://uslugi.yandex.ru/51-samara/category/raznoe/ekskursovod--866>
8. <https://sprigorok.com/prokat>

КАК СТАТЬ «СВОИМ» ТАМ, КУДА ЕДЕШЬ ОТДЫХАТЬ

*Новоселова Я.М. Уренева А.Р., Широкова А.А.,
студентки ГБПОУ «ПГК».
Научный руководитель:
преподаватель Логинова О.В.*

Аннотация. В статье определено, что туризм является неотъемлемой частью жизни большей части населения всего мира, оказывая положительное влияние как на человека, который получает большое количество незабываемых эмоций, так и на экономическую составляющую того региона или страны, куда направляются туристы.

Предметом исследования является туризм в разных странах мира.

Цель исследования — разработка рекомендаций, которые обеспечат правильное поведение и ориентиры в месте дестинации.

Исходя из цели статьи были поставлены следующие задачи:

1. Раскрыть сущность понятия туризм и путешествия.
2. Сформировать правильные ориентиры у туристов, на что обратить внимание во время путешествия.

Новая страна и культура — это всегда стресс. Туристы должны быть готовы к нестандартным ситуациям, им нужно сделать усилие, чтобы выйти из зоны комфорта. Поездка — это всегда инвестиция в собственное развитие, мы узнаем больше о мире, а также о самих себе, ведь именно в нестандартных ситуациях мы можем проверить и понять себя. Общение с людьми из другой культуры всегда расширяет кругозор и дополняет общую картину мира. Туристам порой мешает закрытость перед всем новым и уверенность, что их точка зрения на все происходящее самая верная. Но чтобы испытать все краски пребывания в стране, нужно быть открытым. Понятно, что у каждого из нас свое представление об отдыхе, кто-то хочет просто лежать на пляже и вкусно есть — и это тоже хорошо, но даже при таком пребывании можно получить минимальные знания о другой стране.

В данной статье представим несколько рекомендаций: что необходимо знать о стране путешествия, как себя вести, как одеваться и т.д.

Итак, обязательно необходимо прочитать перед отпуском о стране, куда едите. Помните, что достопримечательности — это, конечно, отлично, но не стоит уделять им все свое время, так как они не отражают всю самобытность страны. Если путешествия проходят в городе — больше гуляйте, общайтесь с местными. Первые в списке — таксисты, они всегда с удовольствием поделятся интересными местами и

фактами. Знакомства с местными принесут много новых маршрутов, которых нет в гиде по городу. Люди обычно рады показать свои любимые места, они гордятся своей страной, поэтому не нужно бояться спрашивать и вступать в разговор. Общаясь с жителями, нужно постараться брать у них как можно больше советов, куда сходить, где и что поесть. Пробовать местную кухню нужно непременно, как и обязательно стоит посетить рынок — обычно это очень интересное и колоритное место.

Перед поездкой нужно ознакомиться с культурой и традициями принимающей стороны, чтобы потом с уважением к этим традициям относиться во время пребывания. Это особенно важно, если речь идет о стране с другой религией.

Для более полного погружения желательно говорить на языке страны либо на английском — это всегда помогает поддержать разговор и познакомиться с новыми людьми. Если отдых не меньше двух недель, то можно взять курсы местного языка и пожить в семье принимающей стороны. Сейчас множество программ для иностранных студентов всех возрастов. Это очень простой и самый эффективный способ узнать о стране и людях: как они живут, о чем говорят, что едят.

Необходимо загрузить на телефон приложения, которые помогут не потеряться в городе: карты, такси, Yelp (поиск мест, где можно поесть). К примеру, загружаем Google Maps и проделываем маршруты от точки А до точки В (пешком, на транспорте, на такси). Приложения Local Guides и тому подобные помогут вам найти в онлайн-режиме новых друзей в той стране, куда отправляетесь. Во время пребывания лучше слушать местное радио — получится более качественное сочетание аудиальных, визуальных впечатлений. Старайтесь ездить на общественном транспорте, в особенности если есть метро. Если есть права — отличный вариант поехать на машине или мопеде.

Снимать квартиру предпочтительнее, чем пользоваться услугами отеля, — специальные сайты по бронированию апартаментов и жилья помогут в этом.

Кроме того, в кармане всегда хорошо иметь наличные, кредитные карты могут подвести. Все зависит от страны, но на всякий случай хорошо иметь наличные — для оплаты в сетевых супермаркетах и маленьких кафе.

Что касается дресс-кода, во-первых, чтобы слиться с толпой, не нужно покупать футболки или толстовки с символикой или названием города. Исключение составляют американские университеты. Культивировать образовательное учебное заведение, в котором учился, у американцев — часть культуры. В целом одеваться лучше в манере той страны, где находится турист. В 99 % случаях забыть о каблуках, шпильках, мехах, очень ярком макияже. Прежде всего, должно быть комфортно и удобно. Белая майка и джинсы практически всегда воспринимаются позитивно. Плюс улыбка и доброжелательность. А если еще и ознакомились с культурными обычаями страны, что отразилось на манерах туриста, — то он становится почти уже свой!

Несколько замечаний о популярных туристических направлениях

США. Чтобы стать своим здесь, нужно всегда думать о комфорте: натуральный мэйкап, на ногах кеды, либо кроссовки, либо удобные сандалии, что-то из классики. Прическа — серферские пляжные волны. Но главное, в Америке нужно как можно больше улыбаться и быть очень доброжелательной. Мне самой комфортнее отдыхать именно в Америке. Здесь присутствует уровень свободы, комфорта и безопасности. Можно найти отдых на любой вкус: океан, красивая природа, каньоны, мегаполисы и возможность встретить очень разных людей, всех возможных национальностей и культур.

Италия. Итальянцы — самые модные европейцы, которые без ума от громких брендов и стильных луков. Здесь можно дать волю и разодеться во всей красе. Итальянцы до-

статочно положительно относятся к обильному количеству лейблов.

Франция. Главная ассоциация с этой страной — женственность. Пакуя чемоданы во Францию, нужно выбирать на отдых что-то минималистичное, базовый гардероб нейтральных оттенков, чтоб потом делать акцент на аксессуарах, красных губах, яркой сумочке или туфлях. Что касается обуви, запомнить: каблук выше 5 см неактуален. Лучше остановиться на классических лодочках.

Испания. Здесь в чести яркость, экспрессивность, сочные краски, яркие луки, но макияж лучше делать натуральным.

Германия. Для практичной Германии стоит выбирать очень базовую одежду нейтральных оттенков.

Турция. Здесь все зависит, где именно будете отдыхать: если в отеле, то можете надевать все, чего ваша душа захочет, если это город, то в силу мусульманских традиций вам понадобится более закрытая одежда, прикрывающая плечи и колени.

Китай. Глубокое декольте здесь считается большим проявлением разврата, чем короткая юбка. Слиться с толпой поможет одежда с акварельными узорами и цветами. В мэйкапе в чести акцент на светлые оттенки кожи.

Бразилия. Рио-де-Жанейро — самый опасный город. Здесь очень сильный контраст между уровнями жизни богатых и бедных. Крайне небезопасно гулять здесь в одиночку без местных друзей или гидов, потому что люксовые апартаменты находятся в трех метрах от фавел (трущоб), жители которых находятся за чертой бедности, криминализированы и очень опасны. Гардероб должен быть таким, чтобы сделать туриста максимально незаметным, и уж точно никаких дорогих украшений, сумок и т. д.

Мальдивы. Любая пляжная одежда, но, если турист идет в столицу, чтобы не вызывать осуждение местных жителей, выглядеть нужно скромно и консервативно, прикрыть колени и плечи.

Гоа, Индия. Выбирать хиппи-стиль. На пляже пригодится все, в чем комфортно.

Путешествуйте и познавайте мир с удовольствием!

Список использованных источников

1. Пирожник И.И. Основы географии туризма и экскурсионного обслуживания. Мн., 2018. Учебное пособие по вопросам географии туризма, рекреационному районированию и анализу рекреационных ресурсов территорий.
2. Путрик Ю.С., Свешников В.В. Туризм глазами географа. М., 2016. Популярное издание, рассказывающее о том же, но другим языком и на другом материале.
3. Фрадкин Н.Г. Образ Земли. М., 2024.
4. Фрадкин Н.Г. Необыкновенные путешествия. М., 2018.

ФОРМИРОВАНИЕ ТУРИСТСКОГО МАРШРУТА В РАМКАХ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА ПО САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

*Павлова А., студентка ГБПОУ «ПГК».
Научный руководитель:
преподаватель Логинова О.В.*

Актуальность изучения темы работы состоит в том, что необходимо, прежде всего, для развития внутреннего туризма страны, в том числе Самарской области. Сельский туризм способствует увеличению и сохранению бюджета страны, изучение традиций и обычаев нашей страны. Такие темпы роста урбанизации приводят к увеличению концентрации населения, транспорта и количества предприятий. Это оказывает существенное влияние на окружающую среду и здоровье населения. Все большее количество городских жителей стремится проводить свой отдых на природе. Это и послужило причиной возникновения абсолютно нового вида отдыха - сельского туризма. Наблюдается заинтересованность, как местной власти, так и жителей сельских поселений

Самарской области в развитии и организации сельского туризма.

Цель работы состоит в исследовании возможности и вариантов развития сельского туризма в Самарской области, а так же разработка проекта сельского тура.

Задачи работы:

1. Изучить теоретические основы сельского туризма.
2. Провести исследование туристско - рекреационных ресурсов Самарской области, необходимых для развития сельского туризма.
3. Разработать программу сельского тура и произвести калькуляцию.

Объектом исследования выступает сельский туризм.

Предметом исследования является организация, разработка и продвижение сельского туризма на примере туристического продукта по Самарской области.

Сельский туризм представляет собой одну из разновидностей туристических поездок в сельскую местность с целью отдыха. Проживание туристов осуществляется на фермах или деревенских домах. Наибольшей привлекательностью пользуются старые села и деревни [10, с. 173].

Преимущества сельского туризма заключаются:

- 1) чистом воздухе;
- 2) домашней атмосфере;
- 3) нетронутой природе;
- 4) натуральным продуктам;
- 5) тишине от городской суеты;
- 6) утреннему пению петухов;
- 7) неторопливому быту [1].

Способствует восстановлению эмоциональных и физических сил: усталость, стресс, гиподинамия.

Сельский туризм представляет прекрасную возможность отдыха, особенно тем людям, которые по определенным причинам не могут себе позволить другие виды туризма [3].

Данный вид туризма способствует:

- 1) знакомству с бытом и традициями сельским поселением и местностью;
- 2) познанию местной культуры;
- 3) походом в лес по ягоды и грибы;
- 4) принимать участия в народных праздниках;
- 5) при желании учувствовать в сельхоз работах (сенокос, скотный двор).

Отдых в сельской местности дает возможность научиться ловить рыбу, езде верхом на лошадях, плетению изделий из лозы, изучению повадок зверей, сбор лекарственных растений, чай из самовара с медом, парное молоко, домашние фрукты и овощи, мясо и сыр.

В Самарской области несколько больших проектов в сфере организации сельского туризма:

Итак, перечислим данные объекты:

1. «В моих лугах»- эко-ферма, расположенная в Красноярском районе, Село Новый Буян, поселок Рига.
2. «Сеновал»- клуб деревенского отдыха, расположен в селе Русская Селитьба.
3. «Солнечное хозяйство»- эко-ферма, расположенная в Нефтегорском районе, село Богдановка.
4. «Сельский уют» - центр сельского туризма, расположен в Похвистневом районе, село Альки.
5. «Страусиная ферма»- расположена в Кинельском районе, село Сырейка.

Доля сельского туризма на территории Самарской области с каждым годом увеличивается и представлено на рисунке 1.

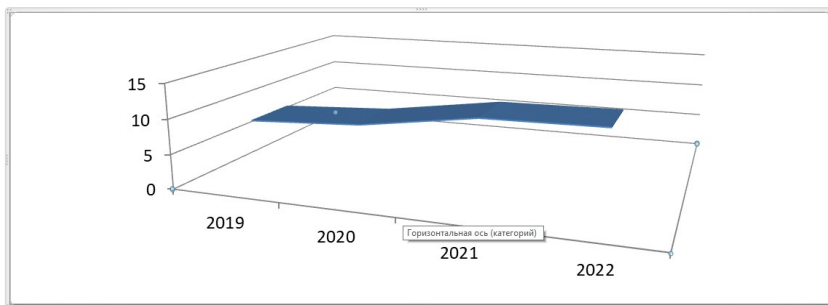


Рисунок 1- Объем доли увеличения сельского туризма

Как видно из рисунка 1 объем реализации сельских туров ежегодно возрастает, но не высокими темпами.

В рамках темы исследовательской работы была сформирована программы сельского тура.

Туристам предоставляется возможность совмещения приятного отдыха на свежем воздухе, насладиться гастрономическими изысками, познакомиться с деревенским бытом и колоритом, посетить красивейшие монастыри.

Данная программа предназначена для целевых аудиторий: семьи с детьми, семьи без детей, группы туристов, людей среднего возраста. Данную программу можно отнести к категории: тур выходного дня, сельский туризм, загородная экскурсия, мастер-класс. Даты отправления: зима - ежемесячно первая неделя с пятницы по воскресенье; летом - еженедельно по выходным. Продолжительность тура: 3 дня и 2 ночи. Комбинированный тур.

Село Подгоры- удивительное и красивое место. Имеется легенда о происхождении данного села. Село расположено у подножия гор, поэтому такое название. Туристам представится возможность посетить сыроварню «Андреев сыр». Сыроварня начала свою работу в 2014 году. Супруги Замыщкие, основатели сыроварни, производят не только вкусный сыр, но и делятся своими рецептами с гостями. Туристы имеют возможность попробовать и приобрести эксклюзивные сыры : Буррата, Качотта классический, Качотта с грецким орехом,

Качотта с томатами и чесноком, Качотта с укропом, Качотта с базиликом, Рикотта, Халуми. Туристы смогут посетить древний Свято- Ильинский монастырь. Он был основан в 1640 году. В монастыре до сих пор действует иконописная мастерская, швейная мастерская, изучается вышивание из золота и золотое шитье.

Программа зимнего тура «На выходные в Подгоры!».

Программа 3 дня/2 ночи. Групповой тур (10+1). Сезон- зима, с декабря по февраль.

1 день

9.30- сбор около Речного вокзала

10.10- отправление до с. Рождествено на воздушной подушке. Маршрут путешествия Самара- Рождествено- Са- мара

10.40- прибытие в с.Рождествено

10.50- трансфер до с. Подгоры на микроавтобусе

11.20- прибытие в с.Подгоры, размещение в деревен- ских домиках

13.00- деревенский обед в местной столовой по реце- птам русской кухни: деревенский щи, отварной картофель, котлеты из говядины.

14.00-16.00- обзорная экскурсия по с.Подгоры.

17.00-19.00- свободное время

19.00- ужин в столовой

20.00-21.00- посещение русской бани, по желанию ту- ристы самостоятельно могут наколоть дрова. Для детей ве- черняя дискотека.

2 день

9.00- завтрак в столовой

10.00-13.00- посещение сыроварни «Андреев сыр». Ма- стер – класс приготовления сыра. Дегустация сыров местной сыроварни

14.00- обед в столовой

15.00- пешеходная экскурсия до Свято- Ильинского монастыря. Проведение мастер- класса по иконописи.

17.00-18.30- катание на лошадях

19.00- ужин в столовой

20.00-21.30- проведение мастер- классов по интересам (плетение из лозы, прядение, вышивание). Для детей организован пейнтбол

3 день

9.00- завтрак в столовой

10.00- экскурсия на местное подворье с посещением скотного двора. Туристы, по желанию, могут поучаствовать в ловли и стрижки баранов, чистки лошадей, дойке коров и коз. Для детей контактный зоопарк

12.00- обед в столовой

13.00- катание на буранах, лыжах

15.00- посещение местного дома культуры. Проведение мастер- класса по резьбе по дереву. Для детей - игра на оборудованной детской площадке с аниматором

17.00- выезд из села Подгоры. Трансфер на микроавтобусе до с. Рождествено

17.40- Трансфер на воздушной подушке до г. Самара

17.50- прибытие на Речной вокзал

Стоимость зимнего тура «На выходные в Подгоры!» для взрослого составит - 9481,68 рублей.

В стоимость тура включено:

- 1) Трансфер на воздушной подушке до села Рождествено.
- 2) Трансфер на микроавтобусе Рождествено- Подгоры.
- 3) Проживание в сельских домиках.
- 4) 3-х разовое питание в местной столовой.
- 5) Услуги гида.
- 6) Услуги аниматора.
- 7) Экскурсионное обслуживание по программе тура (обзорная экскурсия по с. Подгоры, посещение сыроварни «Андреев сыр», посещение Свято - Ильинского монастыря», посещение скотного двора).
- 8) Посещение бани.
- 9) Участие в мастер – классах.
- 10) Катание на буранах, лыжах.
- 11) Медицинская страховка.

Список использованных источников

1. Ильина, Е. Н. Туризм и путешествия: учебное пособие / Е.Н. Ильина. М.: Физкультура и спорт, 2018.
2. Квартальнов, В. А. Теория и практика туризма: учебное пособие / В. А. Квартальнов. М.: Финансы и статистика, 2021.
3. Квартальнов, В.А. Туризм: учебное пособие/ В. А. Квартальнов. М.: Финансы и статистика, 2022 г.

«КУЛЬТУРА РЯДОМ С ТОБОЙ»/ ТУРИСТИЧЕСКИЕ МАРШРУТЫ РОДНОГО КРАЯ

*Пантелеева П., Касихина А., Захаренко К.,
студенты ГБПОУ «ПГК».
Научный руководитель:
преподаватель Щучкина Г.Н.*

Актуальность проекта. С развитием интернета и технологий, современная молодёжь посвящает много время проведению в интернете, и им стало неинтересно ходить по театрам, музеям и культурным заведениям, даже с созданием «Пушкинской карты», благодаря которой можно ходить по таким местам бесплатно. Также они могут проходить каждый день около исторического памятника и даже не знать, что перед ними находится или просто не обращают внимание. **Это говорит об определенной проблеме,** существующей в обществе: в связи с влиянием Интернета и новых технологий молодёжь не заинтересована в культурном просвещении. Нами был подготовлен проект «Культура рядом с тобой», который мы представили на областной конкурс.

Цели проекта: привлечь внимание и познакомить молодёжь с культурными достопримечательностями «старого города» Самары.

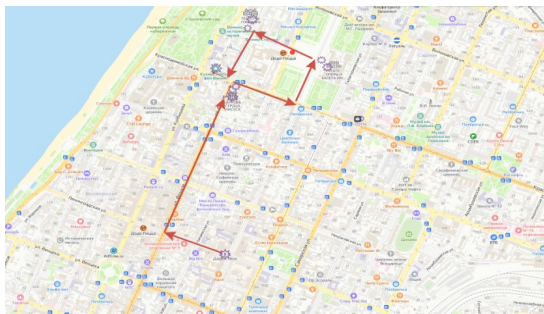
Задачи проекта: создать и провести интересный туристический маршрут для молодежи.

Идея заключается в том, чтобы показать молодому поколению улицы «старого города» и как много достопримечательностей там находится. Гид сопровождает группу и рассказывает о достопримечательностях.

Мы разработали технологическую карту экскурсии для быстрого ознакомления с маршрутом.

Маршрут экскурсии	Объект показа	Продолжительность	Методические указания
Улица Ленинградская	Памятник Дяде Степе	15 минут	Сбор группы, знакомство с гидом, рассказ о памятники
Улица Фрунзе	Церковь сердце Иисуса	15 минут	Осмотр сооружения церкви, рассказ о истории церкви
Улица Фрунзе	Музей модерна	1 час	Экскурсия в музее модерна, осмотр внутреннего помещения, изучения стиля модерна, исторические особенности
Площадь Чапаева	Памятник В.И. Чапаеву	5 минут	Осмотр памятника, рассказ о его истории и особенностях
Площадь Чапаева	Театр драмы им. Горького	15 минут	Исторические сведения о театре, осмотр здания, интересный факт
Площадь Куйбышева	Площадь Куйбышева	10 минут	Интересные особенности площади
Площадь Куйбышева	памятник В. В Куйбышеву	5 минут	Информация о памятники, кому принадлежит, когда построен
Площадь Куйбышева	Самарский академический театр оперы и балета	15 минут	История театра, интересные особенности
Улица Красноармейская	Кухмистерская Фон Вакао	Не ограничено	Обед и дегустация самарского пива, окончание экскурсии

Также можно наглядно увидеть наш маршрут на карте. Красными стрелочками изображён путь, по которому проходит наша группа, а фиолетовыми звездочками наши остановки. Думаю, вы уже заметили то, что наш маршрут напоминает по форме ключ и вследствие этого символично звучит, что мы открываем мир культурных достопримечательностей старого города.



Наша экскурсия начинается на улице Ленинградская. Она считается «местным Арбатом», её любят местные жители. На ней расположены множество магазинов, сувенирных лавок, находясь на этой улице вы уже начинаете чувствовать дух старого города.

Начало экскурсии: Встреча происходит у памятника «дяде Степе» в 10 утра, там нас встречает гид и рассказывает о памятнике.

Памятник Дяде Степе открыт в Самаре 6 ноября 2015 года. Скульптурная композиция посвящена литературному герою Сергея Михалкова. Установка памятника была приурочена к 80-летию известного произведения поэта и Году литературы в России. Высота памятника — около 6 метров. Скульптура героя создана с портретным сходством со старшиной



милиции Малининым Олегом Павловичем, проработавшим в милиции в Самаре более 30 лет.

Далее мы отправляемся к улице Фрунзе, и нашей следующей локацией становится: Римско-католическая Церковь.

Римско-католическая Церковь. В начале 1890-х годов самарская католическая община, состоявшая главным образом из поляков, собрала средства для покупки участка земли и построила на нём деревянную церковь. В 1902 году началось возведение каменного здания, строительство продолжалось по 1906 год.

В 20–30-е годы Польский костел был закрыт и разграблен, а с началом войны в его здании разместился краеведческий музей. Католической общине храм передали только в 1991 году.



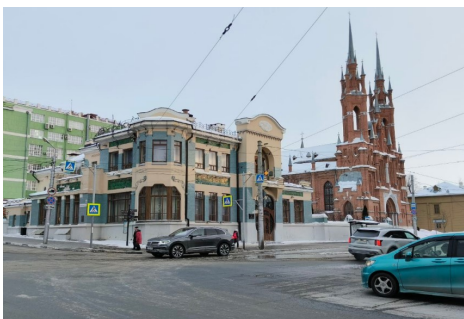
Римско-католическая Церковь

В 1996 году повторно освятили в честь праздника Пресвятого Сердца Иисуса. До 1913 года внутри храма располагался большой орган, в настоящее время здесь находится фреска — копия картины Сальвадора Дали «Христос Святого Иоанна Креста».

Следующей остановкой нашего маршрута становится: Музей Модерна.

Музей Модерна – это целостная архитектурно-историческая среда, культурная модель эпохи модерна конца XIX – начала XX веков, времени наивысшего расцвета купеческой Самары.

Усадьбу Курлиных по праву называют «жемчужиной» самарского модерна. Музей Модерна в нем открылся в конце 2012 года. Здесь собраны необычные дизайнерские идеи интерьера и множество скульптур, и предметов той эпохи.



После экскурсии мы отправляемся к драматическому театру.

Самарский академический театр драмы имени М. Горького - один из старейших драматических театров России. Историческое здание театра, построенное в 1888 году, является объектом культурного наследия народов России федерального значения и охраняется государством.



Самарский академический театр драмы имени М.Горького

В 1941 году, когда Куйбышев стал запасной столицей СССР, постоянными зрителями самарского театра драмы были эвакуированные в город московские знаменитости: Алексей Толстой, Илья Эренбург, Дмитрий Шостакович, Иван Козловский, Соломон Михоэлс.

Напротив театра расположен Памятник В.И. Чапаеву - это скульптура, изображающая легендарного полководца, который возглавляет свою армию в первой мировой войне. Установлен в 1932 году. Открытие приурочено к 15-летию

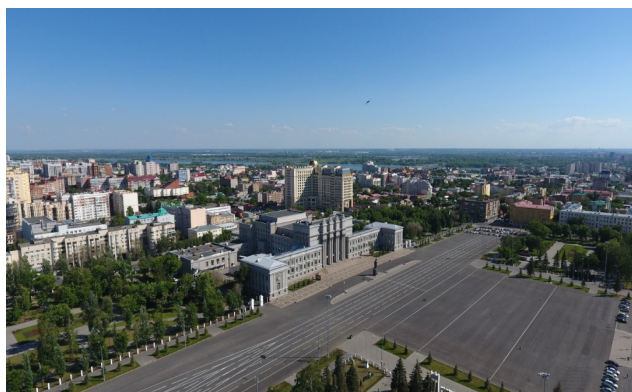
Октябрьской революции. На месте, где расположен памятник, были похоронены 12 красногвардейцев.

И в завершение нашей информативной программы отправляемся на площадь Куйбышева

Площадь Куйбышева - площадь в Самаре, образованная улицами Чапаевской, Вилоновской, Галактионовской и Красноармейской. Является второй по величине площадью в Европе. В 2018 году во время чемпионата мира по футболу площадь превратилась в огромную фан-зону – территорию фанатов. Собиралась большая толпа болельщиков не только жителей Самары, а также и жители других городов, они смотрели трансляцию с футбольного поля Самары, построенного специально к чемпионату.

В августе 2010 г. топонимическая комиссия Самары приняла рекомендацию о переименовании площади Куйбышева и возвращении ей исторического названия «Соборная площадь», однако мэр города Дмитрий Азаров не поддержал переименование, и площадь сохранила это название Площадь Куйбышева.

На площади так же расположен памятник Валериану Владимировичу Куйбышеву.



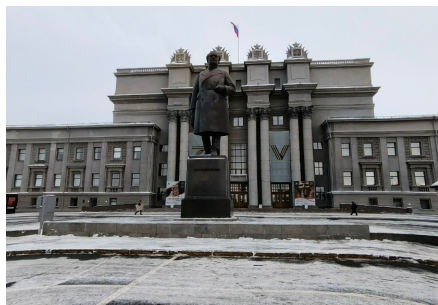
Памятник В.В Куйбышеву был открыт в 1938 году, а 30 августа 1960 года постановлением Совета Министров РСФСР монумент Валериану Владимировичу Куйбышеву

был взят под охрану государства и получил звание памятника республиканского значения.

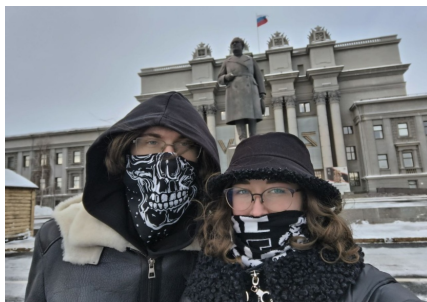
Так же рядом с этим памятником находится Самарский академический театр оперы и балета

Самарский академический театр оперы и балета отсчитывает свою историю от 1 июня 1931 года. В этот день коллектив, носивший тогда название Средневожская краевая опера, дал первый спектакль для самарской публики: оперу «Борис Годунов». На тот момент у театра даже не

было своего здания, и спектакли он играл на сцене театра драмы. В 1938 году театру построили здание, которое он занимает по сей день. В 1939 году вслед за переименованием города новое название получил и театр: Куйбышевский государственный театр оперы и балета.



Самарский академический театр оперы и балета



Памятник В.В Куйбышева, /за ним наши гиды

На этом информационная часть нашей экскурсии подходит к концу. И мы предлагаем отправиться в Кухмистерская фон Вакано

Кухмистерская фон Вакано— это уникальный для Самары образец европейской архитектуры начала XX века. Оно расположено по адресу: Красноармейская, 4.

Здание было построено в 1903 году. Авторами проекта, предположительно, были архитекторы и инженеры германской машиностроительной фирмы «Швальбе», а заказчиком — Альфред Филиппович фон Вакано, владелец пивоварен-

ных заводов в Самаре и Баку. На первом этаже здания располагается небольшой ресторан. В торжественных залах выстлан паркетный пол, стены обиты деревянными панелями, украшены зеркалами и большими осветительными приборами. Основным декоративным акцентом служит подвесной потолок, в каждом из двух залов индивидуальный, выполненный в стиле немецкого барокко.

Нашей группе принесут обед и знаменитое самарское пиво «фон Вакано».



Кухмистерская фон Вакано

Наша экскурсия заканчивается. Таким образом, мы показали, что культурные достопримечательности находятся рядом с нами постоянно.

Перспективы развития проекта. В случае успеха нашего экскурсионного маршрута мы бы его развили тем, что бы добавили небольшие пункты в составляющую экскурсии, например, предложили бы сходить в драмтеатр на их популярное представление «Странная миссис Севидж» или в театр оперы и балета на произведение «Жизель». Так же было бы интересным добавить еще пару остановок в маршруте, например, зайти в бункер Сталина или прогуляться по Струковскому парку.

Вывод. Мы ожидаем, что наш проект поможет молодому поколению посмотреть на их город с другой стороны и

узнать много интересных исторических аспектов нашего маршрута. Надеемся, что молодёжь в дальнейшем будет посещать театры и музеи, где они узнают о городе, в котором живут и как много интересных культурных мест находится рядом с ними.

Список использованных источников

1. <https://www.samara-attractions.ru/monument-d-stepa.html>
2. [https://ru.wikipedia.org/wiki/Храм Пресвятого Сердца И исуса \(Самара\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/Храм_Пресвятого_Сердца_И_исуса_(Самара))
3. <https://www.samara.kp.ru/daily/27472/4678855/>
4. <https://samaramodern.ru/>
5. [https://ru.wikipedia.org/wiki/Памятник Чапаеву \(Самара\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/Памятник_Чапаеву_(Самара))
6. [https://tonkosti.ru/Памятник Чапаеву в Самаре](https://tonkosti.ru/Памятник_Чапаеву_в_Самаре)
7. [https://ru.wikipedia.org/wiki/Самарский театр драмы имени М. Горького](https://ru.wikipedia.org/wiki/Самарский_театр_драмы_имени_М._Горького)
8. [https://ru.wikipedia.org/wiki/Площадь Куйбышева \(Самара\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/Площадь_Куйбышева_(Самара))
9. [https://greenexp.ru/places/Памятник Куйбышеву \(Самара\)](https://greenexp.ru/places/Памятник_Куйбышеву_(Самара))
10. [https://ru.wikipedia.org/wiki/Самарский театр оперы и балета имени Д. Д.Шостаковича](https://ru.wikipedia.org/wiki/Самарский_театр_оперы_и_балета_имени_Д._Д.Шостаковича)
11. https://opera-samara.ru/o_teatre/
12. <https://domvakano.ru/>
13. https://docs.yandex.ru/docs/view?url=ya-browser%3A%2F%2F4DT1uXEPRrJRXLUFoewruAJBDeJG4yvUcPfh9MFST2jjH5QW_xbuAecpMYD-spv-UP4sjPL4OejAe7liPQOIGBeP3Ss70_2CBR8-MyZ-5luxsSj3lD9lga-p5DB8hwe0HgN-rFgj4i5aQhoC2aw%3D%3D%3Fsign%3DrjF7s29Q8blQCNqbws77_ECwOQrDGgibofkhNLaqBBE%3D&name=vopros-kak-reguliruetsya-ekskursionnaya-deyatelnost.docx&nosw=1

ПУТЕШЕСТВУЕМ ВМЕСТЕ!

Шухмина Д.Д., студентка ГБПОУ ПГК.

Научный руководитель:

преподаватель специальных дисциплин Безрукова Т.Л.

Актуальность данной темы: Виртуальный помощник VCT предоставит пользователям удобный и доступный способ получения информации об исторических объектах, а также поможет спланировать интересные маршруты для прогулок по городу всей семьей. Прогулки вместе с родственниками позволяют укрепить семейные связи, провести время совместно и насладиться увлекательными приключениями.

Целью работы является: Привлечь как можно больше семей к использованию бота VCT, через опрос о том, как часто люди проводят время вместе со своей семьей.

В наше время современная молодежь и их родители недостаточно осведомлены о тех или иных местах в нашем городе, где можно хорошо отдохнуть и провести время с пользой. Это может привести к потере интереса к совместному времяпровождению. В связи с этим возникает необходимость придумать то, где люди смогут получить информацию о доступных местах для семейной прогулки – быстро и по своим интересам. Появилась идея - в разработке бота: VCT – «Virtual City Tours», осведомляющего и показывающего места, которые возможно посетить, что бы хорошо провести свободное время с семьей.

Для этого была собрана информация об объектах для прогулки, о местах для культпоходов и экскурсий. Также создан бот, который будет помогать узнавать и показывать доступность места. Этот бот предлагает уникальные маршруты и интересные места для посещения, чтобы помочь молодым людям исследовать и открывать новые места для проведения времени с близкими. Молодые семьи, подростки и взрослые люди смогут узнать о скрытых жемчужинах города Самара, которые могли остаться незамеченными. Таким образом, бот становится надежным путеводителем, помогая им открыть

для себя новые возможности и разнообразие повседневной жизни.

При создании бота автор столкнулась с различными техническими и организационными проблемами, которые потребовали исправления. Например, обнаружено, что некоторые места, которые хотелось включить в маршруты, были закрыты для посещения или находились в ремонте. Для исправления этих ошибок проводились дополнительные исследования. Взаимодействуя с местными организациями и учреждениями, удалось получить актуальную информацию о доступности. Кроме того, тестирование бота среди молодежи, позволило получить обратную связь и выявить любые недочеты или ошибки в функционировании. Внесены соответствующие коррективы на основе этой обратной связи, для улучшения работы бота. В результате усилий исправлены ошибки, усовершенствован функционал бота. Он стал более точным и полезным для семей, ищущих новые приключения и возможности в своем городе.

Запуск VCT

После проделанной огромной работы, осуществился запуск бота с целью предоставить пользователям удобный и инновационный способ поиска места для прогулки всей семьей.

Метод исследования: выбрана анкетная форма опроса. Это один из самых удобных способов для обработки и анализа данных, который позволяет сократить время сбора информации. Чтобы объемнее собрать данные, правильно проанализировать и расписать полученную информацию, сформирован онлайн опрос на сайте www.surveymonkey.com, который специально создан для этих целей.

Массив исследования: Тестирование проходило в двух целевых аудиториях. Первое - среди молодежи, второе среди – семейных пар. Тест был представлен в онлайн формате «Гугл формы» и размещен в сети интернет на платформе «ВКонтакте». Гугл форму прошло более 100 человек, раз-

ного возраста и статуса, проживающих в городе Самара и Самарской области.

Этот опрос позволил проанализировать, как люди проводят свое свободное время вместе с близкими. Также вопросы, заданные в тесте, помогли узнать какие виды деятельности люди предпочитают проводить вместе с семьей. И главное, что же может помочь организовать более качественное и интересное времяпровождение. Подразумевалось, что на отдельный вопрос, каждое поколение должно было дать свой единственный определенный ответ.

По опросу, можно сделать следующее заключение:

1. Молодежь отреагировала на тестирование, размещенное на странице «ВКонтакте».

Возраст большинства опрошенных складывался от 15 до 20 лет. Как оказалось, они стараются больше проводить время с семьей и предпочитают отдых в виде «Прогулки». Это парки, набережная и другие представленные места в разделе. Прогулки становятся популярным способом провести время с семьей, отдохнуть от учебы.

2. Для семейных пар опрос был размещен в группах по интересам, также на платформе «ВКонтакте».

Возраст опрошенных был от 25 лет и старше. Они больше предпочитают «Культпоход» и «Экскурсии». К этому относится посещение музеев, галерей, исторических памятников и прочих культурных объектов. Культурные мероприятия помогают семейным парам, провести время интересно и насыщено.

Данный опрос подтвердил, что люди разного возраста предпочитают разный вид времяпровождения. Но самое важное и главное для них - это доступность выбора быстрого поиска места, в котором они проведут время с близкими.

Вывод:

Разработка бота для показа мест, где можно провести время с семьей, оказалась успешной и полезной для пользо-

вателей. Благодаря удобному интерфейсу и точной информации, виртуальный помощник стал незаменимым инструментом для молодежи. Его помощь при нахождении интересных мест для посещения и проведения досуга, просто необходима. Планируется дальнейшее развитие и улучшение виртуального помощника, в обеспечении еще более высокого уровня сервиса и удовлетворенности пользователей.

Список использованных источников

1. <https://habr.com/ru/articles/697052/>
2. https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/17943/1/RSVPU_2017_161.pdf
3. <https://tripplanet.ru/dostoprimechatelnosti-samary/>
4. <https://семья2024.пф/>
5. www.survio.com
6. Беляков О.И. Семейный туризм как форма досуговой деятельности / О.И. Беляков, И.В. Мещерякова // Известия ПГПУ им. В.Г. Белинского. - 2012. - № 28. - С. 690-693.
7. Гранильщиков Ю.В. Семейный туризм / Ю.В. Гранильщиков. - М.: Просвещение 2008. - 243 с.
8. Гультияев И.И. Социально-культурные условия развития досуговых интересов современной семьи: автореф. дис. канд. пед. наук / И.И. Гультияев. - М.: Проспект, 2011. - 24с.
9. Паженков А.С. Памятники природы Самарской области / Издательство: Самара: «Лаборатория Экотон» 2012.

СЕКЦИЯ

"ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА"



НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ТЕМЕ: «СОВРЕМЕННАЯ ДОМАШНЯЯ АПТЕЧКА»

Власов Д.Ю., Чекалин Д.О., студенты ГБПОУ «ПГК».

*Научный руководитель:
преподаватель Веряскина Л.П.*

Часто мы получаем травмы, выполняя домашние дела. Например: можем удариться, порезаться; у нас может заболеть голова, живот. В таком случае нам в помощь приходит «домашняя аптечка» или «аптечка первой помощи», в которой есть всё и от всего. Она обязательно должна быть в каждом доме.

Домашняя аптечка – это комплект средств, предназначенных для оказания первой помощи в домашних условиях.

Известно, что Петр I (1672–1725) придавал большое значение организации и развитию аптечного дела в России. Реформы в сфере фармации он начал с указа о прекращении работы зеленых лавок и открытии общественных аптек.

В 1701 году он повелел: «Все, кто ни пожелает завести на своём иждивении частную аптеку, русские или иностранцы, получают безденежно назначенное место и пожалованную грамоту». С этого момента владельцы фармацевтических учреждений получили особые привилегии – они освобождались от аренды, налогов, сборов и прочих повинностей.

С появлением общественных аптек возникла и возможность формирования домашних наборов лекарственных средств, которые постепенно стали называть домашней аптечкой.

Проанализировав работы медицинских работников и основываясь на жизненном опыте, мы составили перечень препаратов, необходимых для оказания первой медицинской помощи.

Необходимыми лекарственными средствами для наружного применения являются антисептические средства, перевязочный материал, лейкопластырь бактерицидный, раствор бриллиантовый зелёный (зелёнка), раствор йода, перекись водорода 3%, перманганат калия (марганцовка), нашатырный спирт.

Заживляющие средства так же необходимы, наиболее универсальными препаратами являются мазь Вишневского, Левомеколь и Метилурацил.

Лекарственные препараты для приёма внутрь от температуры Парацетамол и Нурофен. Для обезболивания Цитрамон, Спазган, Спазган и Дротаверин. Необходимо иметь антигистаминные, например Лоратадин. Черезвычайно важно всегда иметь доступ к энтеросорбирующим: Активированному углю и Полисорбу.

Такие препараты как сердечно-сосудистые и успокаивающие следует принимать по назначению врача, но в аптечке первой необходимости всё-таки надо иметь: глицин ; корвалол, валидол ; нитроглицерин.

Лучше всего хранить препараты в стандартных пластмассовых, металлических коробках. Для комплектования и хранения домашней аптечки очень удобны готовые заводские контейнеры, которые выпускаются в виде кейса (чемоданчика), ящика или сумочки. Наличие нескольких отделений в таком контейнере позволяет разложить лекарства и другие приспособления в определенном порядке.

Прежде всего, после покупки лекарственного средства следует обратить внимание на условия его хранения. Эти данные обычно указываются в инструкции по применению препарата и на внешней упаковке.

Например:

- если в инструкции по применению рекомендуется хранение при комнатной температуре или она не указана, то это означает, что хранить препарат следует при 15°-25°С;

- если рекомендуется хранение в прохладном месте, то это означает, что хранить препарат следует при температуре от 8°C до 15°C;
- хранение в темном месте означает, что оно должно быть защищено от солнечного света;
- хранение в сухом месте означает: в помещении должна быть относительная влажность воздуха не более 60%.

Очень важно:

- не хранить лекарства с нарушенной или поврежденной первичной упаковкой. Зачастую хранят половину таблетки, свечи или ампулы с препаратом - такие препараты лучше не употреблять;
- регулярно проверять содержимое домашней аптечки, просматривать состояние и сроки годности лекарств. Следует выбросить просроченные, намокшие или поврежденные лекарства.

Место хранения.

Начнём с основы, в чём хранить всё, что мы перечислим. По нашему мнению для этого лучше всего подходит пластиковый контейнер. Чтобы в нём был порядок и нужное можно было быстро найти, разделю его на зоны:

основные лекарства положу в небольшую ячейку контейнера. Комплект санитарных средств и медицинские инструменты соберём в отдельный пакетик. Это предопределяет надлежащее хранение и удобство при поиске. Перевязочный материал и жгуты так же положим отдельно. Небольшой отсек с инструкциями по применению перетянутые резинкой

Для каждого человека в состав аптечки будут входить разные препараты, поэтому перед сбором необходимо проконсультироваться со специалистом. Мы можем посоветовать наиболее универсальный набор:

Перевязочные материалы: вата; стерильный бинт и нестерильный бинт; резиновый жгут; бактерицидный пластырь и обычный лейкопластырь.

Для оказания первой помощи подойдут: йод, зеленка или хлоргексидин; перекись водорода; нашатырный спирт; корвалол или валидол; нитроглицерин.

К медикаментам, которые удобно всегда иметь под рукой, еще можно добавить: парацетамол; нурофен; ношпа и спазган; лоперамид; смекта; лоратадин; активированный уголь; полисорб; несколько пакетиков терафлю, колдрекса, антигриппина; фурациллин; мазь «метилурацил», а также мазь левомеколь.

Так же необходимо положить термометр для измерения температуры.

Необходимо проверять сроки годности, условия хранения, цельность упаковки, следить за наличием препаратов. Мы советуем проверять аптечку каждый месяц, потому что неизвестно, когда она понадобится. Может случиться так, что срочно надо оказать помощь до приезда врача, а препарат непригоден для употребления.

Постарайтесь составить список имеющихся у Вас медикаментов. Отслеживайте его пополнение, а также все изменения в нем. Постарайтесь не выбрасывать инструкции по применению того или иного медикамента, а складывать их в отдельный отсек. Их наличие в отведенном для хранения месте может не раз пригодиться. И еще один очень важный момент – постарайтесь организовать Вашу домашнюю аптечку так, чтобы Вы полностью контролировали доступ к ней детей.

Перед применением внимательно прочитайте инструкцию, а ещё лучше сразу после покупки препарата, чтобы в экстренном случае уже знать её. Ни в коем случае не занимайтесь самолечением. После оказания первой помощи обратитесь к врачу или вызовите скорую.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Евтеева А., Чигирёва С., Сукач К., студентки ГБПОУ «ПГК»

Научный руководитель:

преподаватель высшей категории «Отличник физической культуры и спорта России» Никифоров М.М.

ВВЕДЕНИЕ

Физическая культура и спорт в системе среднего профессионального образования

Физическая культура — область социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья человека, в процессе осознанной двигательной активности. Это часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путём физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

Цель: Изучить роль и значение физической культуры и спорта в системе среднего профессионального образования для развития физических, психологических и социальных компетенций студентов.

Гипотеза: Эффективное внедрение физической культуры и спорта в учебный процесс среднего профессионального образования способствует формированию здорового образа жизни, улучшению учебной успеваемости, развитию лидерских качеств и социальной адаптации студентов.

Задачи:

1. Изучить и проанализировать современные подходы к внедрению физической культуры и спорта в учебный процесс среднего профессионального образования.

2. Определить влияние занятий физической культурой и спортом на физическое и психологическое состояние студентов.
3. Изучить связь между занятиями физической культурой и спортом и учебной активностью студентов.
4. Выявить позитивные аспекты внедрения физической культуры и спорта в систему среднего профессионального образования.
5. Предложить рекомендации по оптимизации занятий физической культурой и спортом в учебном процессе среднего профессионального образования.

Исследование «Физическая культура и спорт в системе среднего профессионального образования»

Гипотеза исследования: Внедрение физической культуры и спорта в систему среднего профессионального образования способствует улучшению физического состояния, повышению уровня психологической устойчивости и социальной активности студентов.

Методы исследования:

1. Анализ научной литературы по влиянию физической культуры и спорта на развитие физических, психологических и социальных компетенций.
2. Опрос студентов средних профессиональных учебных заведений о их участии в физических занятиях и спортивных мероприятиях, а также о влиянии этого на их общее самочувствие и успехи в учебе.
3. Наблюдение за студентами во время учебных занятий и спортивных мероприятий для оценки их физической активности, эмоционального состояния и взаимодействия с окружающими.
4. Сравнительный анализ результатов обучения и участия в спортивных мероприятиях у группы студентов, которые активно занимаются спортом, и у группы, которая не уделяет этому внимание.

Ожидаемые результаты:

- Подтверждение гипотезы о положительном влиянии физической культуры и спорта на развитие физических, психологических и социальных компетенций студентов.
- Выявление основных факторов, способствующих успешному внедрению физической активности в систему среднего профессионального образования.
- Разработка рекомендаций для улучшения работы с физической культурой и спортом в учебных заведениях среднего профессионального уровня.

1. Современные подходы к внедрению физической культуры и спорта в учебный процесс среднего профессионального образования

В настоящее время внедрение физической культуры и спорта в учебный процесс среднего профессионального образования становится все более актуальной задачей. Существует несколько современных подходов к осуществлению данного процесса.

Первым подходом является интеграция физической культуры и спорта в общеобразовательные программы. Такие предметы, как физическая культура, спорт и физическое воспитание, включаются в стандартные учебные планы и рассматриваются как неотъемлемая часть образовательного процесса. Учащиеся занимаются физическими упражнениями, участвуют в спортивных соревнованиях, развивая свои физические и спортивные навыки.

Второй подход заключается в создании специализированных спортивных классов и школ. Эти учебные заведения ориентированы на развитие спортивных способностей учащихся и подготовку их к профессиональному участию в спорте. В таких классах проводится специализированный тренировочный процесс, учащиеся учатся технике и тактике спортивных игр, участвуют в соревнованиях.

Третий подход - использование современных технологий в физическом воспитании. С развитием информацион-

ных технологий появились новые возможности для проведения тренировок и улучшения физической подготовки учащихся. Онлайн-тренировки, фитнес-приложения, умные трекеры позволяют эффективно отслеживать и контролировать физическую активность учащихся.

В целом, современные подходы к внедрению физической культуры и спорта в учебный процесс среднего профессионального образования направлены на достижение главной цели - развитие учащихся как личности, формирование их здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья.

2. Влияние занятий физической культурой и спортом на физическое и психологическое состояние студентов.

Занятия физической культурой и спортом имеют положительное влияние на физическое и психологическое состояние студентов. Физическая активность способствует улучшению общего здоровья, повышению выносливости, улучшению физической формы и формированию правильной осанки.

Также занятия спортом могут помочь снизить уровень стресса и улучшить настроение, так как физическая активность способствует выделению эндорфинов - гормонов радости. Регулярные тренировки могут помочь улучшить концентрацию, память и когнитивные способности студентов.

Кроме того, занятия спортом способствуют формированию дисциплины, целеустремленности, самодисциплины и ответственности, что является важным качеством для успешной учебы и будущей карьеры.

Таким образом, занятия физической культурой и спортом оказывают комплексное положительное влияние на физическое и психологическое состояние студентов, помогая им быть здоровыми, энергичными и успешными как в учебе, так и в жизни.

3. Связь между занятиями физической культурой и спортом и учебной активностью студентов.

Для изучения связи между занятиями физической культурой и спортом и учебной активностью студентов можно провести исследование, в ходе которого будут определены следующие показатели:

1. Уровень физической активности студентов: опросить студентов о частоте и интенсивности занятий спортом, физической нагрузке и регулярности занятий.
2. Успеваемость студентов: проанализировать успехи студентов в учебе, их оценки, академическую успеваемость и общее учебное поведение.
3. Влияние физической активности на учебную активность: выяснить, как частота и интенсивность занятий спортом и физической культурой влияют на концентрацию внимания, память, умственную работоспособность и общее физическое и психическое состояние студентов.
4. Оценить общее благополучие студентов: установить, как физическая активность влияет на общее самочувствие, эмоциональное состояние, стрессоустойчивость и уровень усталости у студентов.
5. Сравнить результаты: сопоставить данные об уровне физической активности и успеваемости студентов, выявить возможные закономерности и зависимости.

Изучение связи между занятиями физической культурой и спортом и учебной активностью студентов позволит выявить важность физической активности для успешной учебы и определить рекомендации по организации учебно-воспитательного процесса в высших учебных заведениях.

4. Позитивные аспекты внедрения физической культуры и спорта в систему среднего профессионального образования.

1. Улучшение физического здоровья студентов. Занятия физкультурой и спортом помогут поддерживать хорошую

- физическую форму, снижать уровень стресса, улучшать общее самочувствие и повышать работоспособность.
2. Развитие дисциплины и самоконтроля. Участие в спортивных мероприятиях и тренировках требует от студентов соблюдения определенного режима и дисциплины, что влияет на их поведение и отношение к обучению.
 3. Формирование командного духа и сплоченности. Занятия спортом способствуют развитию коллективного духа, сотрудничества и взаимопомощи в рамках команды.
 4. Повышение эмоционального настроения и улучшение социальных навыков. Спортивные занятия способствуют выработке позитивного настроения, помогают преодолевать страхи и развивать уверенность в себе.
 5. Получение дополнительных навыков и знаний. Участие в спортивных соревнованиях и тренировках помогает студентам развивать такие качества, как выносливость, целеустремленность, а также улучшать координацию движений и технику выполнения упражнений.

Таким образом, внедрение физической культуры и спорта в систему среднего профессионального образования может принести целый ряд позитивных результатов, способствующих развитию студентов как личности и способствующих их успешной адаптации к современным условиям жизни.

5. Рекомендации по оптимизации занятий физической культурой и спортом в учебном процессе среднего профессионального образования.

1. Ввести обязательные занятия по физической культуре и спорту в расписание учебного процесса, чтобы студенты имели возможность регулярно заниматься физическими упражнениями.
2. Разнообразить программу занятий, включая различные виды спорта и физические упражнения, чтобы стимулировать интерес студентов к занятиям.

3. Проводить мероприятия с участием студентов, например, спортивные соревнования, чтобы мотивировать их к активному образу жизни.
4. Обеспечить наличие необходимого спортивного оборудования и инвентаря для занятий, чтобы студенты могли эффективно заниматься спортом.
5. Пригласить профессиональных тренеров и инструкторов для проведения занятий по физической культуре и спорту, чтобы обеспечить качественное обучение студентов.
6. Поддерживать студентов, которые проявляют интерес к спорту, предоставляя им дополнительные возможности для занятий, например, участие в спортивных командах или клубах.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе проведенного исследования в группе ТУР-32 было установлено, что физическая культура и спорт играют значительную роль в системе среднего профессионального образования. Участие в физических занятиях и спортивных мероприятиях способствует не только улучшению физического здоровья студентов, но также влияет на их психологическое состояние и социальные навыки.

Результаты исследования подтвердили гипотезу о том, что внедрение физической активности в учебный процесс позитивно влияет на развитие физических, психологических и социальных компетенций студентов. Студенты, активно занимающиеся спортом, проявляют более высокий уровень самодисциплины, уверенности в себе, адаптивности к стрессовым ситуациям и коммуникативных навыков.

На основании полученных результатов можно сделать вывод о необходимости дальнейшего развития и усовершенствования системы физической культуры и спорта в среднем профессиональном образовании. Рекомендации и практические рекомендации, вытекающие из данного исследования, могут быть использованы при формировании образовательных программ и организации спортивной деятельности в

учебных заведениях среднего профессионального уровня. В целом, данное исследование подтверждает важность интеграции физической культуры и спорта в образовательный процесс для гармоничного развития студентов.

НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ.

Иванушкина А.К., студентка ГБПОУ «ПГК».

*Научный руководитель:
преподаватель ОБЖ Фисенко Ж.В.*

Аннотация: целью новых технологий в сфере здравоохранения является улучшение качества медицинской помощи, повышение эффективности лечения, улучшение диагностики заболеваний, увеличение доступности медицинских услуг для пациентов, оптимизация процессов управления здравоохранением и сокращение затрат на медицинское обслуживание. Новые технологии могут помочь улучшить здоровье и благополучие людей, сделать медицинскую помощь более персонализированной и эффективной, а также способствовать развитию медицинской науки и практики.

Здоровье и новые технологии – это область, где современные технологии набирают все более важную роль в обеспечении качественного здравоохранения. Новые технологии позволяют улучшить диагностику, лечение и мониторинг заболеваний, делая медицинскую помощь более эффективной и доступной. Применение технологий, таких как искусственный интеллект, мобильные приложения, телемедицина и дистанционный мониторинг здоровья, меняет способы взаимодействия между пациентами и медицинскими учреждениями, а также повышает уровень индивидуализированного подхода к лечению. В результате, здоровье и новые технологии идут рука об руку, обеспечивая более эффективное и качественное здравоохранение для всех.

Искусственный интеллект играет все более значимую роль в сфере здравоохранения, предоставляя новые возможности для диагностики, лечения и управления здоровьем.

Технологии искусственного интеллекта могут быть использованы для анализа медицинских данных, прогнозирования заболеваний, персонализации лечения, разработки новых лекарств и многого другого. Дистанционный мониторинг здоровья с помощью сенсоров и устройств для сбора данных также становится все более популярным, позволяя людям отслеживать свое состояние здоровья в реальном времени и получать рекомендации по улучшению образа жизни.

Наиболее успешно развиваются три направления, связанные с компьютерной диагностикой: скрининг и более глубокий анализ симптомов на базе изучения медицинских изображений, например, рентгеновских или КТ-снимков, поддержка принятия врачебных решений и автоматизация рутинной работы. Например, с помощью голосового бота будет удобно заполнять медицинские карты, а роботы-операторы запишут пациентов на прием. При работе с ИИ возникает возможность производить такие вычисления как: сегментация, классификация и регистрация. Таким образом, можно сказать, что искусственный интеллект является частью формирования цифровизации в здравоохранении:

- быстрая обработка и передача информации;
- частичная автоматизация исследования;
- возможность восполнить недостаток квалифицированных кадров.

В наши дни ИИ позволяет быстро сканировать и анализировать визуальную информацию, что помогает диагностировать такое серьезное заболевание, как рак.

В исследовании, опубликованном в *Journal of the National Cancer Institute*, ученые использовали ИИ для анализа маммограмм более чем 26 000 женщин. Система смогла обнаружить рак молочной железы с точностью 94,5% по сравнению с 88,4% у радиологов.

В июле 2020 года Минздрав РФ поддержал разработку стандартов в сфере применения искусственного интеллекта в здравоохранении. В ведомстве отметили, что формирование

нормативной базы поможет выработать единые подходы к оценке безопасности и надёжности систем на основе ИИ. Инициатива направлена на повышение доверия к применению технологий в медицине.

Осенью 2020 года при поддержке Минздрава РФ стартовал проект «Цифровая диагностика», сообщает официальный сайт ведомства. В эксперименте приняли участие 13 медицинских учреждений Ханты-Мансийского автономного округа.

В ходе проекта было отмечено, что внимание акцентируется на патологические изменения, автоматически формируется итоговое заключение. Также отмечено, что проведение исследования ускоряется в 4-5 раз. ИИ восполняет недостаток квалифицированных специалистов в сфере исследования.

Минздрав совместно с корпорацией «Ростех» инициировал проект по созданию площадки, которая предоставляет информационную поддержку разработчикам ИИ-решений в области медицины. Результатом стала первая версия федеральной платформы ИИ.

Для обучения и проверки алгоритма необходимы верифицированные датасеты. Разработчикам предоставлена информация, интегрированная из электронных медицинских карт. При этом все данные россиян были обезличены.

Алгоритм верификации датасетов в больнице может включать следующие шаги:

1. Проверка целостности данных: алгоритм может проверять наличие всех необходимых полей, отсутствие дубликатов и ошибок в данных.
2. Валидация данных: алгоритм может проводить проверку данных на соответствие заданным форматам и правилам.
3. Удаление выбросов: алгоритм может идентифицировать и удалять аномальные значения, которые могут исказить результаты анализа.

4. Обработка пропущенных значений: алгоритм может заполнять пропущенные значения или исключать записи с недостающими данными.
5. Анализ качества данных: алгоритм может оценивать качество данных с помощью различных метрик и указывать на возможные проблемы.
6. Проверка безопасности данных: алгоритм может обеспечивать защиту конфиденциальности пациентов и соответствие нормам обработки персональных данных.

Это лишь общие шаги, которые могут быть включены в алгоритм верификации датасетов в больнице. Конкретные процедуры могут различаться в зависимости от целей и требований конкретного медицинского учреждения.

Дистанционный мониторинг здоровья – это процесс наблюдения и сбора данных о состоянии здоровья пациента без необходимости физического присутствия в медицинском учреждении. С помощью новых технологий, таких как носимые устройства для мониторинга пульса, давления, уровня кислорода в крови и других показателей, пациенты могут передавать данные врачам удаленно. Это позволяет врачам более эффективно отслеживать состояние здоровья пациентов, делать более точные диагнозы и предоставлять персонализированное лечение. Дистанционный мониторинг здоровья также способствует более раннему выявлению проблем и предотвращению осложнений.

Мобильные приложения для контроля здоровья становятся все более популярными среди пользователей. Они позволяют отслеживать физическую активность, питание, сон, пульс, уровень стресса и другие показатели здоровья. Такие приложения обычно предлагают удобные инструменты для ведения дневника здоровья, устанавливают цели и напоминают о необходимости заботы о своем здоровье. Некоторые мобильные приложения также могут интегрироваться с умными устройствами для мониторинга здоровья, такими как фитнес-трекеры или умные весы. В целом, мобильные приложения для контроля здоровья помогают пользователям

следить за своим состоянием и принимать более осознанные решения для поддержания здорового образа жизни.

Приложения для здоровья для пенсионеров могут быть очень полезными, помогая им отслеживать своё физическое и психическое состояние, контролировать прием лекарств, следить за питанием и физической активностью, а также получать информацию о заболеваниях и методах их профилактики. Такие приложения могут также предоставлять возможность записи на прием к врачу, напоминать о приеме лекарств, а также предоставлять доступ к медицинским консультациям онлайн. Все это может помочь пенсионерам более осознанно вести здоровый образ жизни и следить за своим здоровьем.

Моя бабушка также пользуется приложением «Daylio». Это приложение дневник контроля здоровья. Оно помогает пользователям отслеживать свои ежедневные настроения, активности и привычки. Оно позволяет создавать записи о своем настроении, добавлять фотографии, указывать совершенные действия и привычки. Daylio также предоставляет статистику и аналитику по данным, что помогает пользователям лучше понять свои эмоциональные состояния и поведенческие паттерны. Это удобное приложение для пенсионеров, которые хотят следить за своим здоровьем и благополучием.

Искусственный интеллект (ИИ) играет все более важную роль в здравоохранении и больничной практике. Он может быть использован для улучшения диагностики, прогнозирования заболеваний, оптимизации лечения и управления медицинскими данными. Одним из примеров использования ИИ в больницах является алгоритм верификации датасетов, который может помочь в анализе больших объемов медицинских данных для выявления закономерностей и принятия информированных решений. Такие технологии позволяют повысить эффективность работы медицинского персонала, сократить время диагностики и улучшить результаты лечения пациентов.

Развитие технологий, включая мобильные приложения и искусственный интеллект, играет важную роль в улучшении здоровья и благополучия людей. Мобильные приложения для контроля здоровья и фитнеса, такие как Daylio дневник, предоставляют возможность отслеживать физическую активность, питание, сон и другие аспекты здорового образа жизни. Эти приложения могут быть особенно полезны для пенсионеров, помогая им следить за своим здоровьем, улучшать качество жизни и оставаться активными. Таким образом, инновационные технологии играют важную роль в поддержке и улучшении здоровья людей всех возрастов.

Список использованных источников

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
2. Министерство здравоохранения Российской Федерации <https://minzdrav.gov.ru/>
3. Минздрав России поддерживает разработку основополагающих стандартов по системам искусственного интеллекта в клинической медицине: Министерство здравоохранения Российской Федерации [Электронный ресурс]. URL: <https://minzdrav.gov.ru/news/2020/07/28/14564-minzdrav-rossii-podderzhivaet-razrabotku-osnovopolagayuschih-standartov-po-sistemam-iskusstvennogo-intellekta-v-klinicheskoy-meditzine>
4. Исследование Journal of the National Cancer Institute <s://www.cancer.gov/search/results?swKeyword=McKinney%2C+S.+M.%2C+Sieniek%2C+M.%2C+Godbole%2C+V.%2C+Godwin%2C+J.%2C+Antropova%2C+N.%2C+Ashrafian%2C+H.+%282020%29.+International+evaluation+of+an+AI+system+for+breast+cancer+screening.+Nature%2C+577%287788%29%2C+89-94.>

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА КАК МЕТОД УКРЕПЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

*Куркина С.О., студентка ГБПОУ «ПГК»
Научный руководитель:
преподаватель Барабанщикова Н.О.*

Аннотация: в данной статье рассматривается и рассказывается о лечебной физической культуре, её терапии и укреплении здоровья человека.

Ключевые слова: ЛФК, УГГ

Медики давно бьют тревогу, различные институты разрабатывают перспективные планы поддержания физического состояния человека, пансионаты, санатории, профилактории с трудом справляются с потоком желающих оздоровить свой организм, современные фитнес-центры сегодня - самые востребованные учреждения.

На данный момент внимание различных специалистов привлекают немедикаментозные средства лечения – физические упражнения, закаливание, физиотерапия, массаж, рефлексотерапия, мануальная терапия и др. Новый подход к лечению посредством лечебных физических упражнений все более укрепляет свои позиции, поскольку использование только медикаментозных средств часто не оказывает необходимого позитивного воздействия, а нередко вызывает побочные явления (токсические, аллергические). Использование средств ЛФК приводит к активному двигательному режиму и положительным эмоциям, что служит источником энергии для самозащиты организма на всех уровнях его жизнедеятельности как в норме, так и при патологии.

Под лечебной физической культурой (ЛФК) понимается применение средств физической культуры к больному человеку с лечебно-профилактической целью для более быстрого и полноценного восстановления здоровья и трудоспособности и предупреждения последствий патологического процесса. ЛФК изучает изменения, происходящие в организме больного под влиянием различных физических упражне-

ний, что, в свою очередь, позволяет создавать обоснованные с клинических и физиологических позиций методики ЛФК при различных патологических состояниях. В нормальном стереотипе преобладает моторика; в его восстановлении и заключается общая задача ЛФК; перевод всех физиологических систем стареющего (и не только стареющего) организма на новый, более высокий уровень, что обеспечивает повышение жизнеспособности и накопление энергии. Лечебная физкультура улучшает нарушенные функции, ускоряет регенерацию, уменьшает неблагоприятные последствия вынужденной гипокинезии. Физические упражнения, применяемые с лечебной целью, делятся на гимнастические, идеомоторные, спортивно-прикладные, упражнения в посылке импульсов к сокращению мышц и игры. Гимнастические упражнения представляют собой специально подобранные сочетания естественных для человека движений. Избирательно воздействуя с помощью гимнастических упражнений на отдельные мышечные группы или суставы, можно совершенствовать общую координацию движений, восстанавливать и развивать силу, быстроту движений, ловкость и гибкость.

По видовому признаку и характеру выполнения - порядковые и строевые, подготовительные (вводные), корригирующие, на координацию движений, дыхательные, в сопротивлении, висы и упоры, подскоки и прыжки, ритмопластические упражнения. Порядковые и строевые упражнения (построения, повороты, ходьба и др.) организуют и дисциплинируют занимающихся, вырабатывая необходимые двигательные навыки. Применяются они на послебольничном этапе реабилитации, а также в группах здоровья. Подготовительные (вводные) упражнения подготавливают организм к предстоящей физической нагрузке. Их выбор зависит от задач занятия, а также от уровня физической подготовленности больного. Корригирующие упражнения предупреждают и уменьшают дефекты осанки, исправляют деформации. Они нередко сочетаются с пассивной коррекцией: вытяжением на наклонной плоскости, ношением ортопедического корсета,

специальной укладкой с использованием валиков, массажем. Корректирующие упражнения оказывают сочетанное воздействие на различные мышечные группы - одновременно укрепляют одни и расслабляют другие.

Упражнения на координацию движений и в равновесии применяются для тренировки вестибулярного аппарата при гипертонической болезни, неврологических заболеваниях, для лиц пожилого и старшего возраста, занимающихся в группах здоровья. Выполняются они в различных исходных положениях (стоя на узкой площади опоры, на одной ноге, на носках), с открытыми и закрытыми глазами, с предметами и без них, на гимнастической скамейке, гимнастическом бревне.

Из спортивно-прикладных упражнений в лечебной физической культуре наиболее часто используют ходьбу, бег, прыжки, метания, лазанья, упражнения в равновесии, поднимании и переноске тяжестей, дозированные греблю, ходьбу на лыжах, катание на коньках, лечебное плавание, езду на велосипеде. Спортивно-прикладные упражнения способствуют окончательному восстановлению поврежденного органа и всего организма в целом, воспитывают у больных настойчивость и уверенность в своих силах. В лечебно-оздоровительной физической культуре спортивно-прикладные упражнения используются для предупреждения заболеваний, воспитания физических качеств.

Основные формы ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ), процедура (занятие) ЛГ, дозированные восхождения (терренкур), прогулки, экскурсии, ближний туризм.

Формы ЛФК:

- Утренняя гигиеническая гимнастика;
- Занятия лечебной гимнастикой;
- Самостоятельные занятия физическими упражнениями;
- Прогулки, ходьба;
- Массовые формы оздоровительной физической культуры;
- Дозированные восхождения;
- Дозированные плавание, гребля, ходьба на лыжах;

- Элементы спортивных игр;
- Ближний туризм;
- Элементы спорта;
- Экскурсии;
- Физкультурные массовые выступления, праздники.

В ЛГ различают три основных положения: лежа (на спине, на животе, на боку), сидя (в постели, на стуле, на кушетке и др.) и стоя (на четвереньках, с опорой на костыли, брусья, спинку стула и др.). Задачи ЛГ. Лечебную задачу можно определить, как цель восстановительных мероприятий на данном этапе развития патологического состояния. Задачи лечения (в том числе ЛФК) определяются представлениями об этиологии и патогенезе заболевания или травмы.

Разберём артроз тазобедренного сустава. **Артроз тазобедренного сустава (коксартроз)** — это хроническое дегенеративное заболевание сустава, которое ведёт к деформации костной ткани. При коксартрозе в патологический процесс вовлекаются все компоненты сустава: суставные хрящи, костные структуры, прилегающие к хрящам, синовиальная оболочка, связки, капсула и прилегающие к суставу мышцы. При заболевании разрушается суставной хрящ, появляются микропереломы костей и остеофиты (костные разрастания), возникает воспаление мышечно-связочного аппарата тазобедренного сустава.

Перечень упражнений для восстановления тазобедренного сустава:

- Лёжа на спине. Ноги на ширине плеч, согнуты в коленном суставе, угол в коленном суставе 45 – 50 градусов. Руки разведены в стороны. Развести колени в сторону, удерживать 1-2 секунды, вернуться в Исходное положение.
- Лёжа на спине. Ноги выпрямлены в коленном суставе. Руки в стороны. Медленно поднимите ногу под углом 30 - 45 гр., удерживайте 30 секунд, опустите в И.П. Повторить на другую ногу. Выполнить по 2 раза. Старайтесь не поднимать ногу под 80-90 градусов.

- Сидя на стуле. Ноги согнуты в коленном составе, пятки вместе. Поднимите колени вверх под углом 45 гр., зафиксируйте на 1-2 секунд (колени соединены), при этом плечи не опускать, спину не наклонять.

Список используемых источников

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Л 5 3 Учебник/Под ред. В. А. Елифанова, Г. Л. Апанасенко. — М.: Медицина, 1990. — 368 с: ил. — (Учеб. лит. Дл я студ. мед. ин-тов).
2. ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА: учебное пособие / сост. Г.М. Саралинова, С.О. Абдылдаева, Р.Д. Алымкулов, М.Ш. Карагулова. Бишкек: Изд-во КРСУ, 2018. 274 с.
3. <https://kladzdor.ru/articles/kompleksy-uprazhneniy-i-lechebnaya-gimnastika/uprazhneniya-dlya-ukrepleniya-myshts-tazobedrennogo-sustava/>

УПОТРЕБЛЕНИЕ ЭНЕРГЕТИКОВ СРЕДИ МОИХ ОДНОГРУППНИКОВ И СПОСОБЫ БОРЬБЫ С НИМ

*Ларичев И.А., студент ГБПОУ «ПГК»
Научный руководитель:
преподаватель Спирчагов С. Ю.*

Аннотация. В настоящее время наблюдается массированное использование подростками энергетических напитков. Цель исследования - оценить распространенность и мотивы потребления энергетических напитков среди одноклассников. Объект исследования – употребление энергетиков. Предмет исследования – характеристика употребления энергетиков среди одноклассников и способы борьбы с употреблением. Задачи исследования: изучить основные составляющие энергетических напитков и механизм действия их на организм человека; выяснить отношение к энергетическим напиткам моих одноклассников; провести беседу со одно-

группниками и педагогами, составить памятку с целью информирования ребят о вреде энергетических напитков и в целях снижения употребления энергетических напитков. Наша гипотеза состоит в том, что недостаточность информирования о реальном положении дела приводит к употреблению этих напитков. Материалы и методы исследования. В данном исследовании приняло участие 25 моих одноклассников. Метод исследования – анонимный анкетный опрос.

Каждый, кто смотрит на компанию моих сверстников, отмечает, что за последние несколько лет на российском рынке энергетических напитков наблюдается рост продаж. На сегодняшний день прогноз по России: «Revenue in the Energy & Sports Drinks segment amounts to US\$108m in 2021. The market is expected to grow annually by 5.03% (CAGR 2021-2026). In the Energy & Sports Drinks segment, volume is expected to amount to 54.6ML by 2026. The Energy & Sports Drinks segment is expected to show a volume growth of 2.9% in 2022.» [1]

Мои сокурсники оценивают "энергетики" весьма неоднозначно: одни считают, что они вообще не оказывают никакого влияния на организм человека, другие сравнивают с действием наркотиков. При этом и те и другие сходятся в одном: действие напитка недостаточно изучено. Следовательно, актуальность темы обусловлена не вызывает сомнений.

Цель исследования - оценить распространенность и мотивы потребления энергетических напитков среди одноклассников.

Объект исследования – употребление энергетиков.

Предмет исследования – характеристика употребления энергетиков среди одноклассников и способы борьбы с употреблением.

Изучив состав «энергетиков», я считаю, что данные напитки отрицательно влияют на моих одноклассников. Исходя из этого, я поставил следующие задачи:

Задачи исследования:

- изучить основные составляющие энергетических напитков и механизм действия их на организм человека;
- выяснить отношение к энергетическим напиткам моих одноклассников;
- провести беседу со одноклассниками и педагогами, составить памятку с целью информирования ребят о вреде энергетических напитков и в целях снижения употребления энергетических напитков.

Наша гипотеза состоит в том, что недостаточность информирования о реальном положении дела приводит к употреблению этих напитков.

Материалы и методы исследования. В данном исследовании приняло участие 25 моих одноклассников.

Метод исследования – анонимный анкетный опрос. Содержание анкеты позволило установить: цель и частоту употребления энергетических напитков, ситуации, которые этому способствуют, а также употребляются ли алкогольсодержащие энергетические напитки. Статистическая разработка результатов анкетирования проводилась в MS Excel, рассчитывали распределение ответов в процентах.

Энергетические напитки всё стремительнее вливаются в жизнь современного студента. Производством энергетиков теперь занимаются не только профильные предприятия, такие как Red Bull, но и лидеры безалкогольной индустрии – Pepsi и Coca-Cola. На сегодняшний день высшие позиции в мировом рейтинге занимают такие энергетические напитки, как Red Bull, Jaguar, Oronamin C, Real Gold, SoBe и Pocari Sweat. Согласно статистике: «Revenue in the Carbonated Soft Drinks segment amounts to US\$332,055m in 2021. The market is expected to grow annually by 5.31% (CAGR 2021-2026). In global comparison, most revenue is generated in the United States (US\$136,577m in 2021). In relation to total population figures, per person revenues of US\$44.18 are generated in 2021.» [2] То есть, мировой рынок оценивается в 55 миллионов долларов.

Основным компонентом любого энергетика является кофеин. Согласно данным: «The content of caffeine in these products ranges from 50 to 505 mg per can». [3] Кофеин и глюкоза повышают пульс и артериальное давление.

Помимо кофеина они также содержат карнитин, таурин, женьшень, витамины группы В, теобромин и теофиллин, этиловый спирт, сахар и глюкозу, угольную кислоту, пищевые добавки: регуляторы кислотности, стабилизаторы, красители и консерванты. Многие из этих веществ содержатся в количествах, во много раз превышающих суточную норму для человека, что не может пагубно не сказаться на организме.

Напитки с кофеином помогут справиться с сонливостью, а витаминно-углеводные повысят выносливость при больших физических нагрузках. Удобная упаковка напитков, позволяющая принимать их во всех ситуациях: в пути, в машине, на танцполе / спортзале, когда невозможно выпить чашечку кофе / чая. [4]

Действие после приёма энерготоника длится 3-4 часа, энергетик заметно взбадривает, увеличивает скорость реакции, выносливость, улучшает настроение, повышает работоспособность. Но на самом деле энергетические напитки не содержат в себе никакой энергии. Они мобилизуют трату наших энергетических запасов, что приводит к энергетическому истощению организма. Поэтому заявления производителей об абсолютной пользе их продукта, мягко говоря, не соответствуют действительности.

Кроме того, вышеописанный состав напитков скорее не даёт энергию, а забирает здоровье. Результатом употребления энергетиков зачастую становятся заболевания нервной и сердечно-сосудистой систем, желудочно-кишечного тракта, заболевания печени и почек, возникает риск развития сахарного диабета.

Исследование проводилось методом анонимного анкетирования студентов моей группы в феврале 2024 г. Всего в исследовании приняли участие 25 одноклассников. Для изу-

чения информированности учащихся о воздействии энергетических напитков на организм человека нами была разработана анкета.

Наша гипотеза о том, что недостаточность информирования о реальном положении дела приводит к употреблению этих напитков оправдана. После информирования одногруппников (классные часы), выпуска памятки (социально значимый проект), и повторного анкетирования, употребление снизилось энергетиков снизилось на 57%.

1. В результате анкетирования установлено, что одногруппники не осведомлены о составе и действии энергетиков на организм человека. Интенсификация учебного процесса на старших курсах, а часто и сочетание студентами учебы с трудовой деятельностью, которая проходит в неблагоприятных условиях (в ночное время, в дни отдыха, нарушение режима питания, тяжелый физический труд, и др.), вынуждает их использовать энергетические напитки для поддержания работоспособности.
2. Наиболее последовательный вывод о положительных эффектах энергетиков среди одногруппников заключается в том, что они предотвращают снижение производительности за счет повышения бдительности. Энергетики способны снижать утомляемость, улучшать психомоторную скорость и контроль поведения. Они также улучшают физическую силу, бдительность, зрительную обработку, внимание, время реакции, аэробную и анаэробную выносливость, а также настроение и когнитивное мышление.
3. Анкетирование показало, что процент употребления энергетиков высок. 66% опрошенных одногруппников употребляют. В первую очередь это связано с тем, что у нас очень мало внимания уделяется теме пагубного влияния энергетических напитков на организм человека.
4. К сожалению, несмотря на то, что большая часть опрошенных считает, что энергетики вредны и могут вызывать зависимость, тестирование показало, что большинство ребят не знают, что может являться альтернативой энергети-

ческим напиткам, хотя немногие указали, что энергетики можно заменить содой и солью, сахаром и приготовить домашний энергетик (home-made energy drink), что является справедливым утверждением, так как многое зависит телосложения и конституции студента.

5. К запрету на продажу энергетических напитков все участники отнеслись без особого внимания. Менее половины опрошенных ответили, что запрет необходим. Остальные же не считают энергетики настолько опасными, чтобы их запрещать.
6. При употреблении энерготоников мои одноклассники отмечают: тревогу, беспокойство, нарушение сна, обезвоживание, желудочно-кишечное расстройство, раздражительность, гиперемия, диурез, учащённое сердцебиение.

В рамках исследовательской работы были проведены беседы с одноклассниками в целях информирования ребят о вреде энергетических напитков и пропаганды здорового образа жизни. В беседах также содержалась информация о том, каким образом можно восполнить запас энергии в организме, не прибегая к помощи энергетиков.

Наша гипотеза о том, что недостаточность информирования о реальном положении дела приводит к употреблению этих напитков оправдана. После информирования одноклассников (беседы, классные часы), выпуска памятки (социально значимый проект), и повторного анкетирования, употребление энергетиков снизилось на 57%. Рекомендую в дальнейшем повышать знания студентов колледжа до полного исключения из жизни студентов этой пагубной привычки.

Рекомендую в дальнейшем повышать знания студентов колледжа до полного исключения из жизни студентов этой пагубной привычки.

Список использованных источников

1. <https://www.statista.com/outlook/cmo/non-alcoholic-drinks/soft-drinks/energy-sports-drinks-/russia>

2. <https://www.statista.com/outlook/cmo/non-alcoholic-drinks/soft-drinks/energy-sports-drinks-/russia>
- 3 Alexandru Mihai Grumezescu, Alina Maria Holban. Woodhead Publishing, (Eds.) Sports and Energy Drinks. Volume 10. The Science of Beverages. Woodhead Publishing, 2019, 602 pages.
- 4 Комов В.П., Шведова В.Н. Биохимия. М.: Дрофа, 2008.

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

*Ваганова В.С., Сальмаев Р.С., студенты ГБПОУ «ЛГК»,
Научный руководитель:
преподаватель Барабанищикова Н.О.*

Аннотация: данная статья представляет собой обзор научных исследований о влиянии питания и различных диет на спортивную производительность в зависимости от индивидуальных особенностей каждого спортсмена и его спортивных целей. В статье рассматриваются различные аспекты и важность баланса макро- и микроэлементов в питании спортсменов вовремя и после тренировок, которые могут помочь спортсменам достичь наилучших результатов в своих занятиях.

Ключевые слова: здоровье, спорт, питание, тренировки.

Для начала стоит обозначить, что спортивное питание – это комплексный подход к питанию, который предназначен для улучшения физической формы и достижения максимальных спортивных результатов. Такое питание включает в себя не только пищевые добавки, но и правильное питание в целом.

В рамках этой статьи мы определим роль правильного спортивного питания в повышении спортивных результатов и разработаем рекомендации по его оптимизации.

«Мы то, что мы едим» удивительно верное утверждение. Залог крепкого здоровья, энергии и спортивных достижений – правильное питание. Все, что нужно человеку для

нормальной и здоровой жизни, поступает с пищей.

Для достижения спортивных результатов необходимо соблюдать следующие основные принципы питания:

1. Разнообразие: рацион должен включать все необходимые макро- и микроэлементы, витамины и минералы.
2. Сбалансированность: важно соблюдать баланс между белками, жирами и углеводами, чтобы обеспечить оптимальное функционирование организма.
3. Режим питания: прием пищи должен быть регулярным.

Факторы, влияющие на выбор спортивного питания

1. Вид спорта является одним из основных факторов, влияющих на выбор спортивного питания. Например, для спортсменов, занимающихся силовыми видами спорта, рекомендуется увеличить потребление белка, а для тех, кто занимается бегом или другими аэробными видами спорта, – увеличить потребление углеводов.
2. Индивидуальные особенности человека также влияют на выбор спортивного питания. Люди, страдающие от некоторых заболеваний, аллергий и противопоказаний, могут быть ограничены в выборе продуктов и добавок.
3. Уровень физической активности также влияет на выбор спортивного питания. Люди, занимающиеся интенсивными тренировками, должны увеличивать потребление белков и углеводов для обеспечения энергии и восстановления мышц. Те, кто занимаются легкой физической активностью, могут обходиться без специального спортивного питания.
4. Цели и задачи, стоящие перед спортсменом, также влияют на выбор спортивного питания.
5. Сезонность также может оказать влияние на выбор спортивного питания. Например, зимой необходимо увеличивать потребление витамина D, который синтезируется при солнечном свете, а летом следует увеличить потребление воды для предотвращения обезвоживания.
6. Бюджет также играет важную роль в выборе спортивного

питания. Некоторые продукты и добавки могут быть дорогими, что может ограничить их использование для некоторых спортсменов. В таком случае можно выбрать более доступные продукты, которые в той же мере могут обеспечить необходимую энергию и питательные вещества.

Роль спортивного питания направлена, в первую очередь, на улучшение спортивных результатов. Хорошо спланированная питательная диета должна удовлетворять большую часть потребностей организма для стимулирования роста и восстановления мышц.

Исследование влияния правильного питания на спортивные результаты, разработка рекомендаций по питанию

Успешность и результативность тренировочного процесса, независимо от его цели: похудение, наращивание мышечной массы, сушка тела, на 70-80% зависит от способа приготовления, энергетической ценности и состава принимаемой пищи.

Обычное правильное питание нацелено на поддержание баланса участвующих в обеспечении жизнедеятельности организма микроэлементов, витаминов, антиоксидантов, аминокислот и ферментов. Целью же спортивного является достижение определенного результата и соответствующий подбор необходимых комбинаций продуктов.

Существует несколько видов спортивного питания:

Протеиновые коктейли – предназначены для увеличения мышечной массы и восстановления после тренировок.

Углеводные напитки – предназначены для восстановления энергии после тренировок.

Витамины и минералы – необходимы для поддержания здоровья и нормального функционирования организма.

Жиросжигатели – предназначены для ускорения обмена веществ и сжигания жира.

Креатин – помогает увеличить выносливость и мышечную массу.

Приведем примеры правильного питания:

Спортивное питание для набора мышечной массы

Если целью тренировок стоит наращивание мышечной массы, необходимо увеличить в ежедневном рационе содержание белка (от положенных 15% до 30-35%), так как он является основным строительным материалом для мышц. Но при этом необходимо учитывать, что для усвоения 1 грамма белка организм человека расходует 1 мг витамина С, и в случае дефицита этого витамина употребление повышенного количества белковой пищи становится бессмысленным.

При наборе мышечной массы следует усилить интенсивность физических нагрузок, при повышении уровня тренировочном процессе организму человека требуется от 2500 до 3000 калорий в день.

Спортивное питание для похудения

Если вы решили похудеть с помощью тренировок, то без пересмотра своего рациона и режима питания вам не обойтись. Для улучшения метаболизма и ускорения жиросжигательных процессов не рекомендуется принимать пищу за два часа до тренировки и в течение часа после, в то время как при спортивном питании для наращивания мышечной массы прием белковой пищи рекомендован за полчаса до тренировочного процесса.

Энергоценность суточного пищевого рациона не должна превышать 1200-1500 калорий, для того, чтобы организм мог использовать собственные ресурсы во время тренировочного процесса, избавляясь от накопленных жировых отложений. Во время занятий спортом, направленных на похудение и нормализацию обменных процессов, очень важно употреблять повышенное количество витаминов и микроэлементов, помогающих повысить результативность и эффективность тренировок. Необходимо включить в свой рацион продукты, содержащие витамин А, Е и коллаген, для предупреждения появления дряблости кожи.

Спортивное питание для сушки тела

Диета при сушке предполагает уменьшение количества потребляемых углеводов и увеличение белка. Женщинам ре-

комендуется более плавное снижение количества углеводов, в то время как диета для мужчин может предполагать более резкий отказ.

Следует придерживаться правил дробного питания, есть 5 или более раз в день — примерно каждые 2-3 часа.

Обязательно соблюдать питьевой режим, на 1 килограмм веса необходимо употреблять не менее 20 мл.

Если вы не соблюдаете правильную спортивную диету, ваши результаты могут быть не такими хорошими, как хотелось бы.

Еда — основной источник поступления энергии в организм, а также важных микроэлементов — витаминов и минералов.

Если в организме будет дисбаланс, ваше тело не будет столь эффективным при тренировках. Правильное питание и физические упражнения совместимы и очень полезны для вашего тела.

В заключении можно сказать, что спортивное питание является важной частью жизни спортсменов и любителей фитнеса. Оно помогает достичь максимальных спортивных результатов, повысить выносливость, ускорить восстановление после тренировок и поддерживать здоровье. Однако, правильное использование спортивного питания играет важную роль в достижении этих целей.

Выбор правильного спортивного питания, его употребление в нужный момент и соблюдение баланса питания – все это поможет вам достичь желаемых результатов. Не забывайте, что спортивное питание должно быть дополнением к правильному рациону, а не его заменой. Обучающие материалы и информационные ресурсы помогут спортсменам и тренерам ориентироваться в вопросах правильного питания и подбирать оптимальные схемы для различных видов спорта. Мониторинг эффективности предложенных рекомендаций позволит вносить корректировки и развивать проект в дальнейшем.

Список использованных источников

1. Воробьев Р.И. Питание и здоровье. – М.: Медицина. 2010. – 156 с.
2. Горохов В.А., Горохова С.Н. Лечебно-сбалансированное питание – путь к здоровью и долголетию. – СПб.: Питер. 2011. – 278 с.
3. Правильное питание для спортсменов с рецептами и меню на каждый день [Электронный ресурс] // NaDietu.ru. 2018. URL: <https://nadietu.net> (дата обращения: 02.01.2021).
4. Рогозкин В.А., Пшендин А., Шишина Н.Н. Питание спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 2007.
5. Скурихин И. М. Как правильно питаться. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Агропромиздат, 2006.

ИССЛЕДОВАНИЕ СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЙ В ГБПОУ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ»

*Ушакова А.А., студентка ГБПОУ «ПГК»
Научный руководитель:
преподаватель Жильцова Е.Ю.*

ВВЕДЕНИЕ

Большинство современных людей предпочитают вести малоподвижный или сидячий образ жизни. Это негативно может сказаться не только на их физическом, но и моральном состоянии. Мышцы такого человека становятся очень дряблыми, угасает жизненный тонус и падает настроение, увеличивается аппетит, и даже возникает депрессия.

Однако не все потеряно у таких людей, следует просто заставить себя заниматься спортом. Активные занятия спортом советуют и медики. Для этого подойдут ежедневные пешие прогулки по парку, катания на велосипеде, плавание в водоемах, бассейнах.

Многие люди в детстве равнялись на своих спортивных кумиров и хотели быть на них похожими, добиться спортив-

ных результатов, но не у всех получается это реализовать. Нужно понять, что физкультура и спорт, верные спутники здоровья и хорошего настроения. Регулярные занятия спортом отдалают приход старости и повышают уверенность в собственных силах. Так что нужно не только интересоваться спортом, но и впустить его в свою жизнь.

Актуальность данного исследования связана с тем, спорт является неотъемлемой частью жизнью человека, так как это в первую очередь, сказывается на его здоровье.

Целью данной работы выступает исследование спорта и его влияния на студента на примере спортивных секций в Поволжском государственном колледже.

Объектом настоящего исследования являются студенты, находящиеся в секциях.

Предмет исследования: спортивные секции.

Гипотеза подразумевает собой то, что спортивные секции в ПГК влекут за собой изменения в жизни студента, его физической формы, здоровья.

ГЛАВА 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЙ

1.1 Понятие и виды спортивных секций в Поволжском государственном колледже


Спортивная секция – это один из важных составных в работе преподавателя физической культуры в неурочное время. Занятия в спортивных секциях укрепляют здоровье, помогают развиваться, повышают дисциплину и организованность. Спортсмены защищают честь нашего колледжа на различных соревнованиях по различным видам спорта на уровне районных и областных соревнованиях. Каждый может найти себе занятия по интересам. Волейбол, баскетбол, теннис – для любителей соревнований и командной игры. Тренажерные залы – для тех, кто хочет всегда быть в форме. В колледже есть оборудованный спортивный зал, лыжная база, тренажерные залы для того, чтобы занятия проходили инте-

ресно и плодотворно. Студенты колледжа регулярно участвуют в различных спортивных соревнованиях между различными учебными заведениями.

Утвержено
зам. директора по СВР
Ж.Г.Трифилова
№ 69
2023 г.

РАСПИСАНИЕ
спортивных секций на 2023-2024 учебный год

	Академический теннис/шахматы	Волейбол зал	Легкая атлетика	Волейбол зал	Волейбол	Лыжи	Плавание/плавание	Акробатика	Пансионат спортзал	Футбол зал	Футбол ул.	Гриппиана (волейбол)
Понедельник	15 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ Трен. зал с/з 1 корт.	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ с/з 1 корт.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Лыж. база 2 корт.	17 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ с/з 1 корт.		17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ УСК Чайка	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Тен.зал 1 корт.		15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Спорт зал 6 корт.	16 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ Фут. поле 6 корт.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Фут. поле 6 корт.	
Вторник	15 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ Трен. зал 1 корт.			16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ с/з 1 корт.		17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ УСК Чайка		16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Трен. зал 1 корт.		16 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ Фут. поле 6 корт.		
Среда	16 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ Трен. зал 1 корт.	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ с/з 1 корт.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Лыж. база 2 корт.	17 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ с/з 1 корт.		17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ УСК Чайка	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Тен.зал 1 корт.		15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Спорт зал 6 корт.		16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Фут. поле 6 корт.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ с/з 1 корт.
Четверг	16 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ Трен. зал 1 корт.	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ с/з 1 корт.			16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ с/з 1 корт.	17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ УСК Чайка	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Тен.зал 1 корт.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Трен. зал 1 корт.		16 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ Фут. поле 6 корт.		
Пятница	15 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ Трен. зал 1 корт.		16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Лыж. база 2 корт.	18 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ с/з 1 корт.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ с/з 1 корт.	17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ УСК Чайка		16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Трен. зал 1 корт.	15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Спорт зал 6 корт.		16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Фут. поле 6 корт.	
Суббота		15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ с/з 1 корт.	12 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ с/з 1 корт.			12 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ УСК Чайка						
Тренер	Гилзлов Айдар Асатович	Нешине Артем Валерьевич	Накули Александрович	Никофоров Максим Михайлович	Никишинов Павел Васильевич	Золот Александр Константинович	Самонкин Николай Игоревич	Тракина Зоя Викторовна	Валушкин Марат Фаритович	Казикова Мария Всеволодовна	Жильцова Елена Юрьевна	Кунисов Валерий Викторович

Руководитель Физического воспитания  А.А. Гилзлов

1.2 Волейбол, как один из видов спортивных секций

Волейбол – это энергичная и подвижная игра с мячом, которая известна большинству людей либо со школьной программы, либо со студенческих лет. Основные правила волейбола кратко можно описать следующими словами – две команды по 6 игроков играют на одном поле, разделенном сеткой. Побеждает та сторона, которая пропустит меньше мячей на свою половину. Однако, существует множество нюансов игры, которые необходимо соблюдать в неукоснительном порядке для проведения правильного и честного состязания.

Цель игры — направить мяч над сеткой, чтобы он коснулся площадки соперника, и предотвратить такую же попытку соперника. Для этого команда имеет 3 касания мяча (и еще одно возможное дополнительное касание мяча на блоке).

Мяч вводится в игру подачей: подающий игрок ударом направляет мяч на сторону соперника. Розыгрыш каждого мяча продолжается до его приземления на площадку, выхода «за» или ошибки команды.

В волейболе команда, выигравшая розыгрыш, получает очко (система «каждый розыгрыш — очко»). Когда принимающая команда выигрывает розыгрыш, она получает очко и право подавать, и ее игроки переходят на одну позицию по часовой стрелке.

Регулярная игра в волейбол оказывает:

1. Оказывающее действие на организм, повышает выносливость организма.
2. Укрепляет сердечно-сосудистую систему и улучшает кровообращение.
3. Положительно влияет на дыхательную систему.
4. Разнообразие движений и переменная интенсивность нагрузки при занятиях волейболом тренирует практически все группы мышц.
5. Волейбол укрепляет опорно-двигательный аппарат, улучшает подвижность суставов.
6. Тренирует мышцы глаз, расширяет поле зрения.
7. Волейбол положительно влияет на нервную систему, улучшает настроение, помогает бороться со стрессами и депрессиями.
8. Волейбол тренирует ловкость, точность движений, подвижность и гибкость.

Занятия волейболом развивают у детей и взрослых такие качества как трудолюбие, смелость, упорство, настойчивость, дисциплинированность и умение быстро реагировать на изменение ситуации.

Помогают человеку преодолеть комплексы, раскрепоститься, найти общий язык сверстникам и людям разных поколений.

Вывод: волейбол и другие командные виды спорта воспитывают чувство ответственности перед коллективом, уме-

ние работать в команде и доверять окружающим. Развивают привычку регулярно заниматься спортом и вести здоровый образ жизни.

ГЛАВА 2 ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЙ НА СТУДЕНТА

В последнее время все больше внимания уделяется связи между физической активностью и учебной деятельностью студентов. Многие исследования показывают, что регулярные занятия спортом и физическими упражнениями могут значительно улучшить качество учебы и повысить успеваемость.

Одним из механизмов воздействия физической активности на работу мозга является улучшение кровообращения. Во время физических упражнений усиливается кровоснабжение головного мозга, что способствует улучшению когнитивных функций, таких как память, внимание и концентрация. Кроме того, занятия спортом способствуют выработке гормонов, таких как эндорфины, которые улучшают настроение и помогают справляться со стрессом.

Важно отметить также, что регулярные занятия спортом и физическими упражнениями способствуют улучшению общего состояния организма. Улучшение физической формы и здоровья, а также уменьшение уровня стресса и тревожности, помогают студентам лучше справляться с учебными нагрузками и повышать свою успеваемость.

Исследования также показывают, что занятия спортом и физические упражнения могут значительно улучшить когнитивные функции студентов. В частности, регулярные занятия спортом способствуют улучшению памяти, внимания и концентрации, а также улучшают способность к решению проблем.

С учетом этих факторов, университеты и колледжи должны поощрять студентов за их желание заниматься спортом и физическими упражнениями. Для этого можно органи-

зовывать спортивные секции, занятия йогой, фитнес-клубы и т.д. Кроме того, можно включать физическую активность в учебную программу, например, проводить занятия на свежем воздухе или организовывать учебные занятия с использованием спортивного оборудования.

В целом, физкультура имеет положительное влияние на учебную деятельность студентов. Поэтому, стоит обратить больше внимания на роли физической активности в университетах и поощрять студентов заниматься спортом и физическими упражнениями.

В результате, собственно обучение физической культурой и спортом становятся для учащихся основным средством возобновления своего здоровья и эффективности учебного труда.

Для достижения этой цели должны производиться следующие задачи:

- мотивирование для занятий физической культурой и спортом;
- создание условий для комфортных занятий;
- оберегание основных правил ведения крепкого образа жизни;
- развитие у студентов двигательных умений и навыков;
- установление ответственного отношения к собственному здоровью;
- воспитание устойчивого интереса и потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- пропагандирована физической культуры и активного отдыха;
- организация будущих спецов к профессиональной деятельности. Любую моторную нагрузку можно отнести к средствам физической культуры, активизируя с прогулки или пробежки, выполнения примитивных комплексов физических упражнений. Также, к средствам физической культуры можно отнести санитарно-гигиеническую обстановку, организация труда и отдыха, режим сна и питания.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современные и важные, по мнению большинства, жизненные процессы приобретают особую актуальность, отодвигая на второй план значимость физического воспитания, особенно это касается студенческой жизни, когда с утра и до поздней ночи студенты заняты учебой, работой и прочими делами, которые губительно сказываются на их здоровье. На первый взгляд, данная проблема может показаться не столь глобальной, однако нейтральное отношение к данной проблеме может отрицательно сказаться на целом поколении. Таким образом, чем раньше студенты осмыслят значимость и положительное влияние физической культуры и спорта на повседневную жизнь, тем быстрее они осознают, что их здоровье в их руках.

Физическая культура благотворно влияет на все системы организма: повышает работоспособность, жизнедеятельность двигательного аппарата, ускоряет обменные процессы в организме, укрепляет сердце и все здоровье в целом.

Студенты, занимающиеся физкультурой и спортом, отличаются своей стойкостью, активностью в повседневной жизни, хорошей умственной деятельностью, выдержкой, способностью управлять своими действиями и эмоциональным состоянием. У таких студентов вырабатывается стрессоустойчивость, уверенность и улучшается самочувствие. Также, студенты, занимающиеся спортом более трудолюбивые, целеустремленные и решительные. Так физическая культура подготавливает молодежь к трудовой и социальной деятельности.

Физическая культура и спорт – очень важная и нужная сторона жизни студентов, которая влияет на оздоровление организма, повышение работоспособности, умственной и физической деятельности, улучшение обмена веществ и снижение стресса, что весьма актуально для студентов.

Список использованных источников

1. Чекунова А. А., Калошин Р. Н. Физическая культура как средство формирования здорового образа жизни студентов "Научный Аспект" №1. - 2017 том 2, С. 138-147.
2. Физическая культура и спорт. Сборник студенческих работ / под ред. Э.В. Овчаренко. Москва: Студенческая наука, 2012. 2299 с. (Вузовская наука в помощь студенту). ISBN 978-5-00046-122-8.
3. Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». -2017. - № 1 (4). -С. 65-72.
4. Шамин А.С., Севодин С.В. Влияние физической культуры на учебную деятельность студентов // Современные научные исследования и инновации. 2023. № 7 [Электронный ресурс].
5. Слепяенко, А. Л. Значение занятий физической культурой для здоровья студентов / А. Л. Слепченко, Р. К. Краснов, В. В. Вольский. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2019. — № 19 (257). — С. 386-388.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: ЗА И ПРОТИВ

Федулова В.А., студентка ГБПОУ «ПГК».

Научный руководитель:

преподаватель Цыганкова О.Л.

Аннотация: Цель данной статьи подразумевает выявление факторов здорового образа жизни, которые влияют на здоровье. Методы исследования, которые были использованы, включали анализ литературы и сравнение результатов. Результаты исследования показали, что существуют как преимущества, так и недостатки здорового образа жизни. Был сделан вывод, что при ведении здорового образа жизни нужен определенный баланс, чтобы быть полностью сосредоточенным и не совершать пагубных ошибок.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это образ жизни человека, который направлен на сохранение и укрепление здоровья [1, с. 146].

Здоровый образ жизни помогает нам достигать наших целей и задач, успешно реализовывать свои планы, справляться с трудностями, а если придется, то и с колоссальными перегрузками. Крепкое здоровье, поддерживаемое и укрепляемое самим человеком, позволит ему прожить долгую и полную радостей жизнь.

Здоровье – бесценное богатство каждого человека в отдельности и всего общества в целом. При встречах и расставаниях с близкими нам людьми мы всегда желаем им хорошего здоровья, потому что это – главное условие полноценной и счастливой жизни [3, с. 216].

Ключевыми принципами ЗОЖ являются [5, с. 256]:

1. Правильное питание.

Правильное питание – это процесс обеспечения организма необходимыми питательными веществами для поддержания здоровья и нормальной жизнедеятельности. Оно включает в себя соблюдение баланса между белками, жирами, углеводами, витаминами, минералами и другими необходимыми элементами. Правильное питание также предполагает соблюдение режима приема пищи, распределение калорий и выбор продуктов, соответствующих индивидуальным потребностям и предпочтениям.

2. Физическая активность.

Физическая активность является одним из ключевых компонентов здорового образа жизни (ЗОЖ). Регулярные занятия спортом помогают поддерживать здоровье сердечно-сосудистой системы, улучшают работу мышц и суставов, а также способствуют снижению веса. Кроме того, физическая активность помогает улучшить настроение и снизить уровень стресса, что положительно сказывается на общем качестве жизни. Взрослым рекомендуется заниматься умеренной физической активностью не менее 150 минут в неделю или ин-

тенсивной физической активностью не менее 75 минут в неделю.

3. Отказ от вредных привычек.

Отказ от вредных привычек, таких как курение, употребление алкоголя и наркотиков, является важным шагом на пути к здоровому образу жизни. Курение повышает риск развития рака легких, сердечно-сосудистых заболеваний и других серьезных проблем со здоровьем. Алкоголь может привести к циррозу печени, сердца и мозга. Наркотики могут вызвать зависимость и привести к серьезным проблемам со здоровьем.

4. Соблюдение режима дня.

Соблюдение режима дня помогает организму функционировать правильно. Следует ложиться спать и вставать в одно и то же время каждый день, даже в выходные. Правильный сон должен быть не менее 7-8 часов в сутки. Соблюдение режима дня также помогает быть более продуктивным и менее подверженным стрессу.

5. Личная гигиена.

Личная гигиена является неотъемлемой частью здорового образа жизни. Она включает в себя регулярное мытье тела, уход за волосами, ногтями и полостью рта, а также использование средств личной гигиены. Личная гигиена помогает предотвратить распространение инфекций и заболеваний, а также улучшает общее самочувствие.

6. Закаливание организма.

Закаливание организма – это процесс, который помогает укрепить иммунитет и повысить сопротивляемость организма к различным заболеваниям. Оно включает в себя процедуры, такие как обливание холодной водой, хождение босиком, солнечные ванны и другие. Закаливание помогает улучшить кровообращение, укрепить нервную систему и повысить общую выносливость организма.

Ключевые принципы наглядно показывают пользу ЗОЖ для здоровья. Соблюдение данных принципов поможет укрепить

пить психическое и физическое здоровье, быть выносливым и активным.

Помимо данных принципов существуют определенные минусы, которые могут навредить людям, придерживающимся ЗОЖ. К данным минусам следует отнести [2, с. 102]:

1. Развитие нервной орторексии.

В погоне за здоровым питанием некоторые люди могут попасть в ловушку опасного пищевого расстройства, известного как нервная орторексия. Это состояние характеризуется навязчивым стремлением исключить из своего рациона все вредные, по мнению человека, продукты и значительно ограничить свой рацион.

Люди с нервной орторексией часто испытывают сильное беспокойство и чувство вины, если съедят что-то, что считают «неправильным». Они могут тратить часы на изучение этикеток продуктов, планирование своих приемов пищи и приготовление специальных блюд, чтобы соответствовать своим строгим диетическим правилам.

Опасность нервной орторексии заключается не только в физическом ущербе, который она может нанести организму, но и в тяжелых психологических последствиях. Люди с этим расстройством могут испытывать чувство изоляции, стыда и депрессии. Они могут также отказаться от социальных мероприятий и занятий, которые раньше им нравились, чтобы избежать ситуаций, в которых им придется есть «неправильную» пищу.

2. Изнуряющие физические нагрузки.

Изнурительные физические нагрузки могут не только не принести желаемой пользы, но и навредить здоровью. Длительные тренировки способны подорвать иммунитет, привести к обострению хронических болезней, износу суставов и сердечно-сосудистым заболеваниям.

Важно правильно подходить к занятиям спортом. Необходимо выбирать такие виды физической активности, которые будут соответствовать вашему возрасту, состоянию здо-

ровья и уровню физической подготовки. Также важно соблюдать принцип постепенности – начинать с малых нагрузок и постепенно их увеличивать.

ЗОЖ – это не временные меры для оздоровления организма, а правила на всю оставшуюся жизнь. Только в этом случае он принесет пользу человеку и его потомству [4, с. 304].

3. Социальное давление и сравнение.

Акцент на здоровый образ жизни в обществе может создать социальное давление, заставляющее ему соответствовать, что приводит к сравнениям с другими. Это может негативно повлиять на самооценку и способствовать возникновению чувства неадекватности.

4. Отсутствие баланса.

Чрезмерное внимание к здоровью иногда приводит к игнорированию других важных аспектов жизни, таких как социальные связи, хобби или досуг. Отсутствие баланса порождает чувство изоляции, вызывает снижение удовлетворенности жизнью.

5. Нереалистичные ожидания.

Стремление к достижению определенного идеала тела, изображенного в средствах массовой информации, может способствовать нереалистичным ожиданиям. В итоге человек запускает цикл разочарования, самокритики и неудовлетворенности, что негативно влияет на его психическое здоровье.

Принципы, которым должен придерживаться человек чтобы быть здоровым приведенные в данном анализе, показывают, что ЗОЖ имеет множество преимуществ. Ключевым преимуществом ЗОЖ является улучшение общего состояния здоровья и благополучия. Правильное питание, физическая активность и отказ от вредных привычек могут помочь снизить риск развития различных заболеваний.

По отношению к принципам, ЗОЖ может иметь некоторые недостатки, которые могут вызвать различные психические и физические проблемы в организме.

Из всего вышеизложенного можно сделать вывод, что важно найти баланс между ЗОЖ и другими важными аспектами жизни. Необходимо ставить перед собой реалистичные цели и избегать чрезмерного сосредоточения на здоровом питании и физических упражнениях. Также важно обращать внимание на свое психическое здоровье и обращаться за помощью к специалистам, если возникают какие-либо проблемы.

Список использованных источников

1. Загоркина, Н. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие / Н. А. Загоркина. – Омск: Издательство ОмГПУ, 2019. – 146 с.
2. Капилевич, Л.В. Здоровье и здоровый образ жизни: учебное пособие / Л.В Капилевич, В. И. Андреев. – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2018. – 102 с.
3. Крукович, Е. В. Состояние здоровья детей и определяющие его факторы: монография / Е. В. Крукович, Л. В. Транковская. – Владивосток: Медицина ДВ, 2018. – 216 с.
5. Латчук, В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / В.Н Латчук [и др.] – Москва: Дрофа, 2013. – 304 с.
6. Назарова, Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие / Е.Н. На- 58 зарова, Ю.Д. Жилов. – Москва: Издательский центр «Академия», 2017. – 256 с.

СЕКЦИЯ «ЭКОНОМИКА»



И «УПРАВЛЕНИЕ»



ФИНАНСОВАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ЛИЧНОСТИ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Алтынбаев Д., Крюкова Е., студенты ГБПОУ «ПГК».

Научные руководители:

преподаватели Бишаева Г.А, Варламова М.В.

Одним из наиболее актуальных вопросов в современном обществе является проблема цифровых прав, свобод и обязанностей человека в контексте быстрого развития информационных технологий. Возникновение цифровой среды повлекло за собой не только расширение человеческих возможностей, но и угрозы для их конфиденциальности, свободы и безопасности.

Финансовая безопасность - понятие, включающее комплекс мер, методов и средств по защите экономических интересов государства на макроуровне, корпоративных структур, финансовой деятельности хозяйствующих субъектов - на микроуровне.

Виды:

- Национальная - финансовая безопасность всего государства
- Региональная - безопасность отдельных частей государства
- Корпоративная - безопасность организаций
- Личная (семейная) - безопасность отдельно взятого индивида

Финансовое мошенничество - совершение противоправных действий в сфере денежного обращения путем обмана, злоупотребления доверием и других манипуляций с целью незаконного обогащения.

Оно может происходить с помощью:

- Банковских карт
- В сети интернет
- С использованием мобильных телефонов
- Финансовые пирамиды - это структура, которая богатеет за счет взносов вновь приглашённых людей, которым пообещали большой доход.

Важным аспектом является цифровой профиль личности и биометрические персональные данные.

Персональные данные - данные, которые касаются лично вас:

- общие персональные данные (ФИО, мобильный телефон, email, адрес проживания, фотография, паспортные данные).
- Специальные категории персональных данных включают в себя информацию о национальной и расовой принадлежности субъекта, о религиозных либо философских убеждениях, информацию о здоровье и интимной жизни субъекта, судимости и пр.
- Общедоступные персональные данные, разрешенные вами к распространению.
- Биометрические персональные данные (фотографии, отпечатки пальцев, группа крови, генетическая информация).

Цифровая личность - персональные данные, с помощью которых преступник может выдать себя за вас, например, чтобы получить материальную выгоду.

Зачем крадут цифровую личность?

- Мошенничество и вымогательство.
- Регистрация поддельных аккаунтов.
- Получение займа, бонусов и услуг по постоплате. (Оплата, осуществляемая после приобретения товара или оказания услуги).

В современном мире очень важно соблюдать правила цифровой гигиены:

- создавать сложные и разные пароли
- настроить двухфакторную авторизацию для входа в аккаунт
- устанавливать приложения только из официальных магазинов и внимательно проверять, какие разрешения вы даётё установленным приложениям
- не использовать социальные сети для авторизации на сайтах.

Финансовая безопасность в социальных сетях и онлайн играх – одно из острых направлений.

Фишинг в социальных сетях - вид мошенничества, подразумевающий использование социальных сетей для того, чтобы завладеть чужой учетной записью, украсть конфиденциальные данные жертв, или заманить их на фейковые сайты с целью обогащения:

1. Интернет-магазины, кинотеатры, службы доставки и иные платные услуги.

Цель: данные, позволяющие получить доступ к привязанным банковским картам

2. Публикация в социальных сетях эмоциональных историй о детях или животных, нуждающихся в помощи

Цель: максимальное количество репостов и деньги, направляемые на псевдоблаготворительность (которые могут быть направлены на финансирование терроризма и экстремизма)

3. Сообщения с просьбой денежного займа, голосования в конкурсе, ссылкой на «смешное видео» от кого-то из ваших друзей, участие в розыгрыше

Цель: данные от вашего аккаунта в социальной сети

Фейковые аккаунты - поддельные профили в социальных сетях, которые могут быть использованы для выманивания денег и персональных данных пользователей социальных сетей:

1. Интернет-магазины и поддельные благотворительные фонды:
 - проверяйте информацию об акциях на официальных сайтах магазинов и фондов;
 - крупные магазины вряд ли будут рассылать новость о розыгрыше через социальные сети.

2. Аккаунты для вымогательства и вовлечение в финансирование терроризма:

- проверьте активность на странице – посты должны публиковаться с разной периодичностью (не 10 шт за 1 день), а лайки/комментарии должны соответствовать числу подписчиков.

3. Аккаунты знаменитостей:

- проверьте, верифицирована ли страница знаменитости – надежные профили отмечены синей галочкой
- проверьте дату создания профиля и оригинальность постов.

Цифровое, а также научно-технологическое, развитие является необходимым условием обеспечения суверенитета страны, конкурентоспособности нашей экономики.

В заключение стоит отметить, то, какую важную роль все же играет система цифровых прав, свобод и обязанностей для граждан нашей страны в современном мире, где все больше различных аспектов переходят в цифровую систему. Установление ясных и сбалансированных прав и обязанностей поможет обеспечить безопасность, приватность и защиту личных данных в цифровом мире, а также защитить свободу выражения и доступ к информации.

ОНЛАЙН-ИМПУЛЬСИВНЫЕ ПОКУПКИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ

Еренкова С.С., студентка ГБПОУ «ПГК».

*Научный руководитель:
преподаватель Логинова О.В.*

Аннотация. Онлайн-шопинг становится все более распространенным в современном обществе, особенно для активной и молодой группы потребителей, такой как студенты. Поведение студентов в сфере онлайн-импульсивных покупок привлекает все больше внимания исследователей. Несмотря на то, что исследований по импульсивным покупкам уже довольно много, глубоких исследований в области онлайн-

импульсивных покупок студентов все еще относительно мало. Настоящая статья направлена на системное исследование поведения студентов в сфере онлайн-импульсивных покупок и факторов, влияющих на это поведение, с целью предоставления предприятиям целевых маркетинговых стратегий и рекомендаций по персонализированным услугам.

Объектом исследования выступают онлайн импульсивные покупки среди студентов.

Предметом исследования являются потребительское поведение.

Импульсивная покупка - это процесс принятия решения о покупке внезапно и без предварительного планирования. Это поведение может быть вызвано различными факторами и иметь разнообразные воздействия.

Вот некоторые основные аспекты импульсивного потребительского поведения и его влияющие факторы:

1. Эмоции: Сильные эмоции, такие как радость, стресс или волнение, могут способствовать импульсивным покупкам.
2. Импульсивность личности: Некоторые люди по природе более склонны к импульсивным решениям, что может повлиять на их потребительское поведение.
3. Групповое воздействие: Влияние окружающих, групповая динамика и мнения социальной среды могут оказывать влияние на решение совершить импульсивную покупку.
4. Реклама и воздействие социальных медиа: Реклама и содержание в социальных медиа могут активизировать импульсивные покупки, создавая потребность в моментальном приобретении.
5. Скидки и акции: Привлекательные скидки и временные акции могут стимулировать импульсивные решения о покупке.
6. Финансовое положение: Уровень дохода и общая финансовая устойчивость также могут влиять на склонность к импульсивным покупкам.
7. Опыт покупок: Ранее совершенные импульсивные покупки могут формировать поведенческие тенденции.

8. Доступность товаров: Легкость доступа к товарам и услугам может повлиять на импульсивные решения.

Импульсивное потребительское поведение сложно объяснить единообразно, поскольку оно зависит от множества факторов, которые взаимодействуют друг с другом. Исследование этих факторов помогает лучше понять, как они влияют на потребителей, особенно в контексте импульсивных покупок студентов.

Потребительские характеристики студентов

1. Уязвимы для группового заражения.

В связи с тем, что студенческая общность живет в условиях высокой концентрации университетского кампуса, несмотря на их высокую учебную подготовку, они часто не могут в короткий срок рационально осмыслить новые вещи. Особенно это касается товаров, требующих прочных специальных знаний; студенты часто испытывают трудности с правильным определением и оценкой таких товаров, что повышает риск при их покупке. Поэтому у студентов существует сильное стремление предварительно ознакомиться с информацией о продукте или услуге перед покупкой. Тем не менее, в связи с быстрой сменой товаров на рынке, студенты не всегда успевают быть в курсе, и у них ограничен доступ к источникам информации. В результате наблюдается выраженное взаимное воздействие мнений друг на друга, под воздействием мнений лидеров группы, и фэшн-гуру. Иногда это приводит к явлению взаимного сравнения между студентами и порождает импульсивное потребительское поведение из-за отсутствия осознанности.

2. Никакого сопротивления рекламным акциям.

Несмотря на то, что студенты проходят определенное образование и обладают некоторым культурным уровнем знаний, их способность к самоконтролю остается относительно слабой. Например, при проведении акций по продаже закусок на кампусе некоторые торговцы могут столкнуться с импульсивным потребительским поведением студентов, которые теряют контроль над своими действиями. Факторов,

побуждающих к такому поведению, много, и для студентов, помимо отсутствия рационального мышления, легко поддаться воздействию ценовой политики продуктов или услуг, что может напрямую сказываться на импульсивные покупки. Согласно данным исследования, 52% импульсивных покупок среди людей обусловлены снижением цен на товары. Деньги у студентов в основном поступают от родителей, поэтому импульсивные покупки становятся возможными только в пределах экономических возможностей. Для 60% студентов расходы на онлайн-шопинг составляют от 30% до 50% ежемесячного бюджета на жизнь. Импульсивные покупки студентов, безусловно, подвержены ограничениям собственного экономического положения и семейных обстоятельств. Поэтому акции по продаже товаров легко могут привлечь студентов. Учитывая, что возможности студентов влияют на импульсивные покупки, при проведении маркетинговых акций, направленных на студентов, мероприятия можно планировать в дни выплаты зарплат, дней выплаты стипендии, а также во время праздников, чтобы они были более склонны к импульсивным покупкам.

Влияние предвкушения сожаления на импульсивные онлайн-покупки среди студентов

После совершения студентами импульсивных онлайн-покупок обычно возникают чувства сожаления и неприязни. Когда потребитель сталкивается с мотивами интернет-продвижения и после покупки продукта его цена снижается, у него возникают чувства сожаления, что может привести к стремлению минимизировать это сожаление, и, следовательно, стоит воздержаться от импульсивной покупки. В противном случае, если потребитель ожидает отказаться от импульсивной покупки, а затем цена товара возвращается к исходной, а он сам не совершил покупку, это также может вызвать соответствующее чувство сожаления. В этот момент, если потребитель стремится минимизировать свои чувства сожаления, он, скорее всего, снова совершит импульсивную покупку. Когда потребитель ожидает, что покупка приведет к

чувству сожаления, это может снизить импульсивные покупки; если потребитель ожидает, что отказ от покупки приведет к чувству сожаления, это может, наоборот, увеличить импульсивные покупки. Таким образом, в процессе импульсивных покупок поведение потребителя подвержено регулировке ожиданиями сожаления в разные стороны. Для студентов чаще возникает чувство сожаления от непокупки, чем от покупки, что способствует их импульсивному потребительскому поведению. Поведение студентов по возврату товаров из-за сожаления приводит к большим транзакционным издержкам и потерям социальных ресурсов. Результаты опроса о возврате товаров при недовольстве, но не из-за проблем с продуктом, показывают, что 77% респондентов не возвращают товары стоимостью до 500 рублей, 38% - товары стоимостью до 1000 рублей, и 12% - товары стоимостью до 2000 рублей. Когда студенты не удовлетворены покупкой и размышляют о возврате, первым делом они учитывают стоимость доставки. Если разница в ценах невелика, они решают не возвращать товар. Когда цена товара превышает более чем в два раза стоимость возврата, студенты оценивают его полезность. Если они считают, что у товара все еще есть полезность, они не возвращают его. Однако, если степень неудовлетворенности товаром превышает пороговое значение студентов, они решают вернуть товар.

Выводы и рекомендации.

Влияние индивидуальных особенностей и стимулов приводит к тому, что студенты чаще совершают импульсивные покупки. Эти результаты важны для предприятий, ориентированных на молодежный рынок. Студенты, сравнительно, более подвержены воздействию ценовых акций, обращают внимание на дизайн продукта, но не чувствительны к качеству и бренду. Они часто испытывают сожаление после покупки, но быстро забывают его. Эти результаты не оказывают значительного влияния на следующие импульсивные покупки, но могут повлиять на решение вернуть товар. Рекомендуется, чтобы предприятия, занимающиеся он-

лайн-маркетингом, акцентировали внимание не только на качестве и бренде, но также на дизайне продукции, способах оплаты и проведении акций в определенные периоды, чтобы минимизировать риски возврата товаров. Бизнесам также следует серьезно изучить потребительские характеристики и психологию студенческой аудитории, чтобы лучше понимать их и направлять потребление.

Список использованных источников

1. Бадгаиян А., Верма А. Отличается ли побуждение к импульсивной покупке от импульсивного покупательского поведения? Оценка влияния ситуационных факторов // Журнал розничной торговли и потребительских услуг. – 2023.
2. Березка С.М., Фартунина А.В. Эмоциональное состояние потребителя как фактор совершения импульсных покупок // Вестник Московского университета. Серия 6. Экономика. – 2023. – № 58.
3. Ребрикова Н.В. Психология потребительского поведения: факторы влияния // Экономика. Бизнес. Банки. – 2021. – №. 7.
4. Ломовцева О.А., Тхориков Б.А. Методологические аспекты реализации мониторинга в системе индикативного управления организациями социальной сферы // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 3: Экономика. Экология. – 2020. – №. 2 (39).

ХАЛВИНГ БИТКОЙНА И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ЦЕНУ ПЕРВОЙ КРИПТОВАЛЮТЫ

*Карташова О.С., студентка ГБПОУ «ПГК».
Научный руководитель:
преподаватель Байкова И.С.*

На фоне проблем мировой экономики актуальным является необходимость поиска новых вариантов хранения и

накопления капитала. Виртуальные активы могут заменить привычные деньги во всех сферах, в т.ч. торговле и инвестициях. Главной криптовалютой на рынке виртуальных активов является Bitcoin . Некоторые инвесторы называют ее «цифровым золотом».

Ключевую роль в контроле темпов ввода биткоинов в оборот играет халвинг.

Халвинг (Bitcoin halving)— это плановое сокращение количества новых биткоинов, выпускаемых и распределяемых среди майнеров, которые проверяют и подтверждают транзакции в сети. Этот механизм призван контролировать эмиссию новых биткоинов, ограничивать общее предложение и поддерживать дефицитность биткоина. Проблемой халвинга биткойна заключается в том что при каждом халвинге количество новых биткойнов, выпускаемых в оборот, уменьшается

Необходимо выяснить, как халвинг биткоина повлияет на цену первой криптовалюты.



Первая халва произошла в ноябре 2012 года, когда вознаграждение за один блок было уменьшено с 50 BTC до 25 BTC; вторая халва произошла в июле 2016 года, когда оно было уменьшено с 25 BTC до 12,5 BTC; третья и последняя халва произошла в мае 2020 года, когда вознаграждение было уменьшено с 12,5 BTC до 6,25 BTC. Другими словами, такое сокращение происходит ровно в 2 раза.

Следующее уменьшение биткоина в два раза ожидается в апреле 2024 года. Вознаграждение за блок будет снижено уже до 3,125 BTC, что уменьшит годовую инфляцию биткоина с 1,7 до 0,85 %. Окончательное сокращение вдвое произойдет только в 2140 году, когда будет добыт самый последний биткоин, а общее количество монет достигнет пика в 21 миллион.

Оценка динамики цены биткоина в течение трех циклов халвинга за двухлетний период - от года до каждого халвинга до года после каждого халвинга - позволяет понять траекторию движения цены биткоина по мере приближения четвертого халвинга. За эти два года рост биткоина составил примерно 30 000 % в 2012 году, 786 % в 2016 году и 712 % в 2020 году. Если биткоин будет работать так же хорошо, как в последние два периода, его цена может достичь 220 000 долларов США в 2025 году.

Однако прошлые показатели не являются гарантией будущих результатов, и на цену биткоина влияет множество других факторов. Кроме того, со временем, по мере развития и роста популярности биткоина, его цена может стать менее волатильной и стабильной.

Процесс майнинга заключается в подтверждении блоков с транзакциями и получении за это вознаграждения в виде новых биткоинов. Тех, кто участвует в этом процессе, называют майнерами.

В настоящее время основная часть доходов майнеров поступает от качественного распределения вознаграждений за открытые блоки биткоинов (новые добытые биткоины), при этом майнерам выплачивается 6,25 BTC (примерно 187 000 по курсу на момент публикации) примерно каждые 10 минут. Ежегодный объем новой эмиссии биткоинов составляет около 9,8 миллиарда долларов США, что создает дополнительное давление на рынок, которое он должен поглощать каждый год.

Хотя количество новых биткоинов, добываемых за блок, сократилось вдвое, рост цены биткоина привел к уве-

личению общего дохода майнеров после сокращения количества добываемых биткоинов вдвое. Однако, когда количество новых биткоинов, добываемых за блок, приближается к нулю, майнеры больше не могут полагаться на рост цены, чтобы покрыть свои расходы.

Помимо новых добытых биткоинов, майнеры еще получают доход в виде обычной комиссии за транзакции. Можно предположить, что эта плата не должна увеличиваться, поскольку она компенсирует майнерам снижение доходов от эмиссии новых биткоинов. В настоящее время плата за транзакции обычно составляет всего 2,6 процента от дохода майнеров в процентах от общего вознаграждения при открытии блока.

С начала этого года плата за транзакции стала расти. Это во многом связано с появлением и распространением токенов Ordinals и BRC20 (аналог NFT на блокчейне Биткойна), а также с новыми инициативами в области технологий второго уровня, такими как платежная сеть Lightning и платформа смарт-контрактов Stacks, которые могут создать дополнительную нагрузку на блокчейн.

Согласно историческим данным, инвестиции в биткоин были прибыльными до того, как произошел халвинг. Однако будущие события, связанные с уменьшением вдвое, могут быть менее значительными, поскольку сокращение эмиссии монет оказывает меньшее влияние на относительное давление продаж по сравнению с ежедневными объемами торгов.

Но если комиссии за транзакции существенно не увеличатся или майнеры все же не найдут альтернативных источников дохода, долгая жизнеспособность биткоина может оказаться под большим вопросом, а будущие халвинги могут оказать дополнительное давление на майнеров.

Халвинг - одно из самых значительных событий в эволюции биткоина. Оно демонстрирует уникальные характеристики биткойна как управляемой кодом, децентрализованной, не инфляционной и прозрачной денежной формы. В зависимости от того, как сеть отреагирует на это событие, сле-

дующий халвинг либо еще больше укрепит биткоин в качестве основной криптовалюты, либо проложит путь для новых потенциальных криптовалютных сетей, чтобы сбить биткоин с пьедестала.

Приближающийся халвинг биткоина в 2024 году уже волнует многих инвесторов и трейдеров. Ведь если верить историческим параллелям, рост цены не заставит себя ждать уже в ближайшем будущем.

Обычно тактика накопления биткоина перед халвингом выглядит логичной. После предыдущих событий курс BTC ушел в отрыв, принеся владельцам криптографических активов прибыль. С другой стороны, никто не дает гарантий, что подобное повторится снова. Даже некоторые аналитики настроены довольно пессимистично.

Альтернативные сценарии тоже реалистичны. К примеру, возможна ситуация, когда большинство участников рынка также начнут скупать биткоин в преддверии халвинга. Это может привести к перегреву и последующей жесткой коррекции стоимости. Поэтому требуется тщательный анализ всех рисков перед принятием решений.

Bitcoin обладает уникальными возможностями. Он является как платёжной сетью, так и формой денег - это программируемые деньги. Это деньги, которые не могут быть конфискованы или изъяты правительствами, а так же не могут быть ограничены правилами валютного обмена.

Как мы выяснили, в результате халвинга биткойна в обращение поступает меньше криптовалюты, а ее ценность постепенно увеличивается.

Халвинг является лишь одним из множества факторов, что может повлиять на цену биткоина, не стоит ждать резкого увеличения цены сразу после халвинга, но на промежутке в 1 год, она может значительно увеличиться.

Список используемых источников

1. Вайнерман А. «Крипто» // материалы от 02.2024 // URL: <https://vc.ru/crypto/1043902-kak-podgotovitsya-k-halvingu->

- bitkoina-sobrali-sovety-ot-maynerov-i-ekspertov (дата обращения: 26.02.2024)
2. Давыдов-Громадин Д. «РБК Крипто» // материалы от 05.2023 // URL: <https://www.rbc.ru/crypto/news/6463ab929a7947d2ef01167b> (дата обращения: 26.02.2024)
 3. Кошельник Д.В. «10 лет биткоину» // 10 фактов о криптовалюте: материалы от 01.2019 // URL: <https://vctr.media/bitcoin-birthday-10-12899/> (дата обращения: 26.02.2024)

ПРОБЛЕМА ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

Кистанова В.В., студентка ГБПОУ «ПГК».

*Научный руководитель:
преподаватель Логинова О.В.*

Аннотация. На сегодняшний день у большинства населения наблюдается отсутствие навыков финансовой грамотности. Многие люди ввиду отсутствия знаний и навыков финансовой сферы, не могут в полной мере пользоваться своими правами. Проблема финансовой грамотности является актуальной проблемой современного общества, которая напрямую влияет на экономическое и социальное развитие страны.

Цель работы заключается в формировании и углубление знания по финансовой грамотности.

Объектом исследования выступает финансовая грамотность.

Предметом процесс повышения финансовой грамотности среди населения.

Отсутствие навыков финансовой грамотности у населения является комплексной проблемой, вызванной многими факторами. Одним из которых, является недостаточное образование: в школьной программе обычно не уделяется достаточного внимания финансовой грамотности, поэтому граждане могут не получить необходимых знаний еще в школе.

Это приводит к тому, что люди выходят взрослыми в мир финансов без необходимых знаний и навыков.

Проблема финансовой неграмотности является очень важной. Так, финансовая грамотность играет важную роль в личной финансовой стабильности. Люди, обладающие навыками финансовой грамотности, более компетентно управляют своими доходами, расходами, инвестициями, планируют своё будущее, грамотно распределяют материальные блага и лучше обеспечивают свои семьи. Недостаток финансовой грамотности может привести к проблемам с долгами, неправильным управлением финансами и финансовой нестабильности.

Финансовая неграмотность населения может иметь серьезные последствия как для отдельных граждан, так и для экономики в целом. Отсутствие базового багажа знаний финансовой сферы, может приводить к неправильному восприятию и оценке финансовых рисков, плохому управлению долгами, неправильному выбору финансовых продуктов, например, кредитов, и инвестиционных решений.

В свою очередь, это может привести к усугублению финансовых проблем населения. К примеру, люди могут не понимать условия банковских продуктов, также могут столкнуться с непредвиденными долгами и потерей своих средств из-за неоправданных рисков. Также отсутствие навыков финансовой грамотности может привести к росту случаев банкротства физических и юридических лиц, поскольку люди могут брать на себя финансовые обязательства без должного понимания своих возможностей по их выполнению.

Кроме того, это может сказаться на стабильности финансовой системы в целом. В связи с отсутствием понимания финансовых процессов и инструментов, также возрастает уровень риска возникновения финансовых пузырей, паники на валютном рынке, на рынке банковских услуг, повышения долговой нагрузки на семью и многие другие негативные последствия.

Исходя из вышеизложенного, эффективное развитие экономики любой страны требует не только совершенствования финансовых и производственных инструментов, но и повышения уровня финансовой грамотности общества. Финансовая грамотность представляет собой набор знаний и навыков, необходимых для понимания устройства финансовых рынков, эффективного управления личными и семейными финансами, а также для принятия обоснованных финансовых решений.

Обладание финансовой грамотностью позволяет людям понимать принципы функционирования рынка денег, инвестиций, кредитования, страхования, понимать риски и возможности различных финансовых инструментов. Также важной частью финансовой грамотности является умение составлять бюджет, планировать свои расходы, умение правильно инвестировать деньги для достижения своих финансовых целей и обеспечения будущего, быть готовыми к любым нежелательным ситуациям и последствиям, как например, потеря работы.

Повышение уровня финансовой грамотности населения способствует более эффективному использованию ресурсов, стимулирует развитие финансовых услуг и инвестиций, а также способствует устойчивому развитию экономики в целом. Поэтому обучение финансовой грамотности и предоставление доступа к соответствующей информации являются важной составляющей программ по развитию человеческого капитала и улучшению экономического положения общества.

Однако, согласно научным исследованиям, понятие финансовой грамотности имеет существенные различия с понятием финансовой культуры. Основное отличие состоит в том, что финансовая культура включает в себя не только знания и навыки в области управления финансами, но также связана с морально-этическими аспектами и системой ценностей человека. Выделяют четыре ключевых направления финансовой культуры:

1. Финансовая ответственность: это относится к умению принимать ответственные и обдуманые финансовые решения, управлять долгами, планировать бюджет и инвестировать с учетом личных и общественных интересов.
2. Финансовая дисциплина: важный аспект финансовой культуры, который означает способность придерживаться финансовых планов, распорядка денежными средствами в соответствии с установленными целями и приоритетами.
3. Финансовая этика: это относится к этическим аспектам управления финансами, включая честность, справедливость и уважение к финансовым обязательствам перед другими людьми и обществом в целом.
4. Финансовая культура потребления: это концепция, призванная обучать людей разумному потреблению, умению различать нужды и желания, осуществлять осознанные покупки и сохранять баланс между потреблением и накоплениями.

Эти аспекты финансовой культуры являются важными для обеспечения баланса между материальными преимуществами и морально-этическими ценностями, способствуют устойчивому и гармоничному развитию общества.

Финансовая личная безопасность является важным аспектом жизни каждого человека. Она представляет собой состояние, при котором человек имеет возможность обеспечить себе достойные условия жизни, реализовать свои экономические права и свободу, а также защитить свое социальное развитие.

Для государства низкий уровень финансовой грамотности населения является одним из серьезных препятствий для развития платежной индустрии и финансовых рынков в целом. Недостаточная финансовая грамотность ограничивает возможности и снижает эффективность регулирования финансовых рынков, защиты прав потребителей, а также затрудняет переход к пенсионным системам, основанным на большем индивидуальном участии.

Обеспечение финансовой безопасности граждан требует комплексного подхода и включает в себя такие вопросы, как уровень доходов и занятости, доступ к финансовым услугам, защита от экономической незащищенности, обеспечение социальной защиты, меры по защите от финансовых мошенничеств и др.

В рамках мероприятий по финансовой грамотности среди учащихся ГБПОУ «Поволжский государственный колледж» можно провести ряд мероприятий по формированию финансовой грамотности среди учащихся и повышению финансовой культуры:

1. Проведение видео-уроков «Зачем быть финансово грамотным?».
2. Видеο-экскурсия «Российские деньги: путешествия во времена».
3. Квест- игра «Финансовый калейдоскоп».
4. Деловая игра «Секреты финансового успеха».
5. Интерактивная лекция «Кибермашенничество».
6. Распространение буклетов по финансовой грамотности.
7. Интеллектуальная игра «Первые шаги в мире финансов».

Таким образом, повышение уровня финансовой грамотности населения является важной задачей для государства. Программы по повышению финансовой грамотности, образовательные мероприятия и доступ к информации о финансовых услугах могут способствовать улучшению ситуации и обеспечению более эффективного функционирования финансовой системы.

Список использованных источников

1. <https://eee-science.ru/item-work/2021-2865/>
2. <https://iq.hse.ru/more/finance/neobhodimost-povisheniya-finansovoj-gramotnosti>

Игра- квест "Копейка рубль бережет"

Игра-квест "Копейка рубль бережет" посвящена теме повседневного взаимодействия с деньгами: семейного и личного бюджета. Ее целью является формирование основ знаний о личных финансах и семейном бюджете в подростковом возрасте у учащихся 8 классов.

Планируемые результаты образовательного события:

Личностные: формирование понимания ограниченности семейного бюджета, необходимости его рационального планирования и расходования с учетом личных нужд и трат.

Метапредметные: развитие способности использовать математические вычисления для поиска наиболее эффективных способов формирования семейного бюджета, развитие смыслового чтения текстов финансового содержания, развитие способности критически осмысливать информацию, в том числе рекламную.

Предметные: формирование знаний о семейном бюджете, его расходной и доходной частях, профиците и дефиците семейного бюджета, формирование понятий: инвестиция, инфляция.

Краткое описание игры-квеста:

Игра проводится как внеурочное интерактивное образовательное событие, являясь групповым соревновательным квестом.

Примерная продолжительность игры - 90 минут.

Для проведения игры необходимо:

- создать 6 команд по 5-6 человек;
- подготовить просторный зал, лучше школьные рекреации на двух этажах, на которых будут размещены Старт, 6 точек-станций, дополнительная станция для выполнения заданий по желанию участников, Финиш;

- разработать маршрутные листы , где будут указаны станции в определенном порядке для каждой команды;
- подготовить фишки и листы с заданиями по каждой станции;
- подготовить наградной материал по итогам игры;
- назначить 16 ведущих (учеников 10-11 классов): по 2 ведущих на каждую станцию, по 4 ведущих на дополнительную станцию (на ней могут встретиться представители нескольких команд одновременно). У ведущих будет комплект заданий, критерии и фишки, которые заработают команды;
- назначить 4 консультантов: по 2 на Старте и Финише. Они выдают маршрутные листы, консультируют по правилам, подводят итоги, награждают победителей и призеров;
- назначить 4 дежурных, которые стоят на этажах и следят за порядком.

Каждая команда получает маршрутный лист, в котором станции указаны в определенном порядке (очень важно, чтобы команды не пересекались на станциях и не мешали друг другу):

1. По доходу и расход.
2. Скупой платит дважды.
3. Плакали наши денежки.
4. Деньга деньгу родит.
5. Копейка к копейке – проживёт семейка.
6. Без копейки рубля нет.

Дополнительная станция, которую дети посещают по желанию, называется "Денежки труд любят". На этой станции ученики должны перевести текст по финансовой грамотности с английского языка на русский и получить бонусные фишки.

Важно подчеркнуть, что названия станций позволяют участникам догадаться, какие задания они будут выполнять, самостоятельно поставить цели и выбрать ученика, который будет руководить командой на каждом этапе. Для этого необходимо понять смысл русских пословиц и поговорок.



На старте ведущие объясняют, что команды должны выполнить задания, получить фишки за правильные ответы, бонусные фишки. Команда, пришедшая первой на финиш, получает 5 бонусных фишек. Макет фишки (бюджетки) и бонусной фишки (бюджета) образ фишек был взят из мультфильма "Дорогая копейка" (СССР, 1961 год). Команда, пропустившая станцию, теряет 5 фишек.

Этапы	Количество максимальных баллов
По доходу и расход	5
Скупой платит дважды	5
Плакали наши денежки	5
Деньга деньгу родит	5
Копейка к копейке – проживёт семейка	5
Без копейки рубля нет	5
Денежки труд любят (по желанию)	5
Дополнительные баллы для команды, которая пришла первой	5

Необходимо отметить, что в образовательном событии используются межпредметные связи: экономика, литература, английский язык, математика, право.

Победители награждаются дипломами и памятными подарками.

Главная задача учителя состоит в том, продумать практические задачи, в решение которых включаются ученики, и создать условия для самостоятельного решения учебных задач участниками.

Возможны приветственные слова: "Уважаемые участники! Приветствуем вас на игре - квесте "Копейка рубль бережет ". В ходе игры вы должны правильно и как можно быстрее выполнить много интересных заданий, получить фишки "Бюджетку" и "Бюджет" и Участники команд смогут развить свои знания по теме: "Семейный бюджет", выяснить, какие бывают доходы и расходы семьи, а также понять, почему нужно бережно относиться к семейному бюджету. Необходимо ответить на важные вопросы, которые стоят перед каждым членом семьи: нужно ли жертвовать личными расходами, что делать, если доходы семьи не позволяют купить новый телефон (компьютер и др.)? Желаем удачи!"

Станция 1. " По доходу и расход"

Цель данной станции: участник должен решить задачу, направленную на выбор максимально выгодной покупки в магазине.

Ведущие выдают задание.

Роман решил порадовать любимую бабушку и испечь ей торт ко дню рождения. Для этого ему не хватало нескольких продуктов: 200 граммов сахара, 180 граммов масла, 3 яйца, 1 стакана молока. У Романа были собственные средства в размере 300 рублей, которые он сэкономил от карманных денег. В шаговой доступности от дома находятся несколько магазинов. Из мобильных приложений Роман узнал, что в магазине «Пятерочка» проводится «Акция!». Взяв у родителей деньги на проезд, он отправился в магазин.

а) Покупка в каком магазине окажется наиболее выгодна для семейного бюджета?

б) В какой магазин должен отправиться Роман, если учесть, что от всей массы продуктов, ему нужно было использовать лишь часть, а остальное осталось бы на дальнейшее потребление в семье?

					Общая стоимость покупок	Путь до магазина
Билла	От 42.90 цена за 1 кг	От 127.90 180 грамм	От 48.90 цена за 10 яиц	От 69,90 за 1 литр	289,60	Проехать 1 остановку на автобусе
Перекресток	От 49.00 цена за 1 кг	От 132.00 180 грамм	От 56.90 цена за 10 яиц	От 71,50 за 1 литр	309,40	По дороге домой из школы
Пятерочка «АКЦИЯ!»	От 45.00 цена за 1 кг	От 111.00 180 грамм	От 39.90 цена за 10 яиц	От 69,90 за 1 литр	271,80	в 4 остановках от дома

*проезд в наземном транспорте - 55 рублей

** приведены цены на 4 ноября 2017 года

Ответы и критерии:

а) Роману надо воспользоваться магазином «Перекресток», так как он находится в шаговой доступности. И, хотя в нем продукты дороже, Роман экономит на проезде в транспорте - 2 фишки за правильный ответ.

Вычисления: 2 фишки за любое вычисление, которое докажет реальную экономию средств.

Например: $309,40 - 300 = 9,40$ - количество недостающих денег на покупку в «Перекрестке» или

Роман взял на проезд у родителей 110 рублей, хотя на покупки в «Перекрестке» ему доставало всего 9,40.

$110 - 9,40 = 100,60$ - количество сэкономленных средств в семейном бюджете, если бы Роман отправился в «Перекресток», а не в «Пятерочку».

Ответ: б) в магазин «Перекресток» - 1 фишка.

Станция 2. "Скупой платит дважды"

Цель данной станции: участник должен решить задачу, направленную на грамотный выбор товаров и услуг, представленных в рекламе (проспектах и объявлениях об акциях, скидках и т.д.).

Используемые методы: наглядности, сравнительный и сопоставительный методы, анализа рекламной информации.

Возможные слова ведущего: Ребята, все мы посещаем магазины, торговые центры, где мы постоянно сталкиваемся с рекламой, различными «выгодными акциями», маркетинговыми приемами, главная цель которых стимулировать нас именно к этой покупке, потратить наши деньги именно в этой торговой точке. Как же грамотно и рационально должен вести себя потребитель, сталкиваясь с миром рекламы, чтобы получить максимальную пользу для себя в виде экономии и при этом не обмануться, красивыми слоганами и заманчивыми проспектами? В этом нам поможет разобраться наша станция под названием "Скупой платит дважды".

Иван решил обновить свой гардероб и купить рубашку, брюки, джемпер. При этом у него есть ограниченный размер денежных средств – 3000 рублей, которые ему нужны еще и на покупку продуктов питания (на остаток после покупок вещей). В ТЦ предлагают различные акции в магазинах для совершения покупок вещей именно у них. Товар, представленный в данных торговых точках, примерно одинаков по качеству. Изучив рекламные предложения, наш герой остановил свой выбор на следующих:

- Акция «2+1» (купи две вещи и третья (меньшая по стоимости) в подарок!) – магазин «Даровик»;
- Скидка 50% на все! – магазин «Скидочник»;

- Скидка 30% владельцам карты лояльности – магазин «Бонусовик» (у Ивана данная карта есть).

В первом случае брюки стоят – 1500 руб.; рубашка – 800 руб.; джемпер – 1000 руб.

Во втором: брюки – 1500 руб.; рубашка – 1000 руб.; джемпер 1500 – руб.

В третьем: брюки – 1200 руб.; рубашка – 1200 руб.; джемпер 1500 – руб.

Вопрос: Какое предложение окажется наиболее выгодным с целью экономии средств?

Ответ: Решение данного вопроса нужно представить в следующем виде, подсчитать затраты и экономию в каждом случае и если нет разницы по качеству и фасону товара выбрать наиболее оптимальное решение.

В первом случае затраты нашего героя составят 2500 руб. ($1500 + 1000 = 2500$), а экономия согласно условиям акции 800 руб. + 500руб. остаток от наличной суммы, которые можно потратить на продукты.

Во втором случае его затраты составят: $1500/2 = 750$ руб.; $1000/2 = 500$ руб.; $1500/2 = 750$ руб. Итого: 2000 руб. Экономия составит – 1000 руб. остаток денег так же 1000 руб. которые можно потратить на продукты.

В третьем случае его затраты составят: $1200 - 360$ (сумма скидки) = 840руб. На брюки, тоже самое на рубашку и $1500 - 450$ (сумма скидки) = 1050руб. Итого траты: $840+840+1050=2730$ руб. Экономия составит – 270 руб., которые можно будет потратить на продукты.

Ответы и критерии: наиболее рациональным будет покупка по условиям второй акции в магазине «Скидочник», дающая максимальную экономию и остаток средств на покупку продуктов- 5 фишек за полный ответ, правильный ответ с математической ошибкой -3 фишки, правильный ответ без математических вычислений - 1 фишка.

Станция 3. "Плакали наши денежки"

Возможные слова ведущего: для рационального расходования семейного бюджета необходимо знать основные понятия, связанные с финансовой грамотностью. Предлагаем вам разгадать кроссворд, понять, какое слово можно составить из выделенных букв, а также объяснить, какое отношение оно имеет к финансовой грамотности.

По вертикали

1. Организация, сосредоточившая временно свободные денежные средства предприятий и граждан с целью последующего их предоставления в долг или в кредит за определенную плату.

2. Вид кредита, при котором кредитор может пользоваться закладываемым имуществом.

3. Долговая бумага, удостоверяющая право держателя требовать определенную сумму долга спустя определенное время в оговоренном месте у лица, выдавшего данную бумагу.

4. Часть прибыли акционерного общества.

5. Недостача, недостаточность в чем-либо.

6. Период в экономике, когда происходит обесценивание денег и рост уровня цен на товары и услуги

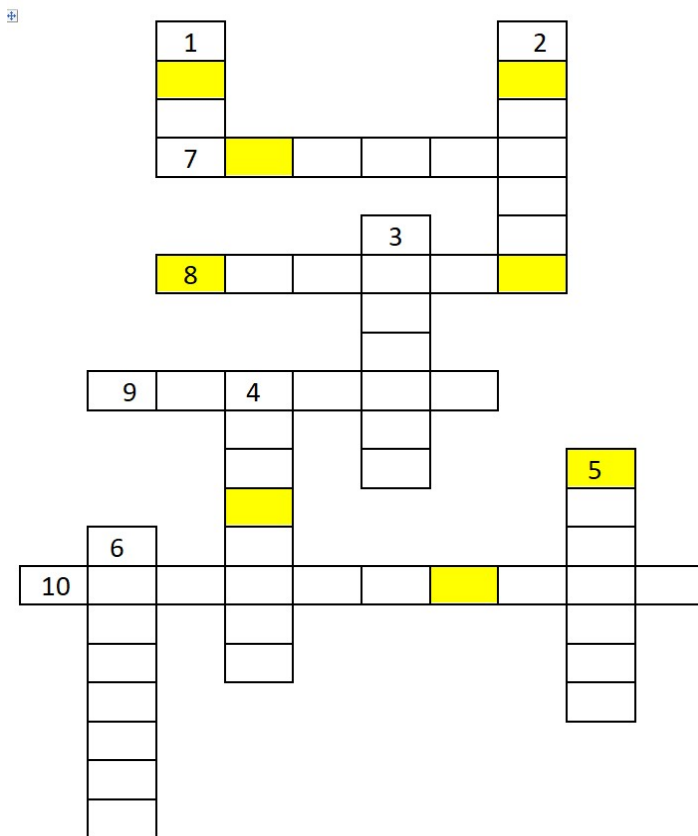
По горизонтали

7. Суда в денежной или товарной форме, предоставляемая на условиях срочности, платности, возвратности.

8. Денежный знак, изготовленный из металла.

9. План доходов и расходов семьи, предприятия, государства

10. Долгосрочное вложение средств.

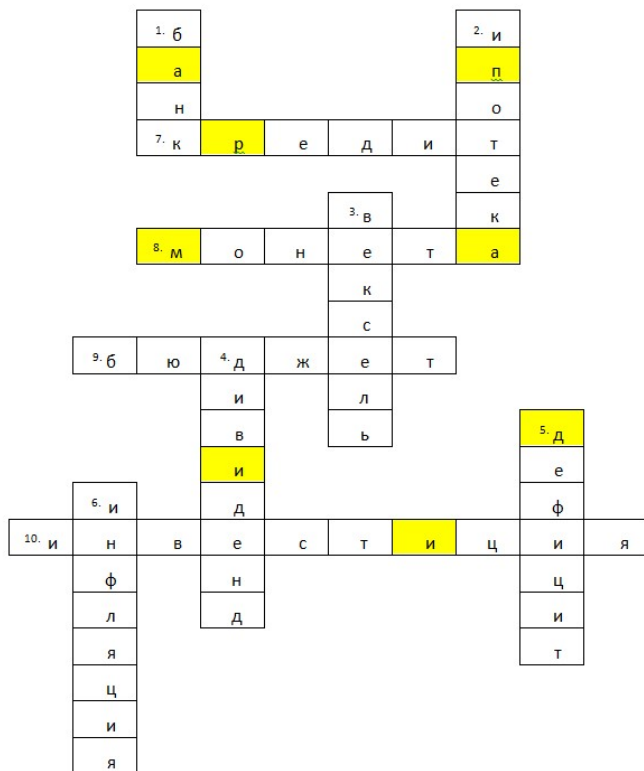


Критерии и варианты ответов:

1. 9-10 правильных ответов -3 фишки, 6-8 правильных ответов - 2 фишки, 3-5 правильных ответов - 1 фишка;

2. загаданное слово - пирамида - 1 фишка;

3. финансовая пирамида - мошенническая деятельность по привлечению денег или иного имущества физических лиц, при которой выплата дохода осуществляется за счет ранее привлеченных средств, при отсутствии у организаторов инвестиционной и другой законной предпринимательской деятельности - 1 фишка.



Станция 4. "Деньга деньгу родит"

Цель данной станции: формирование знаний о рациональном использовании личных средств путем их возможного размещения на банковские депозиты.

Возможные слова ведущего: думаю, что каждый из вас мечтает самостоятельно распоряжаться денежными средствами. С какого возраста это можно делать? Как правильно выбрать банковский депозит? Ознакомьтесь с приведенной ниже информацией и ответьте на вопросы.

Порядок распоряжения доходами несовершеннолетних определен в ст. 26,37 ГК РФ, ст. 60 СК РФ, ст. 17,19 Федерального закона от 24.04.2004 № 48-ФЗ "Об опеке и попечительстве"

В соответствии с этими нормативными документами вкладом несовершеннолетнего вкладчика в возрасте от 14 до 18 лет распоряжается он сам с учетом следующего:

1. зачислены суммы заработной платы;
2. зачислены суммы стипендий;
3. зачислены премии, присужденные за победу в олимпиадах, конкурсах и иных мероприятиях;
4. зачислены проценты по вкладу;
5. перечислены или внесены наличными самим несовершеннолетним вкладчиком суммы.

Название вклада		1-2 месяца	2-3 месяца	3-6 месяцев	1 год	
"Сберегай"	Номинальная ставка	3,95%	4,30%	4,50%	4,65%	Не пополняемый, без частичного снятия
	Эффективная ставка	** 3,95%	** 4,31%	** 4,52%	** 4,70%	
"Доверяй"	Номинальная ставка	-	-	4,00%	4,15%	Без частичного снятия, пополняемый
	Эффективная ставка			** 4,01%	** 4,19%	
"Действуй"	Номинальная ставка	-	-	3,70%	3,85%	Пополняемый, с частичным снятием
	Эффективная ставка			** 3,71%	** 3,88%	

* Ставки указаны в % годовых

** Ставка по вкладу с учетом капитализации процентов

Ученик 10 класса Ярослав стал призером Всероссийской олимпиады школьников. На его счет в одном из банков Москвы 30 мая 2017 года была перечислена премия в размере 100000 рублей. Может ли Ярослав самостоятельно распоряжаться деньгами? На какой вклад следует разместить ука-

занную сумму, чтобы к Новому году снять деньги и получить максимальную выгоду? Чему будет равен процент по вкладу, который получит Ярослав в этом случае?

Ответы и критерии:

Ярослав может самостоятельно распоряжаться вкладом - 1 фишка;

Выгоднее всего открыть вклад "Сохраняй" на полгода-1 фишка;

Через полгода Ярослав получит 102281 рубль, процент составит 2281 рубль- 3 фишки.

Станция 5. "Копейка к копейке – проживёт семейка"

Цели станции: формирование знаний о доходах и расходах семьи, понимания необходимости бережного отношения к семейному бюджету.

Семья Мельниковых состоит из папы, мамы, дочки. Папа работает инженером и получает 40000 рублей в месяц, мама работает в МФЦ и зарабатывает 20000 рублей в месяц. Семнадцатилетняя дочь Даша учится в колледже, ее стипендия составляет 3% от зарплаты папы. В месяц расходная часть семейного бюджета составляет 45000 рублей. Даша мечтает побывать в Олимпийском парке в Сочи. Средняя стоимость билета на самолет компании "Аэрофлот" 6514 рублей в одну сторону. Проживание в отеле "без звезд" без питания в трехместном номере - 1500 рублей с каждого. Совокупный расход на питание в день на 1000 меньше, чем расход на проживание. Сможет ли семья Мельниковых в течение года накопить средства для отдыха в Сочи в течение двух недель? Могут ли родители подарить Даше Айфон 10 (64 ГБ) за отличную учебу? Относятся ли отдых в Сочи и покупка Айфона 10 к обязательным расходам семьи?

Ответы и критерии:

1. Семья Мельниковых сможет за год накопить средства для отдыха в Сочи - 3 фишки за правильный ответ с ма-

тематическими вычислениями, правильный ответ с математической ошибкой - 2 фишки, правильный ответ без математических вычислений - 1 фишка;

2. Родители не смогут купить дочери Айфон 10, так как его цена превышает остаток семейного бюджета (цена телефона на 4 ноября 79900 рублей) - 1 фишка;

3. Отдых в Сочи и покупка Айфона не относятся к обязательным расходам семьи. Обязательные расходы - это расходы на питание, одежду, коммунальные платежи, транспорт, лекарства. Произвольные расходы - это расходы на отдых, предметы роскоши, улучшение качества покупок - 1 фишка.

Решение:

1. $40000+20000+40000/100*3=60000+1200=61200$ рублей - доход за месяц;
2. $61200-45000=16200$ рублей - профицит семейного бюджета в месяц;
3. $16200*12=194400$ рублей - профицит семейного бюджета в год;
4. $6514*2*3=39084$ рублей - расходы на перелет;
5. $1500*3*14=63000$ рублей - расходы на проживание;
7. $(1500*3-1000)*14= 49000$ рублей - расходы на питание;
8. $194400 - (39084+63000+49000)=43316$ рублей.

Станция 6. "Без копейки рубля нет"

Цель данной станции: дать учащимся навыки работы с экономической информацией, научить осмыслять и принимать верные решения в мире различных услуг (на примере услуг связи).

Методы: наглядности, анализа, сравнения и сопоставления информации.

Возможные слова ведущего: у всех из нас есть мобильные телефоны. Часто встает вопрос, какой тариф и какого оператора выбрать. Услуги связи составляют довольно существенную долю в расходах человека и его семьи и важно рационально подойти к этому вопросу. Вам будет представле-

но задание в рамках станции "Без копейки рубля нет". В нем вы должны будете оценить тарифные планы различных операторов связи (за основу взяты реальные тарифы) с примерно одинаковыми условиями. Исходя из условий задачи, необходимо подобрать герою наиболее оптимальный, с точки зрения затрат тариф, приносящий ему максимум возможностей при минимуме затрат.

Пете подарили смартфон и теперь ему нужно выбрать оптимальный тариф сотового оператора (он может выбрать любого: МТС, Билайн, Мегафон) для него, с учетом следующих параметров: интернет трафик; голосовые вызовы внутри и вне сети; смс; наличие или отсутствие абонентской платы. При этом он активно пользуется социальными сетями, мессенджерами и другими сервисами интернета (в среднем от 6 до 10 гб в месяц), смс отправляет обычно от 200 до 300 в месяц, звонит часто и подолгу. Из множества тарифных планов он остановился на следующих: "Хайп" от МТС; "Включайся" от Мегафон; "Все" от Билайн (за основу взяты реальные тарифы указанных операторов на 4 ноября 2017). Их условия следующие:

1."Хайп" от МТС: абонентская плата в месяц – 500 рублей, в нее включены услуги: интернет-трафик (безлимитно на социальные сети и мессенджеры) – 7гб; звонки - безлимитно на МТС России; 100 минут – на остальных операторов региона; смс – 200.

2."Включайся" от Мегафон: абонентская плата в месяц – 500 рублей, в нее включены: интернет (безлимитно на социальные сети и мессенджеры) – 6гб; звонки – 250 мин на операторов домашнего региона, после исчерпания безлимитно на Мегафон домашнего региона; смс не включены в абонентскую плату, есть дополнительная опция за 50руб в мес. – безлимитные смс.

3."Все" от Билайна: абонентская плата в месяц – 550руб, в нее включены: интернет (плюс еще 6 гб при внесении абонентской платы одним платежом на месяц вперед)

– 6Гб; звонки – 400 мин на всех операторов домашнего региона, безлимитно на Билайн Россия; смс – 500.

Ответы и критерии:

Исходя из предпочтений нашего героя можно рекомендовать ему тарифный план "Все" от Билайна.

Во-первых, несмотря на чуть более высокую стоимость абонентской платы, он дает наибольший объем интернет трафика – в сумме можно получить 12 Гб (у конкурентов только 7 и 6 соответственно), с учетом того, что посещение социальных сетей и мессенджеров не требуют большого объема интернета, а значит безлимит на них не критически важен.

Во-вторых, смс данный тариф дает с лихвой (перекрывает потребности нашего героя), тогда как МТС может не хватить, а в Мегафоне это дополнительная опция, которая уравнивает по стоимости тариф с Билайном.

В-третьих, исходя из рационального предположения о том, что в круге его общения, кому он звонит, абоненты разных операторов распределены примерно равными долями, 400 мин на других операторов выглядят более привлекательными, чем 100 у МТС и 250 у Мегафона.

В-четвертых при выборе тарифа, наш герой может посмотреть подробности тарифов и учесть, что дополнительный трафик в размере 200мб в Мегафоне стоит 30 руб., а в МТС 500мб стоят 95 руб. Тем самым видно, что тариф от Билайна наиболее оптимальный по соотношению цена-объем предоставляемых услуг и соответствует структуре интересов нашего героя.

Приведены три правильных обоснования - 5 фишек, два обоснования - 3 фишки, одно обоснование - 1 фишка.

Дополнительная станция "Денежки труд любят"

Слова ведущего: вам предлагается перевести текст по финансовой грамотности на русский язык.

In Russia for the period of 2009-2014 the family income had on average an annual 10-15% increase. However, now it tends even not to overbalance the inflation rate. To explore this phenomenon a

knowledge of what components any family budget consists of is needed. Family budget is usually considered to include the difference between familial income and familial spending. Common sources of income are salaries, governmental subsidies and income from property or savings. Moreover, family budget can be organized in different ways: some people collect and share all the money, while others keep their income separately.

There are families that have to save money in order to exist. Being on the edge of survival people invest the last of their money in unsuccessful business projects or financial pyramids. But it will not be necessary if the members of the family organize their budget considering their real needs and abilities. There is a popular belief that money itself is worthless. However, it gives us access to the goods and services we need and that is why money is certainly worth being treated appropriately.

1. Income - money that you earn by working, investing, or producing goods
2. Increase - a rise in the number, size, or amount of something
3. Salary - a fixed amount of money that you receive from your employer, usually every month
4. Worthless - not important or useful, having no value
5. Treat - to consider something in a particular way

В России в период с 2009 по 2014 гг. семейный доход увеличивался ежегодно в среднем на 10-15%. Однако сейчас рост доходов даже не склонен превышать уровень инфляции. Чтобы изучить данное явление, необходимо знать, из каких компонентов складывается любой семейный бюджет. Семейный бюджет обычно составляет разницу между семейным доходами и семейными расходами. Классическими источниками дохода являются заработная плата, государственные субсидии, а также доход от собственности и сбережений. Более того, семейный бюджет может быть организован по-разному: кто-то собирает и распределяет сразу все деньги, в то время как кто-то хранит свои деньги отдельно.

Есть семьи, которые вынуждены экономить деньги, чтобы существовать. Будучи на грани выживания, люди вкладывают свои последние деньги в неудачные бизнес-проекты и финансовые пирамиды. Но до этого бы не дошло, если бы члены семьи составляли семейный бюджет с учётом своих настоящих нужд и возможностей. Существует популярная точка зрения, что деньги сами по себе ничего не стоят. Однако они и дают нам доступ к необходимым нам товарам и услугам, и поэтому деньги стоят того, чтобы к ним относились правильно.

Подведение итогов. Награждение победителей.

АНАЛИЗ ВНЕШНЕЙ РЕКЛАМЫ ТОВАРОВ маркетплейсов, на примере WILDBERRIES

*Нуждова Е.И., студентка ГБПОУ «ПГК»
Научный руководитель:
преподаватель Логинова О.В.*

Аннотация. Статья рассматривает сложности продвижения товаров на маркетплейсах. Подчеркивается важность внешней рекламы через различные каналы, такие как социальные сети и видеохостинги. Приводится пример анализа эффективности рекламы на трех товарных категориях, про рекламируемых в одном и том же канале, подчеркивая важность оценки выручки и динамики дохода от рекламы (ДДР). Завершается подчеркиванием необходимости анализа процента выкупа по категории для более точной оценки эффективности рекламы.

Сегодня на маркетплейсах огромное количество товаров, что делает их продвижение сложным. Площадки усложняют ситуацию повышением цен, введением штрафов и изменением алгоритмов ранжирования. Внутренняя реклама становится менее эффективной, поэтому важно обратить внимание на внешнюю рекламу.

Источники внешнего трафика включают группы в Телеграм и ВКонтакте, ВК клипы, YouTube Shorts и блогеров.

Эти площадки популярны, но не все умеют их эффективно использовать. Для успешной работы важен доступ к аналитике товаров на маркетплейсе через сервисы, например, MPStats, MarketGury, Turbo. Для анализа каналов Telegram полезны TGStat и Telemetr.

Анализ рабочих площадок имеет общую схему, на примере группы в Telegram «Находки» (название изменено):

- 1) подписчики: 648,562;
- 2) просмотры в среднем: 78,564;
- 3) идет постоянный рост. Динамика продемонстрирована на рисунке 1.



Рисунок 1- График роста подписчиков с 30.01.2023 по 30.01.2024 года

Количество просмотров и подписчиков не является первостепенным, главное – оценить цену, которую группа может запросить, для данного канала это более 5000 руб.

Администратор паблика «Находки» сообщил, что стоимость поста – 9400 руб.

Чтобы реклама считалась эффективной, она не должна занимать более 10% от полученной выручки. Wildberries скрывает реальные цены продавцов с недавнего времени объединим скидку продавца со своей СПП, поэтому расчеты приблизительны. Также будем брать в расчет эффективности

рекламы (ДДР), выручку за 3 дня, т.к. реклама может иметь остаточный эффект

Чтобы выяснить, какие товары популярны в группах, выбираем разные товары в разные дни. Рассмотрим 3 товара с анализируемого канала.

1. Категория одежды: толстовка, выход поста 24.01. На рисунке 2 представлен первый рекламный пост.



Рисунок 2- Рекламный пост худи

С помощью сервиса аналитики MPStats мы можем видеть динамику заказов в разрезе по дням в течении 30 дней, на рисунке 3 представлен динамика заказов по данному худи.

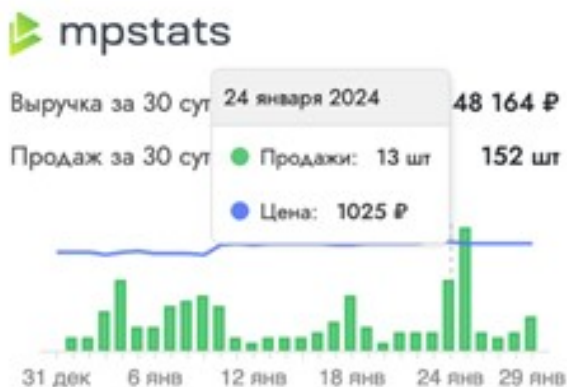


Рисунок 3- Заказы по товару худи

По графику виден резкий рост заказов в день рекламы и на следующий день, что показывает работу данного канала. Всего за 3 дня заказали 39шт – 39975р, получается ДДР = $9400/33975=24\%$, данная реклама сработала не эффективно и заняла почти 1/3 выручки, если цель была получение прибыли, то выбрали не тот паблик. Сюда по этому исходу, можно сделать вывод, что одежда здесь не очень заходит, но, чтобы подтвердить эту гипотезу нужно проанализировать больше подобных постов.

2. Категория товара: плед, пост вышел 16.01, на рисунке 4 представлен рекламный пост.



Рисунок 4- Рекламный пост пледа

Динамика заказов по четвертому посту изображена в рисунке 5.

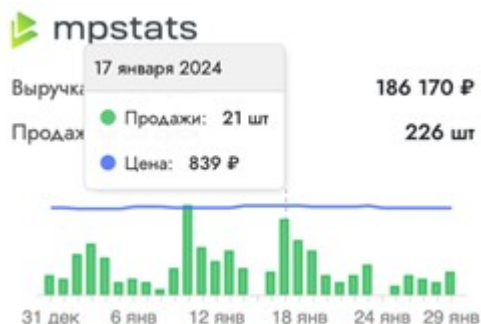


Рисунок 5- Динамика заказов по товару плед

Именно данная карточка, не особо окупилась, но у нее есть разновидности в виде еще 11 цветов, у которых также увеличились заказы в день рекламы. На рисунке 6 представлены графики еще 2-х цветов.

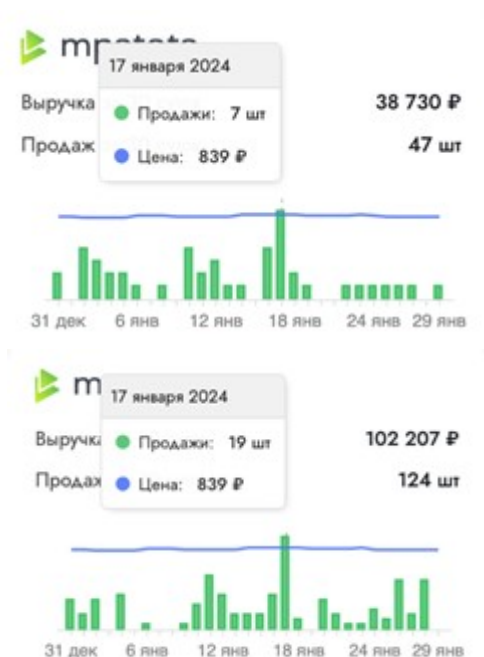


Рисунок 6- Динамика заказов еще 2-х цветов анализируемого товара

Если складывать все цвета, то в период с 16.01-18.01 было заказано 185 шт, это 155215 рублей, тогда ДДР = 6,1% реклама сработала эффективно.

3. Категория товара: весы, пост вышел 25.01. На рисунке 7 изображен рекламный пятый пост.



Рисунок 7- Рекламный пост пятого товара

На рисунке 8 представлена динамика заказов по товару.

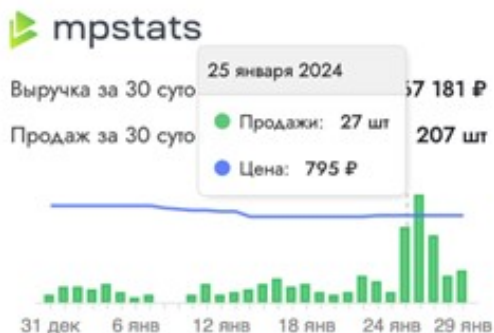


Рисунок 8- Динамика заказов по товару весы

Данный товар является нашим, поэтому расчет эффективности будет точным. Резкий рост по заказам пришелся именно с этой рекламы. Также был рост заказов других цве-

тов. Поэтому в сумме заказано в течении трех дней 165 шт весов – трех цветов, цена продавца на них 1020р, поэтому реальная выручка с заказов составляет 168300 рублей, ДДР составил 5,6%. Реклама прошла эффективно.

Таким образом, мы можем анализировать различные группы, включая видеоролики в виде клипов или шортс, и определять в какой группе лояльная аудитория, чем она интересуются больше и какие товары могут окупиться.

Видеоролики анализировать сложнее, т.к. они могут залетать в ТОПы позднее и принести заказы, поэтому в них больше рисков и только тесты смогут помочь провести реальный анализ канала размещения.

Анализ внешнего трафика на этот не заканчивается. После того как выбраны каналы продвижение, нужно правильно проанализировать их эффективность уже на ваших товарах.

Это один был из способов поиска и анализа внешнего трафика, конечно, таких способов много. Можно использовать как все, так и остановится на каком-то одном.

Список использованных источников

1. Мультиановская Д. В. Маркетплейсы: как научиться продавать. Wildberries, Ozon и другие: АСТ, 2022.
2. Островский И. И. Продажи на маркетплейсах и как это работает, Дом печати издательства Книготорговли «Капитал», 2022.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ МАЛОГО БИЗНЕСА В РОССИИ

Шарипова К.Е., студентка ГБПОУ «ПГК».

Научный руководитель:

преподаватель экономических дисциплин Плотер Г.М.

Роль малого бизнеса трудно переоценить: это та форма, в которой легче всего начинать самостоятельный бизнес,

а также осуществлять его, если это позволяют критерии малого предприятия.

Высокие темпы внедрения нововведений, мобильность технологических изменений, внедрение изобретений, быстрый рост сферы услуг и занятости, возможность для государства получать большие средства в форме налоговых поступлений - все это и составляет вклад малых предприятий в экономику страны. Деятельность в качестве индивидуального предпринимателя значительно проще в плане финансового и налогового учета, что делает ее более привлекательной в сфере малого бизнеса.

28 сентября 2019 г. в г. Уфа состоялся III форум субъектов малого предпринимательства, посвященный проблемам малого бизнеса. В числе вынесенных на обсуждение тем – повышение эффективности государственной поддержки малого бизнеса, расширение доступа предпринимателей к кредитным ресурсам, решение проблем, связанных с кадровым обеспечением, налоговым и правовым регулированием, в том числе трудовых отношений, проведением проверок со стороны контрольно-надзорных органов.

Одной из основных проблем малого бизнеса является тяжелое налоговое бремя.

Рассмотрим меры, применяемые Правительством России для решения этой проблемы?

1. Главным выходом в снижении налогового бремени для малого бизнеса видится в применении специальных налоговых режимов, имеющих упрощенную структуру налогообложения. Специальный налоговый режим, по сравнению с общим режимом налогообложения, можно рассматривать в качестве особого механизма налогового регулирования определенных сфер деятельности. Центральное место в объекте специального режима отводится единому налогу, заменяющему собой несколько основных налогов.

К специальным налоговым режимам относятся:

- 1) система налогообложения для сельскохозяйственных товаропроизводителей (единый сельскохозяйственный налог -ЕСХН) - гл. 26.1 НК РФ;
- 2) упрощенная система налогообложения (УСНО) - гл. 26.2 НК РФ;
- 3) патентная система налогообложения (ПСН) - гл. 26.5 НК РФ [1, с. 30].

Также существует общий режим - общая система налогообложения (ОСНО).

Проведем анализ экономической эффективности применения спецрежима на примере индивидуального предпринимателя, основным видом деятельности которого является косметические услуги. Для этого проанализируем налоговую нагрузку у предпринимателя при возможном применении общего режима налогообложения и при действующем специальном режиме налогообложения. Результаты анализа налоговой нагрузки при общем режиме налогообложения представим в таблице 1.

Таблица 1

Расчет налогового бремени при общем режиме (ОСНО)

Наименование показателя	1 кв. 2024 г.
Валовый доход от реализации	280000
Стоимость покупных товаров	196000
Аренда	17000
Платежи в ФНС	6998
Налогооблагаемая база для расчета налогов	60002
Налог на прибыль - 20%	12000
НДС - 20%	12000
НДФЛ - 13%	7800
Всего налогов	31800
Прибыль после налогообложения	28202

Результаты исследований показали, что при общем режиме налогообложения индивидуальному предпринимателю пришлось бы платить три вида налогов с суммы доходов за

минусом расходов. В следующей таблице 2 представлены данные о налоговой нагрузке при использовании патентовой системе налогообложения(ПСН).

Таблица 2

Расчет налогового бремени при спецрежиме – ПСН

Наименование показателя	1 кв. 2024 г.
Валовый доход от реализации	280000
Стоимость покупных товаров	196000
Аренда	17000
Платежи в ФНС	6998
ПСН	3043
Всего налогов	3043
Прибыль после налогообложения	56959

Результаты данного исследования дают совершенно противоположную картину. При данном режиме налогообложения платить придется всего лишь один налог - ПСН, причем сумма налога значительно ниже, чем при общем режиме. На рисунке 1 представлен анализ налогового бремени при разных режимах.

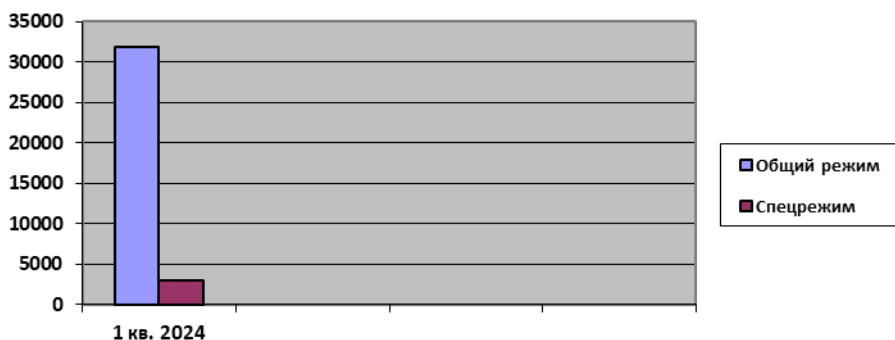


Рисунок 1- Налоговое бремя при разных режимах

Диаграмма демонстрирует рост налогового бремени при применении общего режима, в то время как применение ПСН значительно улучшает финансовое положение предпринимателя за счет снижения налоговой нагрузки [1, с. 89].

Рассмотрим, как будет вести себя такой показатель, как прибыль налогоплательщика. Представим анализ прибыли, остающейся в распоряжении предпринимателя, т.е. после уплаты всех налогов при двух режимах. При спецрежиме прибыль, оставшаяся после уплаты налогов, намного больше, что позволит предприятию развиваться, что в конечном итоге приведет к получению еще большей прибыли, в чем, собственно, и состоит смысл деятельности предпринимателя.

Таким образом, результаты исследований деятельности индивидуального предпринимателя показывают, что:

- применение ПСН значительно снижает налоговое бремя;
 - специальный режим - ПСН действительно облегчает работу предпринимателю и дает возможность развиваться, тем самым пополняя бюджет страны.
2. Снижение налоговой нагрузки достигается путем применения льготных режимов, которые дают возможность уплачивать в бюджет налоги в меньшем объеме законным путем.

Сумму исчисленного ПСН в соответствии с законодательством о налогах и сборах индивидуальный предприниматель без наемных работников имеет право уменьшить на 100% страховых взносов, уплаченных за себя.

Таблица 3

Расчет суммы ПСН, подлежащего к уплате в бюджет

Показатели/год	1 кв.2022	1 кв. 2023	1 кв. 2024
Сумма исчисленного ПСН	2863	2987	3043
Страховые взносы	5565	5788	6998
Сумма ПСН к уплате в бюджет	0	0	0
Сумма уменьшения	2863	2987	3043
Процент уменьшения ПСН	100	100	100

Анализируя полученные данные, можно сделать вывод о том, что применение вычета страхового взноса значительно уменьшило налоговое бремя индивидуальному предпринимателю. Таким образом, экономия средств плательщика

только за счет вычета страхового взноса в 2024 г. составила 100% .

Как показывает анализ, за счет возможности уменьшения налога, мы экономим на сумме налога, подлежащего к уплате в бюджет, т.е. фактически тратим меньше денег на уплату налогов, тем самым снижаем налоговое бремя.

Таким образом, результаты нашего исследования доказывают, что работа Правительства РФ по устранению проблем в малом бизнесе в части снижения налогового бремени проводится, положительные результаты ее очевидны и дают возможность малому бизнесу развиваться за счет экономии средств, полученных от снижения налогового бремени.

Список использованных источников

1. Кондраков, Н.П. Бухгалтерский учет на малых предприятиях: Учебное пособие / И.Н. Кондраков. - М.: Проспект, 2018. - 640 с.
2. Бизнес-журнал №7, Изд.: Москва, 2020.
3. Налоговый кодекс РФ. Часть первая от 31.07.2017 № 146-ФЗ : (ред. от 15.02.2019 N 32-ФЗ, от 05.04.2019 N 101-ФЗ, от 05.04.2018 N 102-ФЗ, от 26.04.2018 N 110-ФЗ).
4. <http://www.pfrf.ru/branches/chechnya/info/~Strahovatelyam/1887>
5. http://www.pfrf.ru/press_center/~2018/01/09/150212

СОДЕРЖАНИЕ

Секция «Декоративно-прикладное искусство» и «Дизайн»

ОБРАЗ РОДНОГО КРАЯ В ЛАКОВОЙ МИНИАТЮРЕ НА СУВЕНИРНОЙ ДОСКЕ» Баннова В.В. Научный руководитель: Новикова С.В.	4
МУРАЛ КАК ОТДЕЛЬНЫЙ ВИД ИСКУССТВА Гиндина К. Научный руководитель: Витенко Е.Л.....	9
«ХУДОЖНИКИ-ДЕКОРАТОРЫ В ТЕАТРАЛЬНОМ ИСКУССТВЕ» Никонова А. Научный руководитель: Шамкова Н.И.....	17
ИСКУССТВО ВЫПОЛНЕНИЯ ГРАФИЧЕСКИХ ИЛЛЮСТРАЦИЙ В ИЗДАТЕЛЬСКОМ ДЕЛЕ НА ПРАКТИКЕ Ожигина К. Научный руководитель: Бубнова Е.Г.	22
МУЗЫКА МОЕГО ГОРОДА Рогачева Т.С. Научный руководитель: Тюрина О.А.	24
ИСКУССТВО МЕХЕНДИ» Роднина А.А. Научный руководитель: Новикова С.В.	28
Секция "Сервис и туризм"	
РАЗРАБОТКА КЛАССНОГО ЧАСА ПО ЗАПОВЕДНИКАМ И ПАМЯТНИКАМ ПРИРОДЫ САМАРЫ / ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ ОТ 7 ДО 10 ЛЕТ/ Антонова А., Енина В., Попова М. Научный руководитель: Щучкина Г.Н.....	35

РАЗРАБОТКА ЭКСКУРСИОННОГО МАРШРУТА ПО МЕСТАМ
ИСАКЛИНСКОГО И СЕРГИЕВСКОГО РАЙОНОВ
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

Долганова С.

Научный руководитель: Щучкина Г.Н. 45

КАК СТАТЬ «СВОИМ» ТАМ, КУДА ЕДЕШЬ ОТДЫХАТЬ

Новоселова Я.М. Уренева А.Р., Широкова А.А.

Научный руководитель: Логинова О.В. 55

ФОРМИРОВАНИЕ ТУРИСТСКОГО МАРШРУТА В РАМКАХ
СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА ПО САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

Павлова А.

Научный руководитель: Логинова О.В. 60

«КУЛЬТУРА РЯДОМ С ТОБОЙ»/ ТУРИСТИЧЕСКИЕ
МАРШРУТЫ РОДНОГО КРАЯ

Пантелеева П., Касихина А., Захаренко К.

Научный руководитель: Щучкина Г.Н. 66

ПУТЕШЕСТВУЕМ ВМЕСТЕ!

Шухмина Д.Д.

Научный руководитель: Безрукова Т.Л. 75

Секция "Физическая культура"

НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ТЕМЕ:

«СОВРЕМЕННАЯ ДОМАШНЯЯ АПТЕЧКА»

Власов Д.Ю., Чекалин Д.О.

Научный руководитель: Веряскина Л.П. 80

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Евтеева А., Чигирёва С., Сукач К.

Научный руководитель: Никифоров М.М. 84

НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ.

Иванушкина А.К.

Научный руководитель: Фисенко Ж.В. 91

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА КАК МЕТОД УКРЕПЛЕНИЯ
ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА
Куркина С.О.
Научный руководитель: Барабанщикова Н.О..... 97

УПОТРЕБЛЕНИЕ ЭНЕРГЕТИКОВ СРЕДИ МОИХ ОДНОГРУП-
ПНИКОВ И СПОСОБЫ БОРЬБЫ С НИМИ
Ларичев И.А.
Научный руководитель: Спирчагов С. Ю. 101

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ СПОРТИВНЫХ
РЕЗУЛЬТАТОВ
Сальмаев Р.С., Ваганова В.С.
Научный руководитель: Барабанщикова Н.О..... 107

ИССЛЕДОВАНИЕ СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЙ В ГБПОУ
"ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ"
Ушакова А.А.
Научный руководитель: Жильцова Е.Ю. 112

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: ЗА И ПРОТИВ
Федулова В.А.
Научный руководитель Цыганкова О.Л.: 119

Секция "Экономика и управление"

ФИНАНСОВАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ЛИЧНОСТИ В СЕТИ
ИНТЕРНЕТ
Алтынбаев Д., Крюкова Е.
Научные руководители: Бишаева Г.А, Варламова М.В..... 126

ОНЛАЙН-ИМПУЛЬСИВНЫЕ ПОКУПКИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ
Еренкова С.С.
Научный руководитель Логинова О.В.: 129

ХАЛВИНГ БИТКОЙНА И ЕГО ВЛИЯНИЕ
НА ЦЕНУ ПЕРВОЙ КРИПТОВАЛЮТЫ
Карташова О.С.
Научный руководитель Байкова И.С.: 134

**ПРОБЛЕМА ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ
СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА**

Кистанова В.В.

Научный руководитель: Логинова О.В. 139

**АНАЛИЗ ВНЕШНЕЙ РЕКЛАМЫ ТОВАРОВ
маркетплейсов, на примере WILDBERRIES**

Нуждова Е.И.

Научный руководитель Логинова О.В: 160

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ МАЛОГО БИЗНЕСА В РОССИИ

Шарипова К.Е.

Научный руководитель Плотер Г.М: 166

Научно-практическая конференция студентов
«Погружаясь в мир науки...»

Секция «Декоративно-прикладное искусство и дизайн»
Секция «Сервис и туризм»
Секция «Физкультура и спорт»
Секция «Экономика и управление»

Ответственный за выпуск.

Компьютерная верстка Перепелова Е.Р., Перепелов В.В.

Подготовлено и отпечатано в копировально-множительном отделе
ГБПОУ «Поволжский государственный колледж»,
Формат 60x90¹/₁₆, бумага офсетная,
Усл. печ. л. 11, тир. 26 экз.