



**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА БЕЛГОРОДА  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ**

Попова ул., 25а, г. Белгород, 308000, тел. (4722) 32-68-95, факс (4722) 32-68-96  
e-mail: info@beluo31.ru, https:// www.beluo31.ru

05.06.2019 № 41-30/01.20/1936  
На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

**Руководителям  
общеобразовательных учреждений**

**О Кодексе доброжелательности**

**Уважаемые руководители!**

В рамках Стратегии «Доброжелательная школа» департаментом образования Белгородской области совместно с Белгородской митрополией разработан проект Кодекса доброжелательности участников образовательных отношений (прилагается).

Прошу организовать общественное обсуждение в общеобразовательных учреждениях и представить свои предложения, замечания, дополнения в срок не позднее 12 сентября 2019 года в управление образования администрации города Белгорода (каб. 308, Постниковой Т.И.).

**Заместитель руководителя  
управления образования  
администрации г.Белгорода**

**А.Ю. Ковалев**

Постникова Татьяна Ивановна  
(4722) 32-34-89

*Постникова Татьяна Ивановна*  
*Иванова*

**Кодекс Доброжелательности  
участников образовательных отношений  
Белгородской области**

**1. Цели, задачи и область применения Кодекса доброжелательности  
участников образовательных отношений Белгородской области**

Кодекс доброжелательности участников образовательных отношений Белгородской области (далее - Кодекс) представляет собой свод общих нравственных принципов и основных морально-нравственных норм и правил поведения, общения участников образовательного процесса внутри образовательной организации и во внешнем мире.

Кодекс разработан на основе законодательства Российской Федерации и опирается на систему духовно - нравственных ценностей, сложившихся в процессе культурного развития России, таких как человеколюбие, миролюбие, дружелюбие, справедливость, честность, совесть, благодарность, коллективизм, личное достоинство, вера в добро и стремление к исполнению нравственного долга перед самим собой, своей семьей и своим Отечеством.

**Участники образовательных отношений:**

- обучающиеся,
- педагогические работники,
- администрация образовательной организации,
- родители (законные представители) обучающихся,
- представители общественности, социума.

Каждый участник образовательных отношений рассматривается как уникальная, неповторимая, своеобразная личность со своими особенностями, возможностями, интересами, верованиями, традициями.

Традиции и стили семейного и общественного воспитания являются равноценными и уникальный опыт каждой из сторон используется для обогащения практики воспитания в семье и школе.

Настоящий свод морально-нравственных норм поведения и общения участников образовательных отношений предлагается для рассмотрения и добровольного принятия в образовательных организациях.

**Цели Кодекса:**

- установление этических взаимоотношений между всеми участниками образовательных отношений;
- содействие выполнению миссии и достижению стратегических целей образовательной организации в рамках реализации региональной Стратегии «Доброжелательная школа»;
- обеспечение улучшения психологического микроклимата в

педагогическом и ученическом коллективах;

- повышение уровня культуры взаимоотношений участников образовательных отношений.

**Основные задачи Кодекса:**

- определение основ взаимоотношений и нравственных принципов поведения для всех участников образовательных отношений;

- установление основ регламентации поведения участников образовательных отношений в сложных этических ситуациях;

- обеспечение осознания участниками образовательных отношений их персональной ответственности за исполнение своих обязанностей и роли в реализации миссии образовательного учреждения.

## **2. Основные принципы внутренних взаимоотношений**

2.1. Участники образовательных отношений во внутренних взаимоотношениях руководствуются следующими принципами: человечность, доброжелательность, взаимное доверие и уважение, поддержка и помощь, терпение и терпимость по отношению друг к другу, справедливость, профессионализм, ответственность, сотрудничество, демократичность, партнерство и солидарность.

Участник образовательных отношений рассматривается в первую очередь как уникальная, неповторимая, своеобразная личность со своими особенностями, возможностями, интересами, верованиями, традициями, создающая свой человеческий потенциал и активно проявляющая себя в трудовой (учебной) или иной общественно признаваемой деятельности. Он стремится использовать свои знания, умения, время, таланты для улучшения жизни своей собственной, своей семьи, своей малой родины, страны.

В образовательной организации терпимо относятся к разнообразию политических, религиозных, философских взглядов, вкусов и мнений, не противоречащих Российскому законодательству, и создаются условия для обмена взглядами и мнениями, возможности договориться и найти общий язык.

Образовательная организация создает всем участникам образовательных отношений условия для самосовершенствования, саморазвития.

Образовательная организация в своей деятельности рассматривает человеческий потенциал участников образовательного процесса как источник совместной деятельности, при которой учитываются интересы всех участников образовательных отношений, уделяется внимание проявлению их личных качеств, обеспечению социальными гарантиями и соблюдению ценностных приоритетов.

Образовательная организация учитывает в своей деятельности особенности современных детей, социальный и психологический контекст их развития, создает условия для консолидации усилий семьи, общества и

государства, направленных на воспитание подрастающего и будущих поколений.

Участие в реализации функций образовательной организации предполагает высокую результативность деятельности всех участников образовательных отношений.

Образовательная организация руководствуется в своей деятельности положением, что индивидуальные усилия отдельных участников образовательных отношений могут не привести к желаемому результату, если они не скоординированы с действиями всех участников образовательных отношений.

Основные качества участника образовательных отношений: ответственность, инициативность, доброжелательность, дружелюбие, доверие, сочетающееся с высокой требовательностью друг к другу, стремление к развитию, честности, открытости, справедливости и соблюдению надлежащего уровня культуры взаимоотношений.

2.2. Свобода каждого участника образовательных отношений существует не за счет свободы других.

Отношения между участниками образовательных отношений строятся на основе коллективной ответственности за каждого ученика, стремления поддержания и укрепления авторитета друг друга, повышения качества образовательного процесса, заботы о личностном и профессиональном росте каждого, эмоционально - душевном комфорте для каждого.

Участники образовательных отношений, являясь представителями образовательной организации, внимательны к насущным потребностям и проблемам друг друга и нацелены на совместную эффективную деятельность.

Особую ценность для образовательной организации представляет умение участников образовательной организации работать в команде.

Во всех возникающих сложных (кризисных) ситуациях следует руководствоваться принципом соблюдения законных прав участников образовательных отношений.

Участники образовательного процесса не допускают унижения личности, проявлений дискриминации по половому, национальному и религиозному признаку в отношении других участников образовательных отношений. Участники образовательных отношений уважают традиции образовательной организации.

В образовательной организации соблюдается культура общения, выражающаяся во взаимном уважении, доброжелательности и умении находить общий язык.

Допускается неформальное (без фиксации конфликтов в письменной форме) разрешение проблем между участниками образовательных отношений, если это способствует наиболее эффективной его организации и установлению взаимного согласия. При этом стороны стремятся к диалогу и скорейшему разрешению спорных вопросов.

### **3. Основные принципы внешних отношений**

3.1. Основные принципы внешних отношений участников образовательных отношений: законность, открытость, демократичность, взаимное уважение, партнерство и сотрудничество.

3.2. Образовательная организация выстраивает внешние взаимоотношения на основе соблюдения законодательства Российской Федерации, Белгородской области, локальных актов образовательной организации, норм и правил настоящего Кодекса.

Во всех областях своей деятельности образовательная организация стремится к партнерству, честной, свободной и открытой конкуренции.

Образовательная организация дорожит своей деловой репутацией (имиджем).

При возникновении разногласий и споров основным инструментом их решения являются переговоры и поиск взаимных компромиссов.

3.3. Образовательная организация стремится к соблюдению высоких стандартов предоставляемых образовательных услуг.

В своих контактах с представителями средств массовой информации образовательная организация стремится к обеспечению безопасности всех участников образовательного процесса.

Вполне допустимы и даже приветствуются положительные отзывы, комментарии и реклама участников образовательных отношений об образовательной организации за ее пределами на научно-практических конференциях, мастер-классах и других формах общения.

### **4. Общий стиль решения конфликтных ситуаций**

Все участники образовательных отношений стремятся к осуществлению бесконфликтной деятельности и уважительному отношению друг к другу.

Сферы потенциальных конфликтов оперативно выявляются, сводятся к минимуму и ставятся под строгий контроль.

Эффективное функционирование образовательной организации строится через определение зон ответственности, обязанностей участников образовательных отношений и исключение ситуаций, когда зона ответственности участника образовательного процесса допускает конфликт интересов.

Разрешение конфликтов производится таким образом, чтобы возможный ущерб от него для деятельности образовательной организации и участников образовательного процесса был минимальным. Возникшая конфликтная ситуация разрешается в максимально короткие сроки.

Приветствуется урегулирование конфликтов при помощи конструктивных переговоров и предупреждение потенциально конфликтных ситуаций.

При коллегиальном урегулировании конфликтных ситуаций,

возникших между участниками образовательных отношений, принимаются в расчет не только обстоятельства их возникновения, но и возрастные, физические и психологические особенности сторон конфликта.

При разрешении конфликтов соблюдаются принципы доброжелательности, профессионализма, открытости, справедливости и честности.

В случае возникновения конфликтов с внешними структурами участники образовательных отношений действуют с учетом интересов образовательной организации.

Ни одна из структур образовательной организации и ни один из участников образовательных отношений не имеет права пользоваться исключительным положением для разрешения конфликтной ситуации в свою пользу.

## **5. Исполнение Кодекса**

5.1. Все участники образовательных отношений, независимо от своего статуса или занимаемой должности, соблюдают нормы и требования Кодекса.

5.2. Принципы, нормы и правила, определенные в настоящем Кодексе, имеют общий характер и могут получить свое развитие и детализацию во внутренних документах образовательной организации, регламентирующих отношения участников образовательного процесса (правила внутреннего распорядка, кодекс поведения учащегося, кодекс служебного поведения и др.).

## **6. Заключительные положения**

В данный документ включены Кодекс доброжелательности для обучающихся, руководителей образовательной организации, педагогических работников, родителей, а также образ выпускника начальной, основной и средней школы.

Кодекс рекомендован к внедрению и использованию образовательными организациями области с 1 октября 2019 года.

Приложение №1

**Кодекс доброжелательности обучающихся  
образовательной организации**

1. Делай все в духе любви. Настоящая любовь преодолевает многое.
2. Будь совестлив: вся мораль - в совести.
3. Не уставай в труде и самосовершенствовании; творчески обогащая мир - изменяешь себя, нравственно совершенствуя себя - изменяешь мир. Помни, что в этом мире ты можешь изменить только себя.
4. Старайся творить добро, не видя в том заслуги.
5. Умей быть благодарным.
6. Старайся жить так, чтобы людям рядом с тобой было хорошо. Прежде чем обратиться к человеку, улыбнись ему. Ведь добрые отношения начинаются с улыбки.
7. Учись сострадать, сочувствовать, стремись прийти на помощь, не требуя ничего взамен.
8. Избегай насилия: не причиняй вреда себе, близким, обществу, природе. Счастливый человек этого не делает.
9. Избегай причинения вреда другому человеку мыслью, словом, действием, ибо вред может вернуться к тебе.
10. Не допускай в свое сердце злобу, зависть, жадность, не помни зла, учись мужественно переносить неприятности, не унижай себя бездельем, не ленись, через это сохраняй самоуважение.
11. Не говори с пренебрежением о других людях. Предпочитай видеть в людях позитивные стороны, а не недостатки.
12. Не завидуй чужому материальному и духовному богатству, красоте и могуществу, удаче и почестям, достойному роду и счастью. Зависть отравляет человека.
13. Будь терпим. Смирись с тем, что все люди разные, и радуйся этому.
14. Уважай родителей, семейные права и обязанности, старших, наставников и следуй их добрым советам.
15. Учись замечать труд другого человека. Помни, что каждый человек трудится, в том числе и для тебя.
16. К учебным обязанностям относись добросовестно и старайся выполнять их как можно лучше.
17. Дорожи школьным товариществом: оно – на всю жизнь. Не забывай и не предавай школьных друзей.
18. Научись радоваться не только своим успехам, но и успехам товарищей по классу.
19. Через всестороннее развитие своей личности стремись противостоять негативным факторам социальной среды таким как грубость, сквернословие, хамство, воровство, ложь, унижение, издевательство, неприятие, компьютерная зависимость и др..
20. Будь готов служить. Стремись использовать свои знания, умения, время, таланты для улучшения жизни своей собственной, своей семьи, своей малой родины, страны

## Кодекс доброжелательности педагога

1. Приучайте себя к следованию по жизни нравственным путем.
2. Стремитесь стать для своих учеников, родителей, окружающих образцом человеколюбия, трудолюбия, профессионализма, безупречной репутации. Помните, что учитель воспитывает не методами и приемами, а самой своей личностью, и происходит это бессознательно.
3. Развивайте в себе потребности и способности к самообразованию, саморазвитию, самоорганизации, самоконтролю, самоанализу.
4. Проявляйте терпимость и уважительное отношение к традициям и обычаям народов России и других государств, учитывайте культурные и иные особенности различных этнических групп и конфессий.
5. Соблюдайте культуру речи и языковые нормы. Не допускайте использования в присутствии всех участников образовательных отношений грубости, оскорбительных выражений или реплик.
6. Стремитесь, чтобы ваш внешний вид при выполнении вами трудовых обязанностей соответствовал общепринятому деловому стилю, который отличают официальность, сдержанность, аккуратность.
7. Умейте сохранять любовь к ребенку, веру в него, не растеряв ее, несмотря на его неудачи, неоправданные надежды, невыполненные обещания, непослушание, ошибки, шалости, дурные поступки. Любовь к ребенку непреходяща и не зависит от внешних факторов.
8. Стремитесь понять чувства ребенка, увидеть его горе (оно может быть связано как с семейными проблемами, так и с неудачами в учебе, ссорой с другом и т.д.) и искренне посочувствовать ему, выразив свое понимание. Доброта и милосердие – союзники педагога.
9. Умейте щадить его чувства (не «поддавливать» на уроке, увидев, что он не слушает; не ставить «2» за «плохое поведение», не доказывать его вину при всем классе и др.)
10. Умейте реально помочь ребенку в трудную минуту: словом, делом.
11. Умейте сдерживать свое недовольство, гнев, столкнувшись с детскими шалостями, опозданиями, невыполненными заданиями и т.д.
12. Будьте искренними. Умейте признавать свои ошибки и недостатки, не притворяться, не искать способы скрыть истинное положение вещей.
13. Стремитесь не требовать за отданные силы награды, не ждать от ребенка самопожертвования и превращения из непослушного в «удобного».
14. Стремитесь к взаимодействию со своими коллегами, оказывайте взаимопомощь, уважайте интересы друг друга.
15. Стройте воспитание и обучение в образовательной организации в союзе с семьей.
16. Уважительно и доброжелательно общайтесь с родителями учеников. Стремитесь к тому, чтобы родители ученика стали вашими



единомышленниками.

17. Уважительно относитесь к администрации, соблюдайте субординацию и при возникновении конфликта с администрацией, попытайтесь разрешить его с соблюдением этических норм.
18. Не допускайте коррупционно опасного поведения.

### **Кодекс доброжелательности руководителя образовательной организации**

1. Помните - профессиональная деятельность руководителя образовательной организации характеризуется особой ответственностью перед обучающимися, их родителями (законными представителями), педагогическими работниками.
2. Стройте свою работу на основе безусловного уважения достоинства и неприкосновенности личности всех участников образовательной деятельности, уважайте и активно защищайте их основополагающие человеческие права.
3. Будьте требовательным к себе, стремитесь к самосовершенствованию, дорожите своей репутацией, не занимайтесь антикультурной, аморальной, неправомерной деятельностью. Образ жизни руководителя образовательной организации не должен наносить ущерб престижу профессии, извращать его отношения с подчиненными, коллегами и обучающимися или мешать исполнению профессиональных обязанностей.
4. Терпимо относитесь к разнообразию политических, религиозных, философских взглядов, вкусов и мнений подчиненных, создавайте условия для обмена взглядами, возможности договориться и найти общий язык.
5. Способствуйте профессиональной реализации педагогов.
6. Стремитесь к продуктивному и конструктивному взаимодействию с подчиненными. Справедливо и объективно оценивайте работу подчиненных, не допуская завышенного или заниженного оценочного суждения.
7. Защищайте авторитет подчиненных, коллег; способствуйте формированию и поддержанию в коллективе благоприятного морально-психологического климата.
8. Соблюдайте культуру речи, не допускайте использования в присутствии всех участников образовательной деятельности грубости, оскорбительных выражений или реплик.

9. Будьте наставником для своих подчиненных.

10. Не злоупотребляйте своим должностным положением, используя участников образовательной деятельности для оказания каких-либо услуг или одолжений в личных целях.

11. Уважительно и доброжелательно общайтесь с родителями (законными представителями).

12. Помните - на отношения руководителя с обучающимися, воспитанниками не должна влиять поддержка, оказываемая их родителями (законными представителями) образовательной организации.

### **Кодекс доброжелательности родителя образовательной организации**

1. Поступайте с людьми так, как хотите, чтобы они поступали с вами. Будьте терпеливы к чужим недостаткам - это будет для вашего ребенка уроком доброты и человечности.

2. Проявляйте родительскую любовь к детям.

3. Укрепляйте семью, уважайте семейные права и обязанности.

4. Проявляйте заинтересованность к жизни и проблемам ребенка, будьте с ним искренним.

5. Станьте примером для своего ребенка.

6. Станьте партнером школы в вопросах воспитания детей, принимайте активное участие в работе школы.

7. Учите ребенка следовать нравственным принципам в повседневной жизни.

8. Передавайте ребенку традиции семьи и вашего рода.

Принятие образа выпускника станет главным ориентиром в учебно-воспитательном процессе.

### **Образ выпускника начальной школы**

#### **Нравственный потенциал**

Восприятие и понимание учащимися таких ценностей, как «семья», «школа», «учитель», «родина», «природа», «дружба со сверстниками», «уважение к старшим». Потребность выполнять правила для учащихся, умение различать хорошие и плохие поступки людей, правильно оценивать свои действия и поведение одноклассников, соблюдать порядок и дисциплину в школе и общественных местах.

Наличие опыта участия в подготовке и проведении общественно

полезных дел, осуществление индивидуального и коллективного выбора поручений и заданий в процессе организации жизнедеятельности в классе и школе.

### **Познавательный потенциал**

Овладение навыками учебной деятельности: чтением, письмом, счетом, элементами теоретического мышления, простейшими навыками самоконтроля учебных действий в рамках освоения общеобразовательных программ по предметам школьного учебного плана на уровне, достаточном для продолжения образования на ступени основного общего образования.

Наблюдательность, активность и прилежание в учебном труде, устойчивый интерес к познанию. Сформированность индивидуального стиля учебной деятельности, готовности к обучению в основной школе.

### **Коммуникативный потенциал**

Овладение простейшими коммуникативными умениями и навыками: умениями говорить и слушать; способность сопереживать, сочувствовать, проявлять внимание к другим людям, животным, природе. Освоение достаточного уровня культуры поведения и речи. Сформированность первичных навыков саморегуляции.

### **Эстетический потенциал**

Эстетическая восприимчивость предметов и явлений в окружающей природной и социальной среде, наличие личностного (собственного, индивидуального) эмоционального окрашенного отношения к произведениям искусства.

### **Физиологический потенциал**

Овладение основами личной гигиены и здорового образа жизни. Соблюдение режима дня и правил личной гигиены, стремление стать сильным, быстрым, ловким и закаленным, желание попробовать свои силы в занятиях физической культурой и спортом.

## **Образ выпускника основной школы**

### **Нравственный потенциал**

Восприятие и понимание ценностей «человек», «личность», «индивидуальность», «труд», «общение», «коллектив», «доверие», «выбор». Знание и соблюдение традиций школы.

Осознание возможностей, достоинств и недостатков собственного «Я», овладение приёмами и методами самообразования и самовоспитания,

ориентация на социально ценные формы и способы самореализации и самоутверждения. Готовность бороться за свою честь и честь коллектива, отвечать за свои поступки и действия.

Активность и способность проявлять сильные стороны своей личности в жизнедеятельности класса и школы, умение планировать, готовить, проводить и анализировать коллективное творческое дело, беседу, игру и т.п.

### **Познавательный потенциал**

Сформированность индивидуального стиля учебной деятельности, устойчивых учебных интересов и склонностей, умение развивать и управлять познавательными процессами личности, способность адекватно действовать в ситуации выбора на уроке.

### **Коммуникативный потенциал**

Усвоение основ коммуникативной культуры личности: умение высказывать и отстаивать свою точку зрения; овладение навыками неконфликтного общения; способность строить и вести общение в различных ситуациях с людьми, отличающимися друг от друга по возрасту, ценностным ориентациям и другим признакам.

### **Эстетический потенциал**

Способность видеть и понимать гармонию и красоту, знание выдающихся деятелей и произведений литературы и искусства, апробация своих возможностей в музыке, литературе, сценическом и изобразительном искусстве.

### **Физический потенциал**

Развитие основных физических качеств: быстроты, ловкости, гибкости, силы и выносливости; овладение простейшими туристическими умениями и навыками; знание и соблюдение режима занятий физическими упражнениями; способность разработать и реализовать индивидуальную программу физического совершенствования.

## **Образ выпускника средней школы**

### **Нравственный потенциал**

Осмысление целей и смысла своей жизни. Усвоение ценностей «отечество», «культура», «любовь», «творчество», «самоактуализация» и «субъектность».

Наличие чувства гордости за принадлежность к своей нации, за свою Родину. Знание и понимание основных положений Конституции Российской

Федерации.

Понимание сущности нравственных качеств и черт характера окружающих людей, толерантность в их восприятии, проявление в отношениях с ними таких качеств, как доброта, честность, порядочность, вежливость.

Адекватная оценка своих реальных и потенциальных возможностей, уверенность в себе, готовность к профессиональному самоопределению, самоутверждению и самореализации во взрослой жизни.

Активность в общешкольных и классных делах, в работе с младшими школьниками. Наличие высоких достижений в одном или нескольких видах деятельности.

### **Познавательный потенциал**

Наличие желания и готовности продолжить обучение после школы, потребность в углубленном изучении избранной области знаний, их самостоятельном добывании.

### **Коммуникативный потенциал**

Сформированность индивидуального стиля общения; овладение разнообразными коммуникативными умениями и навыками, способами поддержания эмоционально устойчивого поведения в кризисной жизненной ситуации; способность корректировать в общении и отношениях свою и чужую агрессию.

### **Эстетический потенциал**

Умение строить свою жизнедеятельность по законам гармонии и красоты; потребность в посещении театров, выставок, концертов; стремление творить прекрасное в учебной, трудовой, досуговой деятельности, поведении и отношениях с окружающими; проявление индивидуального своеобразия, восприятия и созидания красоты.

### **Физический потенциал**

Стремление к физическому совершенству; умение подготовить и провести подвижные игры и спортивные соревнования среди сверстников и младших школьников; привычка ежедневно заниматься физическими упражнениями и умение использовать их в улучшении своей работоспособности и эмоционального состояния.

## **Образ выпускника средней школы**

### **Нравственный потенциал**

Осмысление целей и смысла своей жизни. Усвоение ценностей «отечество», «культура», «любовь», «творчество», «самоактуализация» и «субъектность».

Наличие чувства гордости за принадлежность к своей нации, за свою Родину. Знание и понимание основных положений Конституции Российской Федерации.

Понимание сущности нравственных качеств и черт характера окружающих людей, толерантность в их восприятии, проявление в отношениях с ними таких качеств, как доброта, честность, порядочность, вежливость.

Адекватная оценка своих реальных и потенциальных возможностей, уверенность в себе, готовность к профессиональному самоопределению, самоутверждению и самореализации во взрослой жизни.

Активность в общешкольных и классных делах, в работе с младшими школьниками. Наличие высоких достижений в одном или нескольких видах деятельности.

### **Познавательный потенциал**

Наличие желания и готовности продолжить обучение после школы, потребность в углубленном изучении избранной области знаний, их самостоятельном добывании.

### **Коммуникативный потенциал**

Сформированность индивидуального стиля общения; овладение разнообразными коммуникативными умениями и навыками, способами поддержания эмоционально устойчивого поведения в кризисной жизненной ситуации; способность корректировать в общении и отношениях свою и чужую агрессию.

### **Эстетический потенциал**

Умение строить свою жизнедеятельность по законам гармонии и красоты; потребность в посещении театров, выставок, концертов; стремление творить прекрасное в учебной, трудовой, досуговой деятельности, поведении и отношениях с окружающими; проявление индивидуального своеобразия, восприятия и созидания красоты.

## **Физический потенциал**

Стремление к физическому совершенству; умение подготовить и провести подвижные игры и спортивные соревнования среди сверстников и младших школьников; привычка ежедневно заниматься физическими упражнениями и умение использовать их в улучшении своей работоспособности и эмоционального состояния.