

Выводы

Таким образом в атмосферном воздухе наблюдается постоянное загрязнение НМЛОС. Колебания этих веществ не значительны, от 5,5 до 6,4 %. Для профилактики воздействия данной группы веществ на окружающую среду и организм человека необходима разработка и внедрение различного рода фильтров, применение экологически безопасных источников энергии, борьба с выхлопными газами автомобилей, озеленение, архитектурно-планировочные мероприятия, установление санитарно-защитных зон.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Худницкий, С. С. Основные проблемы и перспективы научных исследований по экологии человека и гигиене окружающей среды / С. С. Худницкий // Здоровье и окружающая среда. – 2004. – С. 95–112.
2. Остроух, С. М. Состояние и проблемы охраны атмосферного воздуха в Гродненской области / С. М. Остроух, О. В. Филипчук // Здоровье и окружающая среда. – 2004. – С. 513–517.
3. Здоровье населения и окружающая среда Гродненской области в 2021 году / Н. К. Кендыш [и др.]. – Гродно: Гродн. ЦГиЭ, 2022. – С. 162.

УДК 004.738.5:316]-053.6

С. В. Сабреков, В. А. Масюк

Научный руководитель: к.т.н, доцент Т. И. Халапсина

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ПОДРОСТКОВ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ

Введение

Современный мир – это мир всеобщей цифровизации, которая выражается в использовании современных цифровых технологий повсеместно для повышения качества жизни. Большинство подростков не представляют свою жизнь без цифрового поля, так как они никогда не жили без него, в отличие от старшего поколения. Цифровизация оказывает воздействие на когнитивную, коммуникативную, эмоциональную, психофизиологическую, социальную сферы развития человека [3].

Кибермания приобретает характер эпидемии, растет с пугающей быстротой. В настоящее время существует новый диагноз – цифровая зависимость, который введен в международную классификацию болезней. К проявлениям компьютерной зависимости можно отнести: резкое снижение учебной успеваемости, снижение учебной мотивации, падение познавательного интереса, девальвацию ценностей [1].

Цель

Анализ гендерных различий в социализации подростков в интернет-пространстве.

Материал и методы исследования

Для реализации поставленной цели был использован аналитический метод и метод анкетирования. Анкета разработана автором и содержит 13 вопросов. Опрошены подростки 9-х классов ГУО «Средняя школа № 8 г. Гомеля» в количестве 65 человек и ГУО «Средняя школа № 30 г. Гомеля» в количестве 35 человек. Общий объем выборки составил 100 человек.

Результаты исследования и их обсуждение

В круг общения девочек входит большее количество разновозрастных лиц, чем в круг общения мальчиков. Кроме того, если юноши во время общения с представительницами противоположного пола ориентируются на сверстников, девочки в большинстве – на более

взрослых ребят. В кругу ближайшего общения парней большее количество, по сравнению с девушками, лиц с высоким социальным статусом и лиц, к которым юноши обращаются за помощью [2].

Анализ данных анкет свидетельствует о том, что на вопрос о количестве социальных сетей, в которых зарегистрированы подростки (рисунок 1) девушки зарегистрированы в большем количестве социальных сетей (58,1 %), нежели юноши (31,6 %). В тоже же время не зарегистрированы ни в одной социальной сети 8,8 % юношей, а девушек в их числе не оказалось.

Установлено, что на вопрос о целях использования сети Интернет были выявлены выраженные различия. Так, 53,4 % девушек и 28,0 % юношей используют сеть Интернет с целью общения с друзьями и родственниками, поиска информации для учебы и развлечения. Так с этой целью девушки в 1,9 раза чаще используют сеть Интернет чем юноши.

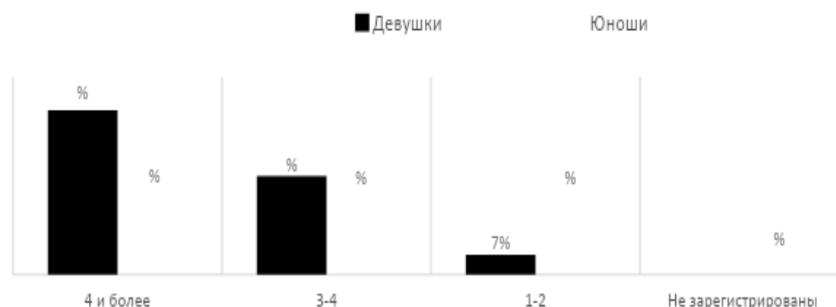


Рисунок 1 – Количество социальных сетей, в которых зарегистрированы подростки

Исключительно с целью развлечения в сети проводят время юноши в 5 раз чаще девушек (4,0 % девушек и 21,0 % юношей). По данным анкеты 55,8 % девушек и 38,6 % юношей, проводят в сети Интернет 4 часа и более (рисунок 2).

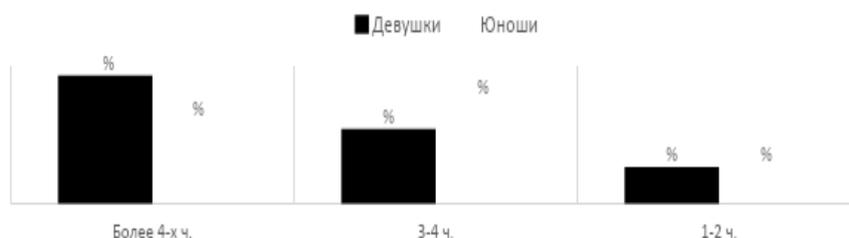


Рисунок 2 – Время пребывания подростков в сети Интернет

Выявлены гендерные различия по поводу внезапного отсутствия доступа ко «всемирной паутине». Девушки по этому поводу беспокоятся в среднем в 2 раза чаще чем юноши (рисунок 3).



Рисунок 3 – Влияние внезапного исчезновения доступа в интернет

Среди девушек интернет-зависимость наблюдается у около 51 % и 33,3 % среди юношей, т. е. девушки страдают интернет-зависимостью \approx в 1,8 раз чаще. Вместе с тем 48,8 % и 66,7 % соответственно ответили, что не имеют данной проблемы, что свидетельствует о достаточно низком самоанализе.

Выводы

В результате проведенных исследований по социализации подростков в интернет-пространстве установлено:

1. Девушек, зарегистрированных в 4 социальных сетях и более (58,1 %), юношей (31,6 %).
2. Девушки в 1,9 раза чаще используют сеть для поиска информации и развлечений, укрепления социальных связей, чем юноши.
3. Юноши в 5 раз чаще девушек используют интернет исключительно в целях развлечения.
4. Интернет-зависимых девушек в объеме данной выборки в 1,8 раз больше, чем юношей.

Выявленные гендерные различия социализации подростков в сети «Интернет» могут быть полезны родителям, учителям и социальным педагогам.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Трофимова, Е. И. Влияние цифровизации на развитие личности современных детей / Е. И. Трофимова. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2021. – № 34 (376). – С. 170–172.
2. Бодалев, А. А. Психология общения / А. А. Бодалев. – М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2007. – 230 с.
3. Киселёв, С. Ю. Дошкольный возраст – критический период для развития не только психических процессов, но личности ребенка в целом // СДО. – 2021. – №2 (104). – С. 5-11

УДК 613.2:796.056.2

М. М. Семашко

Научный руководитель: старший преподаватель М. А. Чайковская

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ИГРОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА

Введение

Уровень успехов в любом виде спорта связан с большим напряжением физических и эмоциональных сил спортсменов и предполагает регулирование уровня биологического состояния организма за счет сбалансированного адекватного питания. Полноценный и сбалансированный по составу рацион является одной из составляющих достижения высоких показателей в спорте [1].

Для подбора оптимального рациона питания спортсмена необходимо учитывать вид и интенсивность физических нагрузок. Выделяют следующие виды нагрузок при тренировках: аэробная, анаэробная, интервальная и гипоксическая [2].

В соответствии с особенностями обменных процессов при различных тренировочных режимах требуется изменение количественной и качественной характеристики питания. Работа в анаэробном режиме требует сохранения в рационе оптимального количества белка, увеличения доли углеводов за счет снижения количества жира.

Динамические или статические мышечные усилия, направленные на увеличение мышечной массы и развитие силы, требуют повышения содержания в рационе белка, витаминов группы В, витамина РР.