



Научно-исследовательский журнал «Педагогическое образование» / *Pedagogical Education*  
<https://po-journal.ru>  
2025, Том 6, № 6 / 2025, Vol. 6, Iss. 6 <https://po-journal.ru/archives/category/publications>  
Научная статья / Original article  
Шифр научной специальности: 5.8.2. Теория и методика обучения и воспитания (по областям и уровням образования) (педагогические науки)  
УДК 37.012

## Восприятие рефлекса цели обучающихся с разной степенью ограничений по здоровью согласно концепции А.А. Ухтомского

<sup>1</sup> Хромина С.И.,

<sup>1</sup> Бабина А.А.,

<sup>2</sup> Ананьев В.Н.,

<sup>1</sup> Тюменский Индустриальный университет

<sup>2</sup> Институт медико-биологических проблем РАН

**Аннотация:** в статье рассматриваются особенности восприятия "рефлекса цели" у обучающихся с разной степенью ограничений по здоровью в контексте учебно-тренировочного процесса согласно концепции А.А. Ухтомского о доминантах. Доминанта "рефлекса цели" представлена как процесс и как результат готовности к определённому поведению в учебно-тренировочном процессе. Учебно-тренировочный процесс выступает как условие проявления "ведущих доминант" целеполагающего поведения у обучающихся с разными особенностями и ограничениями здоровья. Показаны ведущие доминанты восприятия "рефлекса цели" у обучающихся с разной степенью ограничений по здоровью при определении ими целей в учебно-тренировочном процессе. Эти доминанты представлены как особенности восприятия обучающимися учебно-тренировочного процесса, как особенности определения обучающимися с разной степенью ограничений по здоровью личностных смыслов и задач образовательного процесса. Для этих целей была разработана программа ЭВМ № 2025617194, представляющая собой анализ выраженности составных частей понятия "счастье" как доминант пищевой, половой, самосохранения, рефлекса цели и других согласно учению А.А. Ухтомского о доминанте. Программа получила свидетельство о государственной регистрации в реестре программ ЭВМ от 24 марта 2025 года.

**Ключевые слова:** обучающиеся с разными ограничениями здоровья, рефлекс цели, концепция А.А. Ухтомского, учебно-тренировочный процесс

**Для цитирования:** Хромина С.И., Бабина А.А., Ананьев В.Н. Восприятие рефлекса цели обучающихся с разной степенью ограничений по здоровью согласно концепции А.А. Ухтомского // Педагогическое образование. 2025. Том 6. № 6. С. 18 – 23.

Поступила в редакцию: 03 апреля 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 02 мая 2025 г.; Принята к публикации: 10 июня 2025 г.

## Perception of the reflex of the goal of students with varying degrees of health limitations according to the concept of A.A. Ukhtomsky

<sup>1</sup> Khromina S.I.,

<sup>1</sup> Babina A.A.,

<sup>2</sup> Ananyev V.N.,

<sup>1</sup> Industrial University of Tyumen

<sup>2</sup> Institute of Biomedical Problems of the Russian Academy of Sciences

**Abstract:** the article examines the peculiarities of perception of the "goal reflex" in students with different degrees of health limitations in the context of the educational and training process according to the concept of

A.A. Ukhtomsky on dominants. The dominant of the "goal reflex" is presented as a process and as a result of readiness for a certain behavior in the educational and training process. The educational and training process acts as a condition for the manifestation of the "leading dominants" of goal-setting behavior in students with different characteristics and health limitations. The leading dominants of the perception of the "goal reflex" in students with different degrees of health limitations are shown when they define goals in the educational and training process. These dominants are presented as features of the perception of the educational and training process by students, as features of the definition of personal meanings and objectives of the educational process by students with different degrees of health limitations. For these purposes, computer program No. 2025617194 was developed, which is an analysis of the expression of the constituent parts of the concept of "happiness" as dominants of food, sexual, self-preservation, goal reflex and others according to the teaching of A.A. Ukhtomsky on the dominant. The program received a certificate of state registration in the register of computer programs on March 24, 2025.

**Keywords:** students with different health limitations, the reflex of purpose, the concept of A.A. Ukhtomsky, the educational and training process

**For citation:** Khromina S.I., Babina A.A., Ananyev V.N. Perception of the reflex of the goal of students with varying degrees of health limitations according to the concept of A.A. Ukhtomsky. Pedagogical Education. 2025. 6 (6). P. 18 – 23.

The article was submitted: April 03, 2025; Approved after reviewing: May 02, 2025; Accepted for publication: June 10, 2025.

## Введение

Философско-антропологическая концепция учения А.А. Ухтомского о доминатах основана на системном подходе, базирующемся на стыке философии, психофизиологии и социологии. Принцип доминанты А.А. Ухтомского в кратком изложении состоит в том, что в каждый момент времени в нервной системе существует лишь одна активная доминирующая констелляция, тормозящая прочие центры [10].

Однако, "доминанта – это целый комплекс проявлений, находящих воплощение в мышцах, секреторной, сосудистой системах. И когда возобновляется деятельность доминанты, достаточно восстанавливается весь комплекс центральных, мышечных, выделительных и сосудистых явлений" [5, с. 131].

Доминанта рефлексии в работах учёного представлена как мыслительный процесс, где рефлексия рассматривается в контексте эмоционально-волевой сферы и отражает доминанту "психологической готовности" к напряжённой интеллектуальной работе, волевому усилию и осознанному принятию решения.

В понимании сущности рефлексии, доминату стоит рассматривать во взаимосвязи с мышлением как рефлексивный процесс, причём, "в рефлексивном обрамлении и как процесса и как результата" [8]. Соответственно, бытие человек видит через призму рефлексивного процесса, в том числе, путём волевых усилий к пониманию и осознанию своих эмоций и потребностей в контексте реального положения вещей.

Стоит отметить, что большое значение А.А. Ухтомский придавал "осознанности" индивидуально-личностных переживаний, которые позволяют "понять человеческий опыт и самого себя". Такое понимание "в рефлексивном обрамлении" учёный рассматривает через категорию счастья, где "главным является не комфорт и успех, а способность понять себя в диалоге с другим, проявляя упорство и волю" [6, 7], а значит, проявляя способность к рефлексивным умениям "осознанно и целенаправленно".

Современные мировоззренческие позиции в понимании принципов системы социальных взаимодействий сегодня также остаются актуальны. Обучение в вузе является важным этапом в жизни человека, где социальное взаимодействие выстраивается на основании определённых "целевых ориентиров". Важная роль при этом отводится образовательному процессу, в данном случае рассматривается так называемый "рефлекс цели" обучающегося в учебно-тренировочном процессе [1]. Необходимым становится направленность поведения обучающегося на "одну задачу, которая характеризуется избирательностью его восприятия" [2]. Обучающимся необходимо понимать не только свои интересы и потребности, но и самостоятельно выстраивать свою траекторию развития согласно именно своим целям и ожиданиям, которые являются некой доминантой, позволяющей осознать и проанализировать свою индивидуально-личностную траекторию развития. Осознание этого представляется как один из принципов работы головного мозга "как доминанту, которая объединяет всю работу нервной системы, организма, направленную на достижение какого-либо полезного результата. Так, вся поступающая информация обрабатывается с точки зрения доминанты" [3, с. 98].

То, как обучающиеся представляют процесс учебно-тренировочной деятельности и то, что они ожидают от него и "готовы воспринимать" определяет в конечном итоге постановку определённых задач образователь-

ного процесса. Стоит отметить также, что задачи учебно-тренировочного процесса определяются также в соответствии с возможностями обучающихся, их особенностями здоровья. Соответственно, актуальным стало изучение у обучающихся ведущей доминанты поведения "рефлекса цели" в процессе учебно-тренировочной деятельности. Ведь именно "рефлекс цели", согласно учению А.А. Ухтомского, определяет специфику мыслительной деятельности обучающихся, обуславливая отражение психической действительности и особенностей духовной жизни личности. "Рефлекс цели" это что-то "загадочное и далёкое", то, что располагается между земными удовольствиями и наслаждениями и, одновременно, позволяет мысленно парить над этими мирскими удовольствиями [9, с. 37]. Соответственно, обучающиеся ставят свои "индивидуальные цели" в учебно-тренировочном процессе и, тем самым, определяют задачи, которые позволяют им выбрать именно "свой индивидуальный" способ тренировочной деятельности.

"Доминанты" поведения, которые проявляются у обучающихся в определении "целеполагания" во время обучения, отражают не только их представления содержательной стороны и ценности учебно-тренировочного процесса как такового, но и возможности организма, адаптационные ресурсы и здоровье. Доминанта представляет собой некую "установку, которая является проявлением всех форм человеческой активности" [4], соответственно, "рефлекс цели как целеполагание" представляет собой ориентацию на некие ценности и ожидания от учебно-тренировочного процесса как деятельности, которая изначально направлена на достижение "знания тела и души" [4]. Выражается это в определении учебно-тренировочных целей и задач, которые каждый обучающийся ставит для себя согласно своим интересам, потребностям и возможностям.

С этих позиций "рефлекс цели" в учебно-тренировочном процессе рассматривается как осознание "себя в деятельности", позитивных сторон учебно-тренировочного процесса (укрепление своего здоровья, развитие психофизических кондиций, способность справляться с негативными эмоциями, самостоятельно применять упражнения для этого, получение положительных эмоций от занятий и стремление к самосовершенствованию, общение с одногруппниками и пр.).

### **Материалы и методы исследований**

Исследование проводилось в Тюменском индустриальном университете на кафедре физической культуры и спорта. В опросе приняли участие 294 обучающихся 1-3 курсов с различными ограничениями по здоровью и 294 обучающихся 1-3 курсов не имеющих ограничений.

Обучающиеся делились согласно выданным медицинским заключениям о их состоянии здоровья, которые они предоставили в начале учебного года: основная медицинская группа (без ограничений по физической нагрузке). Остальные получали физическую нагрузку с различными ограничениями: подготовительная медицинская группа, специальная медицинская группа.

Целью данного исследования стало изучение у обучающихся с разными ограничениями здоровья восприятие "рефлекса цели" в контексте учебно-тренировочного процесса.

Была разработана авторская программа с применение google-forms, представляющая собой анализ выраженности составных частей понятия "счастье" как доминант пищевой, половой, самосохранения, рефлекса цели и других согласно учению А.А. Ухтомского о доминанте. Программа получила свидетельство о государственной регистрации в реестре программ ЭВМ № 2025617194 от 24 марта 2025 года и состоит из 105 вопросов по 15 вопросов в каждом из семи разделов, соответствующих определенной доминанте в концепции А.А. Ухтомского.

В данном исследовании проводилось изучение "рефлекса цели" как одной из ведущих доминант согласно концепции А.А. Ухтомского. Ответы респондентов ранжировались по 5-ти бальной системе и анализировались в контексте учебно-тренировочного процесса. Обучающимся предлагались вопросы, которые они должны были соотносить с учебно-тренировочным процессом в контексте образовательного процесса в целом согласно своим эмоциям и представлениям о целях в жизни, имеющим своей целью ощущение "счастья". Проанализированы только два раздела из семи. Первый раздел – "понятие счастья" и второй раздел – "рефлекс Цели". Вопросы представлены ниже:

Вопросы первого раздела "понятие счастья":

- 1) Я чувствую удовлетворение от своей жизни (от учебно-тренировочного процесса в том числе).
- 2) Я могу легко находить радость в повседневных вещах (то, чем занимаюсь на занятиях).
- 3) Я умею справляться с трудностями и стрессами (во время занятий).
- 4) В моей жизни есть вещи за которые я благодарен (в том числе тому, что происходит на занятиях физкультурой).
- 5) Я ощущаю поддержку и любовь со стороны окружающих (со стороны одногруппников, преподавателя).
- 6) Я чувствую себя в гармонии с собой и окружающим миром (во время выполнения упражнений, заданий).

- 7) Я умею радоваться успехам других людей (одногруппников).  
8) Я нахожу смысл в том, что делаю каждый день.  
9) Я стараюсь избегать негативных мыслей и эмоций (во время учебно-тренировочного процесса).  
10) Я довольно часто испытываю чувство счастья (во время выполнения упражнений и достижения поставленных целей).  
11) Я способен прощать и отпускать обиды (одногруппникам, преподавателям и др.).  
12) Я активно занимаюсь саморазвитием и личностным ростом (ставлю новые задачи по развитию психофизических кондиций).  
13) Я считаю, что счастье, это состояние, которого можно достичь.  
14) Я чувствую себя комфортно в своем обществе (в любой ситуации).  
15) Я умею находить позитивные стороны в сложных ситуациях (во время учебно-тренировочного процесса, взаимодействия с одногруппниками и пр.).
- Вопросы второго раздела "Рефлекс цели":
- 1) Я часто стремлюсь к новым целям и мечтам (в том числе в учебно-тренировочном процессе).
  - 2) Я верю, что счастье зависит от моего выбора и настроя в процессе обучения.
  - 3) Я чувствую себя счастливым, когда достигаю поставленных целей (при выполнении задач учебно-тренировочного процесса).
  - 4) По мере достижения целей, я ощущаю рост личного счастья.
  - 5) Мне важно, чтобы мои цели были значимыми для меня (в процессе учебно-тренировочной деятельности).
  - 6) Я зачастую пересматриваю свои цели в поисках счастья (в контексте выбранной индивидуально-образовательной траектории развития).

- 7) Невозможность достичь цели часто вызывает у меня чувство расстройства (во время учебно-тренировочной деятельности).
- 8) Ощущение, что я иду к своей цели, приносит мне радость (при выполнении поставленных задач в учебно-тренировочной деятельности).
- 9) Я склонен сравнивать свои успехи с успехами других людей (с одногруппниками).
- 10) Мои цели меня вдохновляют и поднимают настроение (во время выполнения задач учебно-тренировочной деятельности).
- 11) Я часто ставлю перед собой новые цели, чтобы поддерживать уровень счастья (в учебно-тренировочной деятельности).
- 12) Наличие четкого плана помогает мне чувствовать себя более счастливым (при постановке задач обучения).
- 13) Я готов идти на риск ради достижения своих целей, так как это делает меня счастливым.
- 14) Достижение поставленных целей приносит мне удовлетворение и радость.
- 15) Успех в достижении целей делает меня более уверенным и счастливым человеком.

### Результаты и обсуждения

В результате проведённого исследования выяснилось, что обучающиеся без ограничений по здоровью чаще находятся в гармонии с собой и другими людьми (одногруппниками в том числе). Наивысшие баллы поставили 84% опрошенных, во второй группе (обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья) таких оказалось 76%. Соответственно, не испытывающих гармонию с самим собой и одногруппниками (окружающими) оказалось немного больше, также, во второй группе – 23.6% против 16.2%.

Также, обучающиеся без ограничений по здоровью легче справляются с трудностями и стрессом во время выполнения упражнений в процессе учебно-тренировочной деятельности – 57.4%. Тогда как во второй группе (с ограничениями по здоровью) таких – 43.2%. Однако, обучающиеся обеих групп стараются "искать смысл в мелочах", выполнять учебно-тренировочные задачи "осознанно" и, согласно результатам, находят его. В первой группе таких оказалось – 73.5%, а во второй – 74.6%.

Также, во второй группе (с ограничениями по здоровью) оказалось больше тех, кто "активно занимается саморазвитием" – 73% против 52%. При опросе они уточнили, что стараются ставить посильные задачи, тренировать самодисциплину и совершенствовать свои психофизические кондиции.

Согласно результатам, полученным при ранжировании ответов второго раздела "Рефлекс цели" были получены следующие результаты: к новым целям стремятся – 89.7% респондентов первой группы (без ограничений по здоровью); во второй группе таких оказалось несколько меньше – 79.1%. Респонденты с различными ограничениями по здоровью указали, что не всегда новые цели в учебно-тренировочном про-

цессе вдохновляют их. Обучающиеся без ограничений по здоровью, наоборот, указали, что на каждом занятии ставят для себя определённые задачи, позволяющие совершенствовать приобретённые навыки и умения: научиться выполнять технически правильно определённые упражнения, развить гибкость, максимально показать скоростно-силовые способности и пр. Они также указали, что стремятся использовать приобретённые навыки самостоятельно в повседневной жизни.

В обеих группах обучающиеся считают, что получение позитивных эмоций от занятий и соответствующего результата зависит именно от них и именно достижение поставленных целей является "радостным и счастливым моментом" в процессе учебно-тренировочной деятельности. На это указали 92% опрошенных первой группы и 86% респондентов второй группы (с ограничениями по здоровью). Независимо от ограничений по здоровью, обучающиеся считают, что поставленные цели в учебно-тренировочном процессе должны быть для них лично значимыми – 92.6% в первой группе и 90% во второй, соответственно. Кроме этого, они расстраиваются, если поставленные перед ними задачи оказываются невыполнимыми. Так, более выражено это у обучающихся, которые имеют ограничения по здоровью – 49.7% против 35.3%.

Обучающиеся, имеющие ограничения по здоровью также чаще сравнивают свои успехи и достижения в учебно-тренировочной деятельности (и в жизни в целом) с успехами других людей – 82.2% против 57.3%. Они не готовы к "новым трудностям" – 63.3%. Однако респонденты "здоровые", получающие физическую нагрузку без ограничений наоборот, готовы к новым целям и реже сравнивают свои результаты с другими – 73.5%. У обучающихся "без ограничений" чаще возникают мысли о готовности к рискованным действиям – 61.7% против 49.3%.

## Выводы

1. Сознание личности многогранно и полиинтенционально, что проявляется в постоянном внутреннем стремлении к изменениям. Эти стремления проявляются через определённые доминанты поведения и выражаются как "Рефлекс цели", основываясь на базовых установках, ценностях и целях, которыми личность руководствуется. Это состояние души, которое переживается эмоционально и при этом оценивается рассудочно. Субъективная оценка в соответствии с целями позволяет личности "выбирать" и "выполнять" определённые действия, что определяет формирование индивидуальной траектории развития, приносит радость и удовлетворение.

2. Согласно полученным результатам, в учебно-тренировочном процессе обучающиеся независимо от показаний здоровья, стараются осознанно подходить к оценке своих действий и учебных задач, пытаясь "искать смысл в ежедневных мелочах". Однако те, кто не имеет ограничений по здоровью, чаще испытывают положительные эмоции, находясь в гармонии с собой и другими людьми. Они легче справляются с трудностями, возникающими во время выполнения упражнений и стараются избегать негативных эмоций. Они также чаще готовы к новым задачам и реже сравнивают свои успехи с другими людьми. Обучающиеся без ограничений по здоровью считают, что необходимо ставить перед собой новые цели, которые должны быть значимыми и достижимыми. Они активно занимаются саморазвитием. Среди тех, кто имеет ограничения по здоровью, таких оказалось меньше.

3. Обучающиеся, которые имеют различные ограничения в получении физической нагрузки (имеют разную степень ограничений по здоровью) также считают, что цели в учебно-тренировочном процессе должны быть для них лично значимыми. Они также испытывают радость и удовольствие от достигнутых результатов. Однако, они реже готовы ставить новые цели, чаще сравнивают свои результаты с результатами одногруппников и не готовы идти на риск ради успехов. Рисковать чаще готовы обучающиеся, которые не имеют проблем со здоровьем. Это вполне объяснимо, так как физических возможностей у них больше, соответственно, меньше ограничений, что в свою очередь, позволяет им чувствовать себя более уверенно.

## Список источников

1. Ананьев В.Н. Семизоров Е.А., Ананьева О.В., Хромина С.И., Прокопьев Н.Я. Механизмы влияния силы воли спортсмена на доминирующие мотивации и рефлекс цели // Теория и практика физической культуры. 2024. № 1. С. 23 – 24.
2. Прокопьев Н.Я., Ананьев В.Н., Семизоров Е.А., Али М.А., Хромина С.И. Доминанта А.А. Ухтомского в педагогической практике сферы физической культуры и спорта // Science of Europe. 2022. № 86-2 (86). С. 55 – 60.
3. Ананьев В.Н., Семизоров В.А. Педагогические методы К.Д. Ушинского с точки зрения учения о доминанте академика А.А. Ухтомского // Современные научно-практические технологии. 2022. № 3. С. 97 – 103.

4. Коробкова С.Н. Доминантная теория А.А. Ухтомского в контексте реалистического мировоззрения // Соловьевские исследования. 2015. № 2 (46). С. 159 – 171.
5. Ткаченко А.С., Иванов Д.О., Березкина Е.Н. Философско-антропологический аспект учения А.А. Ухтомского о доминанте // Педиатр. 2018. Т. 9. № 3. С. 128 – 136.
6. Ухтомский А.А Интуиция совести: Письма. Записные книжки. Заметки на полях. СПб.: Петербургский писатель, 1996. 528 с.
7. Мазилов В.А. Психологи и время // Человеческий фактор: социальный психолог. 2021. № 1 (41). С. 258 – 279.
8. Шадриков В.Д. Мысль, Мышление и Сознание // Мир психологии. 2014. № 1 (77). С. 17 – 32.
9. Ремезова И.И. На свете счастье есть: размышления о понятии "счастье" и его месте в жизни человека // Человек: образ и сущность. Гуманитарные аспекты. 2021. № 4 (48). С. 27 – 42.
10. Феофан И. Потенциальное решение "Трудной проблемы сознания" // Журнал высшей нервной деятельности им. И.П. Павлова. 2020. Т. 70. № 4. С. 543 – 576.

### References

1. Ananyev V.N., Semizorov E.A., Ananyeva O.V., Khromina S.I., Prokopyev N.Ya. Mechanisms of the influence of an athlete's willpower on dominant motivations and the goal reflex. Theory and practice of physical education. 2024. No. 1. P. 23 – 24.
2. Prokopyev N.Ya., Ananyev V.N., Semizorov E.A., Ali M.A., Khromina S.I. A.A. Ukhtomsky's dominant in pedagogical practice in the field of physical education and sports. Science of Europe. 2022. No. 86-2 (86). P. 55 – 60.
3. Ananyev V.N., Semizorov V.A. Pedagogical methods of K.D. Ushinsky from the point of view of the doctrine of the dominant of academician A.A. Ukhtomsky. Modern science-intensive technologies. 2022. No. 3. P. 97 – 103.
4. Korobkova S.N. Dominant theory of A.A. Ukhtomsky in the context of a realistic worldview. Soloviev studies. 2015. No. 2 (46). P. 159 – 171.
5. Tkachenko A.S., Ivanov D.O., Berezhkina E.N. Philosophical and anthropological aspect of A.A. Ukhtomsky's teaching on the dominant. Pediatr. 2018. Vol. 9. No. 3. P. 128 – 136.
6. Ukhtomsky A.A. Intuition of conscience: Letters. Notebooks. Notes in the margins. SPb.: Petersburgsky pisatel, 1996. 528 p.
7. Mazilov V.A. Psychologists and time. Human factor: social psychologist. 2021. No. 1 (41). P. 258 – 279.
8. Shadrikov V.D. Thought, Thinking and Consciousness. The World of Psychology. 2014. No. 1 (77). P. 17 – 32.
9. Remezova I.I. There is happiness in the world: reflections on the concept of "happiness" and its place in human life. Man: image and essence. Humanitarian aspects. 2021. No. 4 (48). P. 27 – 42.
10. Feofan I. Potential solution to the "Difficult problem of consciousness". Pavlov Journal of Higher Nervous Activity. 2020. T. 70. No. 4. P. 543 – 576.

### Информация об авторах

Хромина С.И., доцент, Тюменский Индустриальный университет

Бабина А.А., доцент, Тюменский Индустриальный университет

Ананьев В.Н., профессор, Институт медико-биологических проблем РАН

© Хромина С.И., Бабина А.А., Ананьев В.Н., 2025