

СООТВЕТСТВУЕТ
ГОСТ 7.56-2002

ISSN 2304-2338

ПРОБЛЕМЫ

**СОВРЕМЕННОЙ
НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ**

PROBLEMS OF MODERN SCIENCE AND EDUCATION

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ «ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ» № 7 (194) 2024

2024 № 7 (194)



PROBLEMS OF MODERN SCIENCE AND EDUCATION

2024. № 7 (194)

FOUNDERS: VALTSEV S.V., VOROBIEV A.V.

EDITORIAL BOARD

Abdullaev K. (PhD in Economics, Azerbaijan), *Alieva V.* (PhD in Philosophy, Republic of Uzbekistan), *Akbulaev N.* (D.Sc. in Economics, Azerbaijan), *Alikulov S.* (D.Sc. in Engineering, Republic of Uzbekistan), *Anan'eva E.* (D.Sc. in Philosophy, Ukraine), *Asaturova A.* (PhD in Medicine, Russian Federation), *Askarhodzhaev N.* (PhD in Biological Sc., Republic of Uzbekistan), *Bajtasov R.* (PhD in Agricultural Sc., Belarus), *Bakiko I.* (PhD in Physical Education and Sport, Ukraine), *Bahor T.* (PhD in Philology, Russian Federation), *Baulina M.* (PhD in Pedagogic Sc., Russian Federation), *Blejh N.* (D.Sc. in Historical Sc., PhD in Pedagogic Sc., Russian Federation), *Bobrova N.A.* (Doctor of Laws, Russian Federation), *Bogomolov A.* (PhD in Engineering, Russian Federation), *Borodaj V.* (Doctor of Social Sciences, Russian Federation), *Volkov A.* (D.Sc. in Economics, Russian Federation), *Gavrilenkova I.* (PhD in Pedagogic Sc., Russian Federation), *Garagonich V.* (D.Sc. in Historical Sc., Ukraine), *Glushhenko A.* (D.Sc. in Physical and Mathematical Sciences, Russian Federation), *Grinchenko V.* (PhD in Engineering, Russian Federation), *Gubareva T.* (PhD in Laws, Russian Federation), *Gutnikova A.* (PhD in Philology, Ukraine), *Datij A.* (Doctor of Medicine, Russian Federation), *Demchuk N.* (PhD in Economics, Ukraine), *Divenko O.* (PhD in Pedagogic Sc., Russian Federation), *Dmitrieva O.A.* (D.Sc. in Philology, Russian Federation), *Dolenko G.* (D.Sc. in Chemistry, Russian Federation), *Esenova K.* (D.Sc. in Philology, Kazakhstan), *Zhamuldinov V.* (PhD in Laws, Kazakhstan), *Zholdoshev S.* (Doctor of Medicine, Republic of Kyrgyzstan), *Zelenkov M.YU.* (D.Sc. in Political Sc., PhD in Military Sc., Russian Federation), *Ibadov R.* (D.Sc. in Physical and Mathematical Sciences, Republic of Uzbekistan), *Il'inskih N.* (D.Sc. Biological, Russian Federation), *Kajrakbaev A.* (PhD in Physical and Mathematical Sciences, Kazakhstan), *Kaftaeva M.* (D.Sc. in Engineering, Russian Federation), *Klinkov G.T.* (PhD in Pedagogic Sc., Bulgaria), *Koblanov Zh.* (PhD in Philology, Kazakhstan), *Koval'ov M.* (PhD in Economics, Belarus), *Kravicova T.* (PhD in Psychology, Kazakhstan), *Kuz'min S.* (D.Sc. in Geography, Russian Federation), *Kulikova E.* (D.Sc. in Philology, Russian Federation), *Kurmanbaeva M.* (D.Sc. Biological, Kazakhstan), *Kurpajanidi K.* (PhD in Economics, Republic of Uzbekistan), *Linkova-Daniels N.* (PhD in Pedagogic Sc., Australia), *Lukienko L.* (D.Sc. in Engineering, Russian Federation), *Makarov A.* (D.Sc. in Philology, Russian Federation), *Macarenko T.* (PhD in Pedagogic Sc., Russian Federation), *Meimanov B.* (D.Sc. in Economics, Republic of Kyrgyzstan), *Muradov Sh.* (D.Sc. in Engineering, Republic of Uzbekistan), *Musaev F.* (D.Sc. in Philosophy, Republic of Uzbekistan), *Nabiev A.* (D.Sc. in Geoinformatics, Azerbaijan), *Nazarov R.* (PhD in Philosophy, Republic of Uzbekistan), *Naumov V.* (D.Sc. in Engineering, Russian Federation), *Ovchinnikov Ju.* (PhD in Engineering, Russian Federation), *Petrov V.* (D.Arts, Russian Federation), *Radkevich M.* (D.Sc. in Engineering, Republic of Uzbekistan), *Rakhimbekov S.* (D.Sc. in Engineering, Kazakhstan), *Rozyhodzhaeva G.* (Doctor of Medicine, Republic of Uzbekistan), *Romanenkova Yu.* (D.Arts, Ukraine), *Rubcova M.* (Doctor of Social Sciences, Russian Federation), *Rumyantsev D.* (D.Sc. in Biological Sc., Russian Federation), *Samkov A.* (D.Sc. in Engineering, Russian Federation), *San'kov P.* (PhD in Engineering, Ukraine), *Selitrenikova T.* (D.Sc. in Pedagogic Sc., Russian Federation), *Sibircev V.* (D.Sc. in Economics, Russian Federation), *Skripko T.* (D.Sc. in Economics, Ukraine), *Sopov A.* (D.Sc. in Historical Sc., Russian Federation), *Strekalov V.* (D.Sc. in Physical and Mathematical Sciences, Russian Federation), *Stukalenko N.M.* (D.Sc. in Pedagogic Sc., Kazakhstan), *Subachev Ju.* (PhD in Engineering, Russian Federation), *Sulejmanov S.* (PhD in Medicine, Republic of Uzbekistan), *Tregub I.* (D.Sc. in Economics, PhD in Engineering, Russian Federation), *Uporov I.* (PhD in Laws, D.Sc. in Historical Sc., Russian Federation), *Fedos'kina L.* (PhD in Economics, Russian Federation), *Khiltukhina E.* (D.Sc. in Philosophy, Russian Federation), *Cuculjan S.* (PhD in Economics, Republic of Armenia), *Chiladze G.* (Doctor of Laws, Georgia), *Shamshina I.* (PhD in Pedagogic Sc., Russian Federation), *Sharipov M.* (PhD in Engineering, Republic of Uzbekistan), *Shevko D.* (PhD in Engineering, Russian Federation).

Publishing house «PROBLEMS OF SCIENCE»

153000, Russian Federation, Ivanovo, Red Army st., h.20, 3th floor, of. 3-3. Phone: +7 (915) 814-09-51.

[HTTP://WWW.IPII.RU](http://www.ipii.ru)

E-MAIL: INFO@P8N.RU

DISTRIBUTION: RUSSIAN FEDERATION, FOREIGN COUNTRIES

Moscow
2024

ISSN 2304–2338 (печатная версия)
ISSN 2413–4635 (электронная версия)

Проблемы современной науки и образования 2024. № 7 (194)

Российский импакт-фактор: 1,72

ИЗДАТЕЛЬСТВО
«Проблемы науки»

Журнал
зарегистрирован
Федеральной
службой по надзору
в сфере связи,
информационных
технологий и
массовых
коммуникаций
(Роскомнадзор)
Свидетельство
ПИ №ФС77–47745

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Учредители журнала: Вальцев С.В., Воробьев А.В.
Главный редактор: Вальцев С.В.
Зам.главного редактора Кончакова И.В.

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

Абдуллаев К.Н. (д-р филос. по экон., Азербайджанская Республика), *Алиева В.Р.* (канд. филос. наук, Узбекистан), *Акбулаев Н.Н.* (д-р экон. наук, Азербайджанская Республика), *Аликулов С.Р.* (д-р техн. наук, Узбекистан), *Ананьева Е.П.* (д-р филос. наук, Украина), *Асатурова А.В.* (канд. мед. наук, Россия), *Аскарходжаев Н.А.* (канд. биол. наук, Узбекистан), *Байтасов Р.Р.* (канд. с.-х. наук, Белоруссия), *Бакико И.В.* (канд. наук по физ. воспитанию и спорту, Украина), *Бахор Т.А.* (канд. филол. наук, Россия), *Баулина М.В.* (канд. пед. наук, Россия), *Блейх Н.О.* (д-р ист. наук, канд. пед. наук, Россия), *Боброва Н.А.* (д-р юрид. наук, Россия), *Богомолов А.В.* (канд. техн. наук, Россия), *Бородай В.А.* (д-р социол. наук, Россия), *Волков А.Ю.* (д-р экон. наук, Россия), *Гавриленкова И.В.* (канд. пед. наук, Россия), *Гарагонич В.В.* (д-р ист. наук, Украина), *Глуценко А.Г.* (д-р физ.-мат. наук, Россия), *Гринченко В.А.* (канд. техн. наук, Россия), *Губарева Т.И.* (канд. юрид. наук, Россия), *Гутникова А.В.* (канд. филол. наук, Украина), *Датий А.В.* (д-р мед. наук, Россия), *Демчук Н.И.* (канд. экон. наук, Украина), *Дивненко О.В.* (канд. пед. наук, Россия), *Дмитриева О.А.* (д-р филол. наук, Россия), *Доленко Г.Н.* (д-р хим. наук, Россия), *Есенова К.У.* (д-р филол. наук, Казахстан), *Жамулдинов В.Н.* (канд. юрид. наук, Казахстан), *Жолдошев С.Т.* (д-р мед. наук, Кыргызская Республика), *Зеленков М.Ю.* (д-р полит. наук, канд. воен. наук, Россия), *Ибадов Р.М.* (д-р физ.-мат. наук, Узбекистан), *Ильинских Н.Н.* (д-р биол. наук, Россия), *Кайракбаев А.К.* (канд. физ.-мат. наук, Казахстан), *Каффаева М.В.* (д-р техн. наук, Россия), *Киквидзе И.Д.* (д-р филол. наук, Грузия), *Клишкова Г.Т.* (PhD in Pedagogic Sc., Болгария), *Кобланов Ж.Т.* (канд. филол. наук, Казахстан), *Ковалёв М.Н.* (канд. экон. наук, Белоруссия), *Кравцова Т.М.* (канд. психол. наук, Казахстан), *Кузьмин С.Б.* (д-р геогр. наук, Россия), *Куликова Э.Г.* (д-р филол. наук, Россия), *Курманбаева М.С.* (д-р биол. наук, Казахстан), *Курпаянцовой К.И.* (канд. экон. наук, Узбекистан), *Линькова-Даниельс Н.А.* (канд. пед. наук, Австралия), *Лукиченко Л.В.* (д-р техн. наук, Россия), *Макаров А. Н.* (д-р филол. наук, Россия), *Мацаренко Т.Н.* (канд. пед. наук, Россия), *Мейманов Б.К.* (д-р экон. наук, Кыргызская Республика), *Мурадов Ш.О.* (д-р техн. наук, Узбекистан), *Мусаев Ф.А.* (д-р филос. наук, Узбекистан), *Набиев А.А.* (д-р наук по геоинформ., Азербайджанская Республика), *Назаров Р.Р.* (канд. филос. наук, Узбекистан), *Наузов В. А.* (д-р техн. наук, Россия), *Овчинников Ю.Д.* (канд. техн. наук, Россия), *Петров В.О.* (д-р искусствоведения, Россия), *Радкевич М.В.* (д-р техн. наук, Узбекистан), *Рахимбеков С.М.* (д-р техн. наук, Казахстан), *Розыходжаева Г.А.* (д-р мед. наук, Узбекистан), *Романенкова Ю.В.* (д-р искусствоведения, Украина), *Рубцова М.В.* (д-р социол. наук, Россия), *Румянцев Д.Е.* (д-р биол. наук, Россия), *Самков А. В.* (д-р техн. наук, Россия), *Саньков П.Н.* (канд. техн. наук, Украина), *Селитренникова Т.А.* (д-р пед. наук, Россия), *Сибирцев В.А.* (д-р экон. наук, Россия), *Скрипка Т.А.* (д-р экон. наук, Украина), *Солов А.В.* (д-р ист. наук, Россия), *Стрекалов В.Н.* (д-р физ.-мат. наук, Россия), *Стукаленко Н.М.* (д-р пед. наук, Казахстан), *Субачев Ю.В.* (канд. техн. наук, Россия), *Сулейманов С.Ф.* (канд. мед. наук, Узбекистан), *Трезуб И.В.* (д-р экон. наук, канд. техн. наук, Россия), *Упоров И.В.* (канд. юрид. наук, д-р ист. наук, Россия), *Федоскина Л.А.* (канд. экон. наук, Россия), *Хилтухина Е.Г.* (д-р филос. наук, Россия), *Цицунян С.В.* (канд. экон. наук, Республика Армения), *Чиладзе Г.Б.* (д-р юрид. наук, Грузия), *Шамишина И.Г.* (канд. пед. наук, Россия), *Шарипов М.С.* (канд. техн. наук, Узбекистан), *Шевко Д.Г.* (канд. техн. наук, Россия).

Издается с 2011
года

Территория
распространения:
зарубежные
страны,
Российская
Федерация

Подписано в
печать:

19.07.2024.

Дата выхода в
свет:

22.07.2024

Формат 70x100/16.

Бумага офсетная.

Гарнитура

«Таймс».

Печать офсетная.

Усл. печ. л. 1,3

Тираж 100 экз.

Заказ № 0059

Свободная цена

© ЖУРНАЛ «ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ
И ОБРАЗОВАНИЯ»/PROBLEMS OF MODERN SCIENCE
AND EDUCATION»

© ИЗДАТЕЛЬСТВО «ПРОБЛЕМЫ НАУКИ»

Содержание

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ.....	4
<i>Скидан М.Н., Кузнецова В.Е.</i> ФОРМИРОВАНИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ / <i>Skidan M.N., Kuznetsova V.E.</i> FORMATION OF STRESS TOLERANCE IN STUDENTS BY MEANS OF PHYSICAL TRAINING	4
<i>Мусаева Л.</i> НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРИРОДА НАСЛЕДСТВЕННОСТИ / <i>Musayeva L.</i> SCIENTIFIC- PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL NATURE OF INHERITANCE	7
АРХИТЕКТУРА	11
<i>Булгаков С.С., Максименко А.Т.</i> СИЛУЭТ ГОРОДСКОЙ ЗАСТРОЙКИ / <i>Bulgakov S.S., Maksimenko A.T.</i> THE SILHOUETTE OF URBAN DEVELOPMENT	11

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ФОРМИРОВАНИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Скидан М.Н.¹, Кузнецова В.Е.²

¹Скидан Мария Николаевна – старший преподаватель,

²Кузнецова Вероника Евгеньевна - кандидат педагогических наук, доцент,
кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин,

Северо-Кавказский филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет правосудия»,
г. Краснодар

Аннотация: студенческий возраст чаще всего приходится на период второй юности или первый период зрелости. Психика у данного контингента достаточно лабильна. Большое количество студентов в настоящее время имеют проблемы с психосоматикой, которая накладывает свой отпечаток не только на психическое здоровье, но и физическое. Подтверждение тому является проведенный анализ повседневной жизни подростков. Каждый студент, не смотря на пол и возраст, испытывает постоянный стресс и эмоциональное напряжение, причинами которых являются учебный процесс, сдача зачетов и экзаменов. В данной работе рассматривается формирование устойчивости психики к стрессовым ситуациям студентов благодаря занятиям физической культурой.

Ключевые слова: стресс, студент, физическая подготовка, физическая активность, физическая культура, физические упражнения.

FORMATION OF STRESS TOLERANCE IN STUDENTS BY MEANS OF PHYSICAL TRAINING

Skidan M.N.¹, Kuznetsova V.E.²

¹Skidan Maria Nikolaevna – senior lecturer,

²Kuznetsova Veronika Evgenievna - Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
DEPARTMENT OF SOCIAL, HUMANITARIAN AND NATURAL SCIENCES,

NORTH CAUCASUS BRANCH OF THE FEDERAL STATE BUDGETARY EDUCATIONAL
INSTITUTION OF HIGHER EDUCATION "RUSSIAN STATE UNIVERSITY OF JUSTICE",
KRASNODAR

Abstract: student age most often falls on the period of the second youth or the first period of maturity. The psyche of this contingent is quite labile. A large number of students currently have problems with psychosomatics, which leaves its mark not only on mental health, but also on physical health. This is confirmed by the analysis of the everyday life of adolescents. Every student, regardless of gender and age, experiences constant stress and emotional tension, the causes of which are the educational process, passing tests and exams. This paper examines the formation of mental resistance to stressful situations in students through physical education classes.

Keywords: stress, student, physical training, physical activity, physical culture, physical exercise.

УДК 796.015.132

Студенты, находясь в социуме, испытывают на себе различного рода давление - в учебе, в коллективе или даже в семье. Оно может иметь различный характер и причины. К примеру, подрастающее поколение часто поддается стрессу и

переживаниям, связанным со страхом оценивания результатов их работ, страхом возможного разочарования со стороны тех, на кого они равняются. Между тем, с каждым годом возрастает нагрузка на интеллектуальную, эмоциональную и мотивационную сферы студента.

Регулярные физические нагрузки вызывают психологическую разрядку и помогают противостоять эмоциональным перегрузкам. Именно поэтому студентам особенно важно уделять время физической подготовке, которая направлена на развитие физических качеств студентов и его гармоничное развитие. Основа физической подготовки - любой вид спорта или отдельный комплекс упражнений, например: гимнастика, бег, аэробика, единоборства, плавание, либо любые другие подвижные игры. Данный комплекс занятий необходим, прежде всего, для укрепления здоровья, повышения иммунитета и увеличения сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам.

Понятие «стресс» стало широко известным в 1936 году в научных трудах канадского физиолога Ганса Селье и подразумевало под собой физиологические процессы, происходящие в организме в ответ на неблагоприятные воздействия. Причем определение категории «неблагоприятное воздействие» не было дано, так как применительно к различным ситуациям она принимает сугубо персонифицированный характер. Иначе говоря, данное воздействие может иметь самые разные причины, и по-разному оказывать влияние на индивида. Для современного студента стресс не является чем-то сверхъестественным, а всего лишь реакцией организма на трудности, которые приводят к психоэмоциональному напряжению.

Любая активность, превышающая имеющиеся ресурсы человека, приводит в действие механизм стресса, который несет функцию адаптации к возникающей трудности. В этом случае стресс имеет положительное значение, что позднее будет рассмотрено более подробно. Однако во всех других случаях стресс вызывает серьезные проблемы со здоровьем, в частности, с психикой.

Учебно-профессиональная деятельность, являясь ведущей в студенческом возрасте, характеризуется высоким уровнем стрессовых нагрузок. Перемены в жизни, учебная нагрузка, сложности с социализацией и адаптацией, разочарование в будущей профессии - все это может послужить «толчком» к формированию стрессового состояния. При чем оно формируется не сразу - постепенно, после преодоления его этапов.

Первым этапом является тревожность, возникающая как ответ организма на раздражитель. На данном этапе у студента наблюдается внезапный всплеск энергии, появляется волнение, подсакивает давление. Начинается выработка так называемых гормонов стресса.

Как и стресс, в небольших количествах, тревожность может быть полезной, помогая человеку справиться и адаптироваться к изменяющимся обстоятельствам. Однако, если тревожность становится более интенсивной и постоянной, «входит в привычку», это может привести к негативным последствиям для психического здоровья.

Кроме того, вместе с тревожностью нередко возникает чувство подавленности и беспоконья, что может выразиться в панических атаках. Данные симптомы имеют психологическое начало. Именно они способны вызвать физиологические симптомы: боли в голове, бессонница, учащенное сердцебиение, нестабильность приемов пищи и невозможность расслабиться, вызванное мышечным напряжением.

Следующий этап - это сопротивление, когда снижается синтез гормонов в организме, но он все так же пытается противостоять стрессовой ситуации. Именно поэтому студент может наблюдать повышение уровня бдительности через обострение зрения и слуха. В данном случае проявляется клинический стресс.

Данная стадия характеризуется снижением эффективности работы иммунной системы и восстановительных процессов, а также изменением работы внутренних органов.

Наиболее эффективными занятиями, повышающими стрессоустойчивость, повышающими эмоциональный фон, а также максимально воздействующими на весь организм, являются следующие:

1. Плавание. Им могут заниматься студенты с практически любым уровнем физической подготовки и состоянием здоровья.

2. Йога. Данные занятия можно охарактеризовать как совокупность различных физических и умственных упражнений, которая состоит из дыхательных упражнений и медитаций. Именно йога поможет улучшить самосознание, внимательность и концентрацию.

Для борьбы со стрессом отлично подойдут такие техники из йоги, как полное йоговское дыхание, ситали пранаяма, трехчастное дыхание (Дирга Пранаяма) и поза дерева (Врикшасана). Данные упражнения помогут расслабиться и снизить уровень стресса за сравнительно короткий промежуток времени – от 10 до 30 минут.

Дыхание играет особенно важную роль в регулировке психоэмоциональных состояний. Вдох через нос повышает тонус коры головного мозга, а выдох – снижает, что в свою очередь помогает нормализовать сердцебиение, которое так важно для поддержки организма «в тонусе».

3. Бег и легкоатлетические упражнения. Они помогают овладеть студентам простейшими формами соревнований, а так же формируют морально-волевые качества личности.

4. Гимнастика. Концентрация, необходимая для выполнения движений, поддержания равновесия и совершенствования техники, требует полного внимания, что позволяет полностью сосредоточиться на понимании своего физического состояния.

Физическая активность восполняет потребность организма в работе, так как повышает работоспособность и укрепляет здоровье студента. Однако стресс, на любой его стадии, оказывает огромное влияние на состояние здоровья и общего самочувствия, поэтому так важно уметь прислушиваться к себе.

С другой стороны, стресс, который не вызывает особого дискомфорта и негативных последствий, даже полезен, так как вполне способен закалять психику и подготавливать его к более сложным ситуациям в будущем, в чем и выражается феномен адаптации человека ко всему новому.

Однако, существование положительного стресса вовсе не означает, что нет необходимости заниматься его профилактикой, особенно тогда, когда речь идет о физической подготовке, которая имеет важную роль в улучшении общего самочувствия, и ни в коем случае лишним не представляется.

Таким образом, стресс, как особая реакция организма на окружающие его вещи и события, является вполне естественным, если не приносит дискомфорт человеку. В противном же случае, такая реакция наносит непоправимый урон организму. И тогда на помощь может прийти физическая активность, которая дает ряд преимуществ студентам, борющимся со стрессовым состоянием. Включив физическую активность в свой распорядок дня, учащиеся не только улучшают свое общее самочувствие, но и снижают риск психологического истощения со всеми его последствиями в виде различного рода заболеваний.

Важно отметить, что физическая активность - это лишь одна из многих стратегий, которую студенты могут использовать не только ради формирования устойчивости к стрессовым ситуациям, но и ради укрепления своего здоровья.

Список литературы / References

1. *Ананьева И.В.* Роль физической культуры в формировании психологической устойчивости студента к стрессовым ситуациям / И.В. Ананьева, Д.А. Хван. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2023. — № 18 (465). — С. 263-264. — URL: <https://moluch.ru/archive/465/102365/> (дата обращения: 21.01.2024).
2. *Акарачкова Е.С.* Стресс: причины и последствия, лечение и профилактика. Клинические рекомендации / Е.С. Акарачкова, А.И. Байдаулетова, А.А. Беляев, Д.В. Блинов, О.А. Громова, М.С. Дулаева. — СПб.: Скифия-принт; М.: Профмедпресс, 2020. — 138 с.
3. *Гучева А.Д.* Профилактика психоэмоционального выгорания обучающихся по программам СПО средствами физической культуры. — 2020. — С. 4.
4. Департамент здравоохранения Ханты-Мансийского автономного округа. Антистресс. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://dzhmao.ru/info/zdorovyyu-obraz-zhizni/antistres.php> (дата обращения: 21.01.2024).
5. *Киселева Е.В.* Стресс у студентов в процессе учебно-профессиональной подготовки: причины и последствия / Е.В. Киселева, С.П. Акутина. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 6 (140). — С. 417-419. — Режим обращения: <https://moluch.ru/archive/140/39480/> (дата обращения: 21.01.2024).
6. *Палаткин А.Ю.* Методические рекомендации «Общая физическая подготовка» / А.Ю. Палаткин. - Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Юность», 2019. — 8 с.
7. *Шогенов Б.Ю., Кумахова Д.Б.* Влияние стресса на человека // Журнал Экономика и социум. — 2020. — № 1 (68). — 917-929 с.

НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРИРОДА НАСЛЕДСТВЕННОСТИ

Мусаева Л.

*Мусаева Лала – преподаватель,
Азербайджанский государственный педагогический университет,
г. Баку, Азербайджанская Республика*

Аннотация: невозможно достичь успеха без знания психологических основ изучения морфологических правил в начальных классах, без учета психологических требований. Для этого прежде всего необходимо обратиться к объяснению языка и речи с психологической стороны, ознакомиться с механизмом понимания грамматических понятий. Речь тесно связана с мышлением. Столкнувшись с проблемой, ученик неизбежно обращается к речи. Формы мышления (суждения, умственные выводы) постепенно формируются у учащихся и достигают определенного уровня, но заметно проявляются и в интеллектуальных процессах (анализ, сочинение, обобщение, сравнение и т.д.). Для мыслительной деятельности человека большое значение имеет не только наследственное познание, но и речь. Развитию речевых навыков детей уделяется особое внимание с момента начала обучения. В этот период они практикуют правильное произношение большинства звуков и слов родного языка и значительно расширяют свой словарный запас.

Ключевые слова: формы мышления, речь, ученик, речевые навыки, познание, обобщение.

SCIENTIFIC-PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL NATURE OF INHERITANCE

Musayeva L.

*Musayeva Lala – Teacher,
AZERBAIJAN STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY,
BAKU, REPUBLIC OF AZERBAIJAN*

Abstract: *it is impossible to achieve success without knowledge of the psychological foundations of studying morphological rules in the primary grades, without taking into account psychological requirements. To do this, first of all, it is necessary to turn to an explanation of language and speech from the psychological side, to become familiar with the mechanism of understanding grammatical concepts. Speech is closely related to thinking. When faced with a problem, the pupil inevitably turns to speech. Forms of thinking (judgments, conclusions) are formed in students gradually and reach a certain level, but are also noticeably manifested in intellectual processes (analysis, composition, generalization, comparison, etc.). For human mental activity, not only hereditary cognition, but also speech is of great importance. Particular attention is paid to the development of children's speech skills from the moment they begin training. During this period, they practice the correct pronunciation of most sounds and words of their mother tongue and significantly expand their vocabulary.*

Keywords: *forms of thinking, speech, student, speech skills, cognition, generalization.*

Во время общения стремятся контролировать выразительность, скорость, темп и интонацию речи. Наблюдения и опыт показывают, что успех всей учебно-воспитательной работы в школе во многом зависит от успехов учащегося в изучении родного языка. Следует также отметить, что обогащение словарного запаса и расширение сферы общения не означает овладения грамматическим составом языка. Дошкольный период – это период, в котором преобладает подражание. Лишь на фоне школьного обучения начинается формирование осознанного отношения к языку.

Морфологические понятия имеют в реальной действительности свой предмет. Этот предмет представляет собой психические особенности языка, речи, мышления и других познавательных процессов учащегося в действии. Овладевая языком, органически связанным с мышлением, ребенок приобретает мощное оружие для общения с людьми, обмена идеями и понимания окружающего мира.

Морфологические правила преподаются экспериментально с первого года обучения. В первом классе учащийся, приобретающий умение оперировать словами, обозначающими имена, знаки и действия, постепенно готовится к усвоению морфологических правил. Такое слово указывает на имя, знак, действие, состояние и т. д. вещи.

На этом этапе учащиеся не видят разницы между предметом и словом. В их сознании существует конфликт между формой и содержанием, лексикой и грамматикой. Слово представляет собой единство лексического и грамматического значения. Слово служит последовательным обобщением предмета. Слово позволяет обучающемуся выявить наиболее важные особенности предмета и может отнести их к определенной категории. Поэтому, с одной стороны, каждое слово обобщает, с другой стороны, оно означает индивидуализированное, конкретное название какого-либо качества, свойства или отношения какого-либо предмета, а также других понятий, возникающих в сознании человека, короче говоря, существования. Владеть словом значит овладеть смыслом.

Изучая язык, человек не только усваивает лексическую систему значений слов, но и усваивает функции грамматических единиц. Грамматическое понимание слов происходит тогда, когда учащийся изучает имена, знаки, действия, числа и т. д. Такая ситуация возникает только в тот период, когда наступает определенный предел развития познавательных процессов, таких как эмоция, восприятие, память, мышление и воображение.

Высшее положение наглядно-образного мышления у младших школьников обуславливает необходимость использования в обучении естественной или символической визуализации. В этом смысле яркая скорость, создаваемая учителем посредством слов в сознании учащихся, заменяет наглядность.

Морфологические понятия представляют собой обобщенное развитие системы знаний, относящихся к морфологии, объективно существующей в языке. Состав морфологических понятий – это единство важных знаков и понятий языковых явлений. Это также оружие интеллектуальной деятельности с правилами самого языка. Высокий уровень развития познавательных процессов, таких как восприятие, память, мышление, воображение, базируется на информации, полученной с помощью языковых материалов и языковых правил. Поскольку части речи представляют собой систему обобщенных знаний, механизм их усвоения сравнительно сложен. Мышление органически связано с речью, поскольку выражается в словах понятием, которое является развитием предметного мира, в данном случае мышление осуществляется посредством речи. Слова – это сигналы, которые выражаются в общем виде материальными объектами и событиями.

В большинстве случаев преподаватели не ориентируют учащихся на восприятие слова как единицы, имеющей определенное значение, на понимание того, что это значение принадлежит группе слов и имеет особую форму, на определение связи между формой слова и его грамматической формой. Иными словами, учащихся не волнует формирование «лингвистического отношения» к словам.

Поэтому важно заботиться об изучении лексического и грамматического значения слов в процессе речевого развития с первого класса. Когда у учеников возникает интерес к языку, они идут более естественным и подходящим путем, обращаясь к языковому фактору в теоретической информации, а не исходя из языковых фактов. Любопытство лежит в основе изучения науки, и это любопытство должно быть интегрировано в жизненные навыки. Усвоение знаний, связанных с событиями реальной жизни, является одним из ведущих принципов образования.

Целью школьного обучения должно быть предоставление знаний и умений в относительно короткий срок, активизация его мышления, регулирование и укрепление его познавательного поля, обогащение его языка новыми словоформами, нагруженными лексическим и грамматическим значением.

Как и другие психологические особенности речи, она возникла в результате автоматизации у людей при длительном ограничении. Но играют ли интересные знания роль в построении речи? В 1930-1932 годах грамматические материалы не входили в содержание предмета родного языка в средней школе. В этот период ряд лингвистов, методистов и преподавателей повторили в различных вариантах взгляды антиграмматистов примерно полувекской давности. У них был совершенно механический подход к речи и грамматическим навыкам. Поскольку мы не считаем эту идею приемлемой, те, кто неправильно понимает реформу на современном этапе, когда реформа учебной программы проводится в школах, не оглядываясь назад, подчеркивают, что приоритет должен быть отдан не только знаниям, но и способностям.

Психологические исследования показали, что учащиеся не могут достичь этого необходимого успеха, не создав основу полного ознакомления с приобретенными ими знаниями, навыками и привычками. Приобретение знаний и умений начинается с фундамента документации, прежде всего, когда ученики усваивают базовые

сведения о том, какой материал изучать, как и зачем. Такое ознакомление не только обеспечивает правильное выполнение работы, но и позволяет выбрать наиболее эффективный из возможных способов его высказывания. Говоря о психологических основах изучения морфологических понятий в начальных классах, не следует забывать, что при усвоении морфологических понятий в этот период следует учитывать возрастные особенности и уровень знаний младших школьников.

Психологические исследования показывают, что включать проблемные элементы в методику обучения можно при изучении слов, обозначающих имена, знаки и действия, начиная с первого класса. Таким образом, слова (глаголы), обозначающие название действия, отличаются от слов (существительных), обозначающих название предмета. Если слова (существительные), обозначающие название, сравнительно легко понять, поскольку они относятся к конкретному предмету, то абстрактность проявляется в словах, обозначающих название действия. Когда эта абстракция связана с конкретным объектом, она адаптируется к познавательным способностям ученика. Сравнительное понимание морфологических понятий по отношению друг к другу повышает качество усвоения. Поэтому для обучения морфологическим понятиям, помимо обобщения, следует серьезно отнестись к дифференциации и пониманию сходных и разных сторон частей речи.

Если морфологическим понятиям на начальном этапе даётся практическое применение, предпочтительнее преподавать теоретическую основу от класса к классу. Преподавание морфологических понятий в начальных классах осуществляется преимущественно индуктивным и дедуктивным путем. В первом случае учащийся изучает вещи, события и факты индивидуально, в этом случае определения и правила выводятся из наблюдений, сделанных над фактами, переходя от частного к общему. Например, учащийся сначала оперирует словами, отвечающими на вопросы кто, что и где, сначала группирует их, а затем приходит к общему выводу. Слова, отвечающие на вопрос «кто», «что», «где» обозначают название сущности. Слова, выражающие название объекта, называются существительными. В III-IV классах делаются более широкие обобщения.

Одним из основных вопросов, привлекающих внимание на психологической основе изучения морфологических правил, является выявление фактов и действий, способных затруднить познавательный процесс, и устранить их вредные последствия. Для этого необходимо выяснить обстоятельства и причины происшествя до его сути. И вмешательство, и перенос привычек возникают по одной и той же причине и в одних и тех же условиях. Эти два результата возникают в результате встречи и адаптации сходных понятий, привычек и научной информации определенным образом. Даже в зависимости от построения обучения в одних и тех же условиях встреча этих сходств может иметь как положительные, так и отрицательные последствия. Два результата следует разделить и применить, поскольку отдельные события не помогут.

Список литературы / References

1. *Абдуллаев А. Методика преподавания азербайджанского языка в начальных классах Баку, 1962 г.*
2. *Джафарли С. Спорные вопросы о частях речи (Прилагательное и глагол). Институт рукописей имени М.Физули НАНА. 2012 №10. стр. 231-236.*
3. *Эфендизаде А., Ахмедов Б. Азербайджанский язык (учебник для V класса), Баку, «Маариф», 1999, 270 с.*
4. *Исмайлова Г. Части предложения и части речи/Язык и литература. Международный научно-теоретический журнал. 2013 № 4 (88), стр. 351-352.*
5. *Каримов Ю. Методика преподавания родного языка. Баку, 2011 г.*

АРХИТЕКТУРА

СИЛУЭТ ГОРОДСКОЙ ЗАСТРОЙКИ

Булгаков С.С.¹, Максименко А.Т.²

¹Булгаков Сергей Сергеевич - студент,
профиль «Проектирование зданий»;

²Максименко Александр Тимофеевич - кандидат архитектуры, профессор,
кафедра строительной инженерии,
Инженерный институт, Северо-Кавказский федеральный университет,
г. Ставрополь

Аннотация: в статье приводятся примеры совершенствования архитектурно-планировочных и инженерно-технических принципов формирования жилых зданий, стремление к более сложным, содержательным решениям их силуэтов. Это позволяет создавать качественные, запоминающиеся архитектурные композиционные решения городской застройки, отдельных зданий и эстетических элементов зданий, так как архитектурные качества должны отвечать требованиям общества к городской среде, обеспечивая повышение ее эстетических качеств.

Ключевые слова: архитектура, архитектурный комплекс, городская застройка, объемно-пространственная композиция, пластика, силуэт, фасад.

THE SILHOUETTE OF URBAN DEVELOPMENT

Bulgakov S.S.¹, Maksimenko A.T.²

¹Bulgakov Sergey Sergeevich - student,
PROFILE "BUILDING DESIGN";

²Maksimenko Alexander Timofeevich - candidate of architecture, professor,
DEPARTMENT OF CONSTRUCTION ENGINEERING, ENGINEERING INSTITUTE, NORTH
CAUCASUS FEDERAL UNIVERSITY,
STAVROPOL

Abstract: the article provides examples of improving the architectural and planning and engineering principles of the formation of residential buildings, the desire for more complex, meaningful solutions to their silhouettes. This allows you to create high-quality, memorable architectural compositional solutions for urban buildings, individual buildings and aesthetic elements of buildings, since architectural qualities must meet the requirements of society for the urban environment, ensuring an increase in its aesthetic qualities.

Keywords: architecture, architectural complex, urban development, volumetric-spatial composition, plastic, silhouette, facade.

УДК 711.01

В классическом понимании в функции объекта архитектурного творчества - градостроительство заложены определяющие направления создания городской структуры как искусственной среды, в наибольшей степени, удовлетворяющей материальные и духовные потребности населения. С течением времени, при формировании ткани городской застройки совершенствуются архитектурно-планировочные и инженерно-технические принципы формирования жилых зданий. Наряду с ними должны обретать ведущее значение вопросы совершенствования эстетики застройки городской среды: объемно-пространственная организация застройки и аспекты ее восприятия; формирование индивидуализации фасадов и их архитектурных решений; взаимоотношения отдельных частей застройки, зданий и их

фасадов; взаимоотношения фрагментов фасадов и отдельных элементов; взаимосвязь застройки, отдельных зданий и архитектуры природного окружения.

Современная практика градостроительства отличается застройкой городских территорий безликими «на одно лицо» зданиями с невыразительными фасадами, без архитектурной детализации и без учета особенностей исторической застройки и качеств природного окружения. Повсеместным или обыденным стала застройка сплошной стеной значительной протяженности. Такие стены формируют панорамы застройки, состоящей из зданий одной высоты с одинаковыми фасадами, с ограниченной пластикой поверхностей стен.

Современные технологии строительной индустрии представляют широкую палитру возможностей, позволяющую создавать качественные, запоминающиеся архитектурные композиционные решения городской застройки, отдельных зданий и эстетических элементов зданий.

Современны и актуальны задачи исследования принципов формирования объемно-пространственной композиции городской застройки и аспекты ее эстетического восприятия, где существенную роль должны играть функционально-планировочные, конструктивно-технологические, природно-климатические и эстетические факторы.

Более детально рассмотрим в формировании объемно-пространственной композиции городской застройки стремление к более сложным, содержательным решениям силуэта. Имея характерный, контрастирующий с рядовыми домами, как правило, силуэт, вертикальный объем и оригинальные формы, высотные здания могут играть особую роль в визуальном восприятии городской застройки, оказывая на нее значительное влияние. Учитывая это, их можно успешно использовать в качестве композиционных акцентов на площадях, улицах или в панораме района, так как силуэт отдельных зданий будет непосредственно влиять и на общий силуэт городской застройки. Но вместе с тем необходимо помнить, что их архитектурные качества должны отвечать требованиям общества к городской среде, обеспечивая повышение ее эстетических качеств. Поэтому содержательность силуэта необходимо связывать с отражением своеобразия рельефа местности, силуэтных особенностей исторической среды города, с созданием единого образа в целом. Причиной схематизма силуэта до недавнего времени было использование однотипных приемов объемно-пространственной организации застройки, ограниченного числа формировавших ее типов зданий, элементарность их собственно пластической разработки.

Обогащение силуэта является прежде всего одним из средств достижения разнообразия архитектурной среды, так как силуэт во многом выступает носителем информации о существенных объемно-пространственных особенностях архитектурного комплекса.

Силуэт многих ансамблей и отдельных зданий несет богатую визуальную информацию. Эта информация, как правило, не раскрывается сразу. Рассмотрим на примере два здания, запроектированные норвежской архитектурной студией A-lab, представленных на рисунке 1.



Рис. 1. Здания норвежской архитектурной студии A-lab, слева на фото 1-ое офисно-жилое здание, справа 2-ое офисное здание, реализация 2012 г.

С дальних точек один уровень обобщения со своей степенью сложности зданий; по мере приближения к объектам визуальное разнообразие возрастает. Зрителю открываются все новые элементы и отношения. При перемещениях вдоль фронта застройки силуэт комплекса также активно меняется, но уже вследствие различных визуальных смещений элементов относительно друг друга. Существенные особенности построения силуэта, обусловленные его изменениями при движении, прослеживаются в этой композиции архитектурных ансамблей. С первого взгляда были использованы простые геометрические формы, но в определенной последовательности, придающие обоим зданиям определенную привлекательность, показывая вид сложной объемно-пространственной композиции: ступенчатая конструкция покрытия с террасными насаждениями, ступенчатые прямоугольные вырезы в самих фасадах здания. Отдельные детали фасадов зданий обогащают общий силуэт застройки, позволяющие создать качественные, запоминающиеся архитектурно-композиционные решения городской застройки.

Тенденция к созданию выразительных архитектурных комплексов, которые являются акцентными в застройке, выражена также относительно новыми приемами установления их связи, местных неожиданных раскрытий в природу, обыгрыванием естественного рельефа. Рассмотрим пример, жилой комплекс в городе Милане, спроектированный архитектором Стефано Боззи, который представлен на рисунке 2.



Рис. 2. Жилой комплекс Bosco Verticale, архитектор Стефано Боэри, реализация 2013 г.

Ограждения балконов носят характер незапрограммированной случайности в их взаимном расположении и зеленые насаждения на них настолько контрастны к фону, что именно это и определяет силуэт фасада, нивелируя при этом все остальное. Здесь мы находим адекватное выражение на пластическом уровне композиции комплекса его автономных микропространств. Сами пластические связи этих зон служат своего рода акцентными элементами при восприятии с ближних и дальних ракурсов человека на основных путях его движения.

Несомненно, пластическая рельефность фасада (наличие активно выступающих и западающих по отношению к основной поверхности элементов и смещение относительно друг друга) способствует визуальной разнообразию. Это объясняется тем, что пространственное взаиморасположение элементов поверхности выявляется визуально наиболее активным пространственным признаком, определяя активные светотеневые различия фасада, иногда дополняемые различием фактуры и цвета.

Формирование выразительного силуэта предполагает использование различных композиционных средств, связанных с общей объемно-пространственной организацией, хотя на практике они органически переплетаются друг с другом. Все же собственно пластические средства могут быть условно выделены и рассмотрены как самостоятельный компонент, который целесообразно учитывать при формировании силуэта архитектурного комплекса. Так, например, жилой комплекс построенный в г. New-York, спроектированный архитектором Николасом Гримшо, изображен на рисунке 3.



Рис. 3. Жилой комплекс Via Verde, архитектор Николас Гримио, реализация 2011 г.

Серия последовательных террас крыши сверху вниз по-своему воспринимается с различных точек. С нижней точки обзора создается интересная пространственная композиция, многоуровневая ступенчатая конструкция покрытия, если же рассмотреть этот жилой комплекс с верхнего ракурса, то крыши образуют каскад зеленых ступеней, которые ведут в парк, разбитый вокруг дома на уровне земли. Пластическое образование жилого комплекса дополняет природный ландшафт своими зелеными насаждениями, обогащает окружающую архитектурную среду.

Мы рассмотрели следующие возможные средства активизации силуэта жилых зданий:

- усложнение планировочных и объемно-пространственных конфигураций групп зданий и отдельных зданий там, где это рационально;
- использование разновысотности компоуемых объектов, их ступенчатость по отношению друг к другу;
- усложнение фасадов с помощью технических устройств верхней зоны, эркеров, выноса элементов лестничных клеток, глухих ограждений балконов, зеленых насаждений и т. п.

Стоит отметить то, что пластика единичных объемов также способна не только оказывать непосредственное влияние на их собственный силуэт, но и на формирование силуэта всего массива.

Подобные примеры указывают на то, что использование в композиции индустриальных жилых массивов уникальных по характеру объектов, форм, материалов, имеющих принципиально иную образно-стилистическую нагрузку, требует весьма продуманного решения.

Подход к анализу на основе функций объемно-пространственного и пластического уровня, а также на основе описания отношений элементов по различным признакам, дает возможности более углубленного и детального исследования силуэта городской застройки.

Список литературы / References

1. *Дыховичный Ю.А.* Архитектурные конструкции многоэтажных зданий. Учебное пособие. М., Архитектура-С, 2006. - 248с.
2. *Иконников А.В.* Функция, форма, образ в архитектуре. М.: Стройиздат, 1986.
3. *Кириллова Л.И., Стригалева А.А., Хан-Магомедов С.О. и др.* Теория композиции в советской архитектуре. ЦНИИ теории и истории архитектуры. – М.: Стройиздат, 1986. – 256 с.: ил.
4. *Лисициан М.В.* Архитектурное проектирование жилых зданий. Учебное пособие, М.: Архитектура – Москва, 2006. – 488с.
5. *Маклакова Т.Г.* Архитектурно-конструктивное проектирование зданий. Том 1. Жилые здания; Архитектура-С - Москва, 2010. - 328 с.
6. *Сомов Георгий Юрьевич* Пластика архитектурной формы в массовом строительстве / Г.Ю. Сомов; ЦНИИ теории и истории архитектуры. - М.: Стройиздат, 1986. - 206,[1] с. : ил.; 17 см.
7. *Фремpton К.* Современная архитектура: Критический взгляд на историю развития / Пер. с англ. Е.А. Дубченко. – М.: Стройиздат, 1990. – 533 с.

НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ

ИЗДАТЕЛЬСТВО
«ПРОБЛЕМЫ НАУКИ»

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
153000, РФ, ИВАНОВСКАЯ ОБЛ., Г. ИВАНОВО,
УЛ. КРАСНОЙ АРМИИ, Д. 20, 3 ЭТАЖ, КАБ. 3-3,
ТЕЛ.: +7 (915) 814-09-51.

HTTP://WWW.IPI1.RU
E-MAIL: INFO@P8N.RU

ТИПОГРАФИЯ:
ООО «ПРЕССТО».
153025, РФ, ИВАНОВСКАЯ ОБЛ., Г. ИВАНОВО,
УЛ. ДЗЕРЖИНСКОГО, Д. 39, СТРОЕНИЕ 8

ИЗДАТЕЛЬ:
ООО «ОЛИМП»
153002, РФ, ИВАНОВСКАЯ ОБЛ., Г. ИВАНОВО, УЛ. ЖИДЕЛЕВА, Д. 19

УЧРЕДИТЕЛИ ЖУРНАЛА: ВАЛЬЦЕВ СЕРГЕЙ ВИТАЛЬЕВИЧ,
ВОРОБЬЕВ АЛЕКСАНДР ВИКТОРОВИЧ



ИЗДАТЕЛЬСТВО «ПРОБЛЕМЫ НАУКИ». [HTTPS://WWW.SCIENCEPROBLEMS.RU](https://www.scienceproblems.ru)
ISSN 2304-2338(Print), ISSN 2413-4635(Online). EMAIL: INFO@P8N.RU, +7(915)814-09-51

 **РОСКОМНАДЗОР**
СВИДЕТЕЛЬСТВО ПИ № ФС 77-47745



**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ «ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ»
/PROBLEMS OF MODERN SCIENCE AND EDUCATION»
В ОБЯЗАТЕЛЬНОМ ПОРЯДКЕ РАССЫЛАЕТСЯ:**

1. ФГБУ "Российская государственная библиотека".
Адрес: 143200, г. Можайск, ул. 20-го Января, д. 20, корп. 2.
2. Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации.
Адрес: 127006, г. Москва, ГСП-4, Страстной б-р, д.5.
3. Библиотека Администрации Президента Российской Федерации.
Адрес: 103132, г. Москва, Старая площадь, д. 8/5.
4. Парламентская библиотека Российской Федерации.
Адрес: 125009, г. Москва, ул. Охотный Ряд, д. 1.
5. Научная библиотека Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова (МГУ), Москва.
Адрес: 119192, г. Москва, Ломоносовский просп., д. 27.

ПОЛНЫЙ СПИСОК НА САЙТЕ ЖУРНАЛА: [HTTPS://IP11.RU](https://ip11.ru)



Вы можете свободно делиться (обмениваться) — копировать и распространять материалы и создавать новое, опираясь на эти материалы, с **ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ** указанием авторства. Подробнее о правилах цитирования: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.ru>

ЦЕНА СВОБОДНАЯ