



Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Сыктывкарский лесопромышленный техникум»

«Сыктывкарса вör промышленность техникум»
уджсикасö велöдан канму учреждение



**Сборник статей научно-
исследовательской
конференции
«Вектор познания»**

Сыктывкар, 2018

Содержание:

След великой отечественной войны в моей семье	автор: Самарин С.С.	3
Кибербуллинг как социальная проблема	автор: Надуткин Д. Д.	7
Социальные сети	автор: Цывунин Д. В.	13
Влияние жаргона на речь подростков 17-19 лет	автор: Изорян И.А.	16
Здоровьесберегающие технология на уроках физкультуры	автор: Исаков К.В.	19
Пьезоэлектрические напольные покрытия	автор: Одинцов Е.В.	21
Рифма в рекламе	автор: Лыгин Н.С.	24
Экология питания современного подростка	авторы: Данилов Н. В. Крыцовкин В. И. Логинова К. Н.	26
Химия вокруг нас. Витамины	автор: Борисов К. Э.	30
Белая эмиграция в Китае 1918-1945 гг.	автор: Батыченко А.А.	33
Комплектация современного автомобиля	авторы: Кондрашов Р. Е. Ерхан В. С.	36
Влияние протеина на физическую активность человека	автор: Янгулов М. В.	41
Проблема патриотического воспитания молодёжи: Социологический анализ	автор: Ефимова М. В.	43

СЛЕД ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ В МОЕЙ СЕМЬЕ **(ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)**

Автор: Самарин Семен Сергеевич, 2 курс, группа 29,
23.01.17 Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей

Научный руководитель: Латушка Алла Леонидовна,
преподаватель истории

Войны не заканчиваются тем долгожданным моментом, когда смолкает оружие. Они продолжают в душах тех, кто в них участвовал, и кто помнит о судьбах воевавших людей. Помнит и гордится. Память о моих родственниках-фронтовиках живёт в нашей семье, рассказы о защитниках передаются из поколения в поколение.

Объект исследования: участник боев на Ленинградском направлении, мой прадед Степан Семенович Самарин и его сын Николай Степанович Самарин - участник боев в составе 28-ой Невельской дивизии.

Предмет исследования: воспоминания родных, фотографии, архивные документы, литературные источники, электронные материалы.

Цель исследования: собрать и систематизировать материал об участии членов семьи Самариных в Великой Отечественной войне.

Методы исследования: анализ материалов личных архивов, интервьюирование, беседы с родственниками, описательный метод, сопоставление полученных фактов биографии прадедушки и его сына с историей Великой Отечественной войны.

Основную роль в появлении желания выполнить исследовательскую работу сыграли рассказы бабушки Екатерины Степановны Самариной. Екатерина Степановна - хранительница истории семьи Самариных. Ее рассказы об участии моих предков в событиях Великой Отечественной войны легли в основу этой работы. Семейный архив Самариных содержит фотографии очень важные для данного исследования и священные для нас – это фотографии наших фронтовиков: Самарин Степан Семенович (мой прадед) и его сын Николай Степанович Самарин. В ходе исследования мы собрали и систематизировали различный материал о Самариных Степане Семеновиче и Николае Степановиче: фотографии, даты и место призыва, место службы, воинские звания, рода войск, где погибли или откуда вернулись с фронта, награды, биографический материал. Мой прадед, Степан Семенович Самарин воевал на Волховском фронте в 58 бригаде Отдельного истребительного дивизиона командиром орудия, принимал участия в боях за освобождение Ленинграда. Сражался героически,

он был наводчиком, в одном из боев им было уничтожено: 3 станковых пулемёта, сожжена 1 землянка, подбит 1 танк, уничтожен миномет 82ММ. За этот бой он был представлен к правительственной награде и награжден медалью «За отвагу». У Степана Семеновича две солдатские награды: медаль «За отвагу» и медаль «За победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.». В записях бесед с бабушкой Екатериной Семеновной Самариной содержится информация о ранении прадеда: «В 1943 году 21 августа в 5 часов вечера мой отец Степан Семенович при выполнении боевой задачи был тяжело ранен в голову (сквозное ранение перебило верхнюю челюсть). Лечился он в полевых госпиталях № 4263, в Баксиногорске № 3412, в Свердловске № 1710. Там же ему сделали операцию, протез челюсти». Мой прадед после войны в 50-60-х годах жил в родном селе Керчомья, Усть-Куломского района. В разные годы занимал руководящие должности, поднимал из разрухи экономику страны. Самарин Степан Семенович прожил 79 лет и умер 5 июля 1983 года.

Многим известна мудрая мысль Геродота «Желать войны может лишь безумный. Когда мир — сыны хоронят своих отцов. Когда война - отцы хоронят своих сыновей». Наша семья осознала в полной мере горечь этих слов, Великая Отечественная война забрала жизнь солдата, моего дяди, Николая Степановича Самарина – это сын моего прадедушки. Николай родился 18 мая 1923 год, окончил семилетку в селе Керчомья, 2 года учился в сельско-хозяйственном техникуме в с. Ульяново Усть - Куломского р-на, а в 1940 году поступил в Педагогический институт на факультет языка и литературы. И в техникуме, и в институте был руководителем литературного кружка. Писал стихи, печатался в журналах «Ударник» и в коми газетах. Осенью 1941 года его отец Степан Семенович ушел на фронт, а в декабре добровольцем ушел воевать и Николай. Николай Степанович служил в 28-ой Невельской дивизии в 112 артиллерийском полку в/ч 81031 «Г». Был в звании сержанта, стрелок-радист. Известно, что и на войне он писал о друзьях-воинах в фронтовой прессе. На фронте Николай переписывался с отцом, но Степан Семенович сумел сберечь только последнее письмо сына: «Живу хорошо, здоровье приличное...Папаша меня вторично представили к награде орденом Славы. Вообще, били немцев хорошо. Я буду мужественно и без страха биться с немецкими извергами. Отомщу им за твою рану, за твою кровь, за все их злодеяния. Желая быстро выздороветь. Твой сынишка Коля. 25 декабря 1943 года» [1, с. 82-83]. В ЭБД «Подвиг народа» есть наградной лист на сержанта, старшего радиста 112-го Краснознаменного артиллерийского полка 28-ой Невельской дивизии Самарина Николая Степановича от 30 января 1944 года есть и краткое, конкретное изложение личного боевого подвига:

«Тов. Самарин в период боевых действий с немецкими захватчиками показал себя мужественным, храбрым и стойким. В боях с 15.1 по 18.1. 1944 г. И с 21.1 по 24.1. 1944 г., все время находился на передовом НП командира дивизии, несмотря на сильный артиллерийский и минометный огонь противника, обеспечивал бесперебойную связь по радио командира дивизиона с батареями и со штабом дивизиона, тем самым давал возможность командиру дивизиона корректировать и вести арт. огонь дивизиона. В период наступления находился в боевых порядках пехоты и также обеспечивал бесперебойную связь по радио. Достоин награждения орденом Красной Звезды» [1, с. 82-83]. Читаю эти скупые строчки наградного листа и думаю, что моему родственнику во время этих кровопролитных боев, во время этого шквального огня противника было всего 20 лет! Он был почти моим ровесником, талантливым поэтом, человеком с тонкой душой, но война оборвала его жизнь...

Мой прадед вернулся с фронта домой. Шло время, но вестей от сына Николая не было. Только в ноябре 1974 года пришел ответ на запрос Самарина Степана Семеновича из ЦА МО РФ. Сержант Самарин Николай Степанович, 1923 года рождения, уроженец Коим АССР, Усть-Куломского района, Керчомья, умер от ран 14 февраля 1944 года, похоронен: севернее 200 д. Похомово Новосоколинского района Калининской области.

Наша семья хранит память о прадедушке и его сыне Николае. О фронтовиках семьи Самариных упоминается в книге памяти Республики Коми. Я очень благодарен своей бабушке за то, что она проводила со мной много времени, рассказывала о прошлом моей семьи, отвечала на мои вопросы. После завершения обучения в техникуме я планирую совершить поездку в Калининскую область к месту захоронения Самарина Николая Степановича – моего родственника, солдата России, отдавшего жизнь за ее свободу. Однажды я увидел такую фразу, которую произнес фронтовик о годах Великой Отечественной войны: «Запомните! Как только вы забудете эту войну, так сразу ждите новую!».

На месте захоронения Николая и его товарищей выбиты такие слова: «Ценою слез и материнской боли вона была оплачена сполна. Мы память павших чтим и не позволим, чтоб разразилась новая война». Я не хочу войны и не хочу забывать моих предков-воинов. После завершения обучения в техникуме я планирую совершить поездку в Калининскую область к месту захоронения Самарина Николая Степановича – моего родственника, солдата России, отдавшего жизнь за ее свободу. Я буду сохранять память о Самариных-солдатах Отечества и обязательно расскажу о них своим детям.

Список литературных источников:

1. Мартынов, В. Самарин Николай Степанович // Литераторы земли Коми / В.И. Мартынов. – Сыктывкар, 2000. – С.165.
2. Морозов, С. Самарин Николай Степанович : (крат. биогр. Справка) // Вояс пыр би пыр = Сквозь годы, сквозь огонь. – Сыктывкар, 1985. – С.301-302.
3. «На дорогах войны. Коми пединститут: вклад в Победу»: сборник документов, материалов, воспоминаний / гл. ред. М.Д. Истиховская; отв. ред. Л.А. Жданов, сост. Н.В. Захарова. – Сыктывкар, 2015. - С. 369-371.
4. Самарин Николай Степанович // Книга памяти Республики Коми. – Сыктывкар, 1994. – Т. 3. – С. 264.
5. Самарин Степан Семенович // Книга памяти Республики Коми. – Сыктывкар, 1998. – Т. 6. – С. 802.
6. Самарина, Е. Сылы волі кызь арос // Войвыв кодзув. – 1980. - № 5. – С. 18-19. - Пер. загл.: Ему было 20 лет.
7. Самарина, Е. «Югыд шонді моз меным мыччысьлін» // Оойвыв кодзув. – 1980. - № 5. – С. 18-19, Коми му. – 1998. – 16 мая. – Пер. загл.: Промелькнул как солнышко.
8. Храмович Л. А., Петибская И.И.. Литераторы земли Коми, погибшие на фронтах Великой Отечественной войны: библиографическое пособие / МБУК «Эжвинская ЦБС», ЦБ «Светоч». – Сыктывкар, 2015. – С.28.
9. Холопова Д.Г., Ерофеева Л.А., Краева Н.В.. Они не вернулись с войны: О жизни и творчестве коми писателей-фронтовиков. – Сыктывкар, 2017. - С. 80-89.

КИБЕРБУЛЛИНГ КАК СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

(ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Надуткин Даниил Дмитриевич, 2 курс, группа 24, 15.01.31 Мастер контрольно-измерительных приборов и автоматики

Научный руководитель: Ключева Е.А., преподаватель информатики

С распространением сети Интернет и ростом количества гаджетов, которые стали доступны не только взрослым, но также детям и подросткам, возникла проблема формирования у детей навыков безопасного поведения в глобальной Сети. Как показывает статистика и данные исследований, все большее число подростков сталкиваются с кибербуллингом.

Кибербуллинг (электронная травля, жестокость онлайн) — это «вид травли, преднамеренные агрессивные действия систематически на протяжении длительного периода, осуществляемые группой или индивидом с использованием электронных форм взаимодействий, направленных против жертвы, которая не может себя защитить. Это может происходить через смс-сообщения, социальные сети, создание компрометирующих веб-страниц или размещение унижающего, оскорбляющего видеоконтента и так далее» [5].

Различия кибербуллинга и традиционного реального буллинга обусловлены особенностями интернета: анонимностью, наличием широкой аудитории, возможностью производить нападки 24 часа в сутки, возможностью фальсификации. В настоящее время проблема насилия в интернете приобретает свою актуальность в связи с тем, что под угрозой находится психологическое здоровье подростков.

Россия, по данным исследования Microsoft попадает в число лидеров по уровню кибербуллинга среди школьников. Почти половина опрошенных российских детей и подростков в возрасте от 8 до 17 лет заявила, что они становились объектами травли. По этому показателю Россия заняла пятое место среди 25 государств.

На сегодняшний день существует подробная классификация видов кибербуллинга: флейминг - «спор ради спора», процесс обмена сообщениями в местах многопользовательского сетевого общения (чаты, интернет-форумы, социальные сети и др.); троллинг - размещение провокационных сообщений, комментариев с целью подведения человека к реакции и развития конфликта; клевета - распространение заведомо ложной информации, сведений о человеке, порочащих его репутацию; киберсталкинг - преследование или домогательство с помощью интернета; секстинг -

пересылка или распространение фотографий, или видео интимного характера; гриферство - нанесение морального или материального ущерба в видеоиграх; раскрытие секретов - обнаружение личной информации о человеке в интернете; выдавание себя за другого человека - создание поддельных профилей, с которых можно производить травлю, не раскрывая информации о себе; кетфишинг - воссоздание профиля жертвы, при помощи воровства его фотографий и личных данных, размещения с его страницы неблагоприятного контента; диссинг - передача или публикация порочащей информации о жертве в режиме онлайн; фрейпинг - получение обидчиком контроля над чужой учетной записью и рассылка с профиля нежелательного контента от имени жертвы [1].

Группой исследователей университета Вайоминга (США) была предложена классификация подростков, вовлеченных в кибербуллинг: буллеры (те, кто издевается), жертвы, буллеры-жертвы (те, кто подвергался издевкам и кроме того сам занимался травлей) и свидетели. Причем свидетели, по мнению авторов, могут также косвенно ассистировать агрессорам, смеясь над мишенью буллинга. Что касается распределения ролей, то доля буллеров значительно выше доли жертв (12% против 4%), а процент тех, кто, подвергшись унижениям в Интернете, впоследствии и сам издевался над другими, хоть и мала, но вполне сопоставима с долей жертв – 3%. Похожие данные были получены в рамках проекта «Дети России онлайн»: 17,9% – жертвы и 2,6 % – агрессоры [5].

В данной исследовательской работе предпринимается попытка проанализировать степень распространения кибербуллинга среди студентов средних профессиональных образовательных организаций на примере ГПОУ «СЛТ», на а также особенности его проявления.

Были сформулированы следующие исследовательские вопросы.

1. Какова степень распространенности кибербуллинга среди студентов СПО?
2. Существует ли четкая разница между юношами и девушками, принимающими участие в кибербуллинге в качестве как жертв, так и агрессоров?
3. Существует ли проблема кибербуллинга у взрослой аудитории?
4. Характерно ли для жертв кибербуллинга желание отомстить? Насколько часто жертвы кибербуллинга стремятся отомстить своим обидчикам или же унижить другого человека, не участвовавшего в процессе онлайн-травли, чтобы восстановить собственную самооценку и социальный статус в среде товарищей.

Исследование основано на методе анкетирования. Анкета, разделенная на три части, подразумевала описание опыта столкновения с кибербуллингом в качестве жертвы и в качестве агрессора (если имелся подобный опыт).

Также при изучении проблемы кибербуллинга важно определить существует ли зависимость между тем временем, которое респондент проводит в интернете и подверженностью кибербуллингу. Так, исследование предполагает ответ на вопрос будет ли зависеть негативный опыт от объема времени, проведенного в Сети, или от использования некоторых интернет-ресурсов. Соответствующие вопросы были включены в первую часть анкеты.

Ссылка на анкету распространялась через социальную сеть «ВКонтакте» и официальный сайт ГПОУ «СЛТ». Предложенную анкету заполнили 67 респондентов. Выборка охватывает студентов 1-3 курсов и преподавателей техникума (рис.1).

Кем вы являетесь?

67 ответов

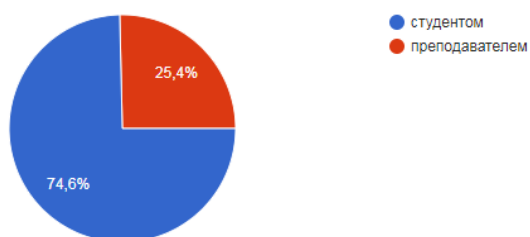


Рисунок – 1 Характеристика выборки

Студенты являются активными пользователями Интернета. Как показали данные анкетирования, значительная часть респондентов (43,3%) ежедневно проводит в Интернете свыше 4 часов, еще 38,8% проводят в Сети не менее трех часов в день. Как видно из рисунка 3 студенты проводят гораздо больше времени в интернете в сравнении с преподавателями (рис. 2).

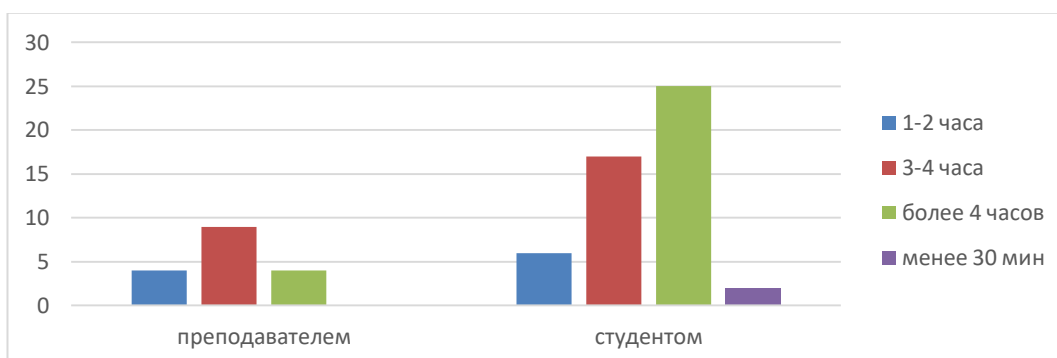


Рисунок – 2 Время, которое преподаватели и студенты ежедневно проводят в Интернете

Причем, анализ ответов показывает, что не прослеживается четкой зависимости между характеристиками респондентов и временем, которое они ежедневно затрачивают на Интернет: и юноши, и девушки проводят в Сети свыше 4 часов.

Исследование показало, что наиболее распространенными видами кибербуллинга являются троллинг, хейтинг и флейминг (рис. 3).

67 ответов

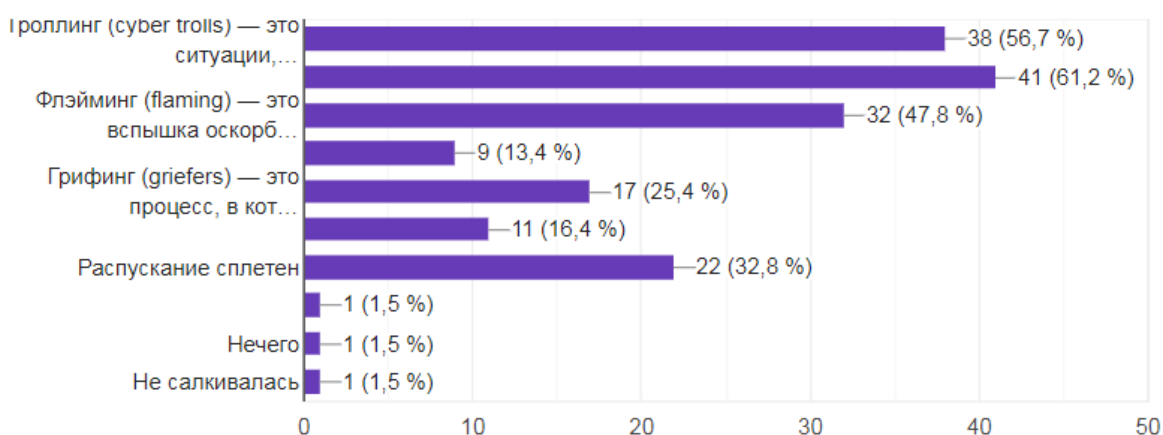


Рисунок – 3 наиболее распространенные виды кибербуллинга

Чаще всего пользователи Сети сталкиваются с фактами интернет-травли в социальных сетях (79,4%).

37,3% опрошенных сталкиваются с фактами интернет-травли очень часто, 9% - каждый день, 9% никогда не сталкивались с такими негативными проявлениями.

13,4% опрошенных признались, что выступали в качестве агрессоров, организаторов интернет-травли, 20% случилось быть жертвой кибербуллинга.

В качестве мотивов агрессивного поведения в сети большинство респондентов отметили раздражение и желание развлечься (18 и 12% соответственно).

Реакция на кибербуллинг. Данные анкетирования говорят о том, что жертва интернет травли в 50% случаев испытывает желание отомстить обидчику или отразить агрессию на других членов интернет-сообщества.

Таким образом, исследование показало, что проблема интернет-травли среди студентов и даже преподавателей СПО существует и требует внимания со стороны преподавателей, психологов, воспитателей и студенческого актива.

Как показывают результаты исследований, кибербуллинг оказывает негативное влияние на здоровье и социальные контакты подростков и молодежи. Постоянное чувство тревоги и страха может привести к сильным головным болям, снижению иммунитета, нарушению познавательных процессов (память, внимание), в целом к

ухудшению общего физического здоровья человека. Кроме того, из-за постоянной травли и давления у подростков и молодых людей резко снижается успеваемость и появляется нежелание общаться с людьми. Все перечисленные последствия влияния кибербуллинга на личность в конечном итоге могут привести к суициду, а именно к «буллициду» – доведению до самоубийства путем психологического насилия [5].

Волченкова Е.В. выделяет два направления профилактики кибербуллинга. Первое направление связано с развитием технических приспособлений, ограничивающих нежелательный контент (фильтры, цензура), что в частности предполагает использование в социальных сетях и на веб-сайтах разнообразных кнопок тревоги («пожаловаться»), а также настройку конфиденциальности персональных аккаунтов. Данное направление включает создание системы быстрого реагирования провайдеров контента и сервисов, операторов связи, правоохранительных структур на противоправную деятельность в Интернете. Второе направление профилактики кибербуллинга предусматривает обучение пользователей Интернета основным правилам безопасности и корректного поведения по отношению к другим пользователям.

За рубежом существуют специальные веб-сайты, посвященные повышению интернет грамотности и обучению корректному, неагрессивному и невиктимному поведению в Интернете. В частности, рассматриваются ценностные аспекты тех или иных поступков в сети, обсуждается проблема внутреннего выбора, который человек совершает, ведя себя в Интернете жестоко, неуважительно по отношению к другим пользователям или распространяя ложную информацию, порочащую честь и достоинство и т. д.

Выводы:

- Анализ результатов анкетирования показал, что большинство респондентов знакомы с проблемой кибербуллинга.
- Пятая часть опрошенных становились жертвами интернет-травли.
- Существуют признаки, по которым можно выявить жертву кибербуллинга.
- Необходима диагностическая, профилактическая работа по рассматриваемой проблеме, а также психолого-педагогическая поддержка жертв кибербуллинга.

Таким образом, исследование показало актуальность проведения профилактических мероприятий и психолого-педагогической работы с жертвами кибербуллинга. В ходе работы была составлена подборка видеоматериалов и статей по рассматриваемой проблеме, которые можно использовать в ходе профилактических бесед, классных часов и внеклассных мероприятий.

Список литературных источников:

1. Бенгина Е.А. Кибербуллинг как новая форма угрозы психологическому здоровью личности подростка / Е.А. Бенгина // Вестник ГУУ. 2018. №2. – С. 153-157.
2. Волченкова, Е.В. Профилактика кибербуллинга в подростково-молодежной среде /Волченкова, Е.В. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://postnauka.ru/longreads/86459>
3. Ильминскова В.В. Буллинг как форма проявления девиантного поведения // Психологическая культура и психологическое здоровье личности в современных социокультурных условиях: материалы региональной науч.-практ. конференции. Тольятти: Изд-во Тольят. гос. унта, 2015. – С. 118–121.
4. Ключко Е.И. Воздействие Интернета на суицидальное поведение молодежи // Общество. Среда. Развитие (Terra Humana). 2014. №1 (30). – С. 69-72.
5. Хломов К. Виды кибербуллинга, их влиянии на психику и новых ролях жертвы и агрессора / К. Холмов [Электронный ресурс]. – режим доступа: <https://postnauka.ru/longreads/86459>

СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

(ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Цывунин Дмитрий Вениаминович, 1 курс, группа 19, 23.01.17 Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей

Научный руководитель: Гладышева Елена Николаевна, преподаватель информатики

В глобальном виртуальном мире – глобальные проблемы. Непонимание основ информационной безопасности приводит к трагедии. Нынешнее поколение не умеет пропускать бесконтрольно поступающую информацию из социальных сетей через фильтры собственных морально-нравственных ориентиров.

В особую зону риска, под контроль экстремистских организаций, торговцев спайсами, ЛГБТ-организаций, различных радикально ориентированных религиозных течений, сект, попадают дети, родители которых заняты исключительно собой.

В основу данной работы легли материалы Мониторингового центра по выявлению опасного и запрещенного законодательством контента «Сдай педофила!» и исследования авторов: В.П. Петрова и С.В. Петрова, А.О. Левченко, Д.А. Губанова, Д.А. Новикова, А.Г. Чхартишвили.

Цель данного исследования – выявить скрытые угрозы длительного общения с незнакомыми людьми и организациями в социальных сетях, влияние виртуальных сообществ на неокрепшую детскую психику.

Актуальность темы исследования: борьба за будущее детей против преступных замыслов, шантажа, бесконтрольного потока негативной информации.

В настоящее время все средства массовой информации ориентированы на распространение негативных «горячих» новостей, которых в нашем «мире без границ» достаточно. От великого множества негативных материалов человек, не обладающий определенной культурой восприятия информации и нужным иммунитетом, действительно может заболеть, сойти с ума, потерять способность реально воспринимать ситуацию, отделять ложь и фальшь от правды в информационном потоке. У некоторых наступает паралич воли, характерный для человека-зомби. Сегодня речь пойдет о такой системе коммуникаций, где в отличие от каналов СМИ, есть возможность поддерживать старые социальные связи и заводить новые в планетарном масштабе.

История появления социальных сетей

- 1995 г. - первая социальная сеть classmates.com, англоязычный прообраз российских Одноклассников.
- 2004 г. - facebook.com, 1 место по популярности.
- 2006 г. - vk.com, самая известная российская сеть, копия facebook.com.

Рассыпанные в социальном пространстве социальные связи, объединяясь, собираются в мощную субъектную композицию. Социальные сети составляют «живую ткань» общественной жизни и позволяют участникам эффективно взаимодействовать для достижения общих целей. Эти взаимосвязи связывают не столько человеческие личности, сколько позиции – это сплетение идей, правил, действий и интересов. Пронизывая социальное пространство всем спектром вертикальных и горизонтальных связей, социальные сети аккумулируют значительный социальный капитал на основе доверия, взаимной поддержки, симпатий, предпочтений, участия в общих делах.

«Социальные сети в информационном пространстве планеты, помимо выполнения функций поддержки общения, обмена мнениями и получения информации их участниками, в последнее время всё чаще становятся объектами и средствами информационного управления и ареной информационного противоборства. В недалеком будущем они неизбежно станут существенным инструментом информационного влияния, в том числе в целях манипулирования личностью, социальными группами и обществом в целом, а также, наверное, полем информационных войн.» [2, с.3].

Влияние социальных сетей: зависимость, хакинг, сексуальные домогательства, экстремизм, девиантное поведение, нетократия. Идет нарастание проблем, деформирующих внутренний мир отдельных людей.

Что таят в себе социальные сети? Одна из главных угроз – сообщества педофилов, в которых пропагандируют легализацию сексуальных отношений с детьми. Некоторые сообщества создали сутенеры для организации детской проституции. [1] Проблема приняла всероссийский масштаб.

Исследования, изучающие взаимосвязь между подростками, социальными сетями и употреблением наркотиков, показали, что 70% подростков в возрасте от 12 до 17 лет, которые пользуются социальными сетями ежедневно, в пять раз чаще **курят табак**, в три раза чаще **употребляют алкоголь** и в два раза чаще **курят «травку»**. Кроме того, 40% подростков признались, что были подвержены **влиянию фотографий и различных изображений** в социальных медиа.

Исследователи взяли на заметку пагубное влияние социальных сетей на подрастающее поколение. В наше время дети используют такую лексику при общении в социальных сетях, что их тринадцатизначный мат в филигранных выражениях уложит на лопатки любого сантехника. Социальные сети стали в современных условиях мощным инструментом влияния на молодое поколение. Иллюзорный, виртуальный мир становится все более притягательным для молодых людей. Убегая от реальных проблем в виртуальный мир, молодые люди, не осознавая это, начинают воспринимать его как часть реального. Что безусловно отражается на развитии человека, как полноценной личности, способной нормально функционировать в современном социуме.

Список литературных источников:

1. Левченко А.О. Дети онлайн: опасности в Сети. – М.: ООО «Издательство "Э"», 2015. – 230 с.
2. Губанов Д.А., Новиков Д.А., Чхартишвили А.Г. Социальные сети. Модели информационного влияния, управления и противоборства / Под ред. чл.-корр. РАН Д.А. Новикова. – М.: Издательство физико-математической литературы, 2010. – 228 с.
3. Петров В.П., Петров С.В. Информационная безопасность человека и общества. – М.: Издательский дом НЦ ЭНАС, 2007. – 410 с.

ВЛИЯНИЕ ЖАРГОНА НА РЕЧЬ ПОДРОСТКОВ 17-19 ЛЕТ (ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Изорян Иван Александрович, 1 курс, группа 14-2, 15.01.20 «Слесарь по
контрольно-измерительным приборам и автоматике»

Научный руководитель: Исакова Оксана Викторовна,
Войтенко Павел Николаевич,
преподаватель дисциплин профессионального цикла ГПОУ «СЛТ»

Влияние жаргона на речь подростков 17-19 лет

В современной России остро встал вопрос воспитания подрастающего поколения страны, связанный с огромным потоком ненормированной лексики, жаргонизмов, вливающих в язык подрастающего поколения, что ведет к необратимым последствиям в языке, теряющем свою яркость, выразительность, самобытность. Причины употребления жаргонизмов в речи – обучающиеся используют жаргон как средство выразительности, считая его модным и таким образом стремясь создать свой мир, отличный от взрослого.

Ключевые слова:

Язык – это часть культуры, в которой отражен не только общественно-исторический опыт человечества, но и социальный статус конкретного слоя общества. Язык имеет знаковую природу и системную организацию, являясь, вследствие этого, универсальным средством общения. Язык используется в быту, в производственной деятельности человека, в различных областях науки, культуры, общественной и политической жизни общества. Выбор и активизация различных языковых средств в каждом конкретном случае зависит от целей, задач и условий общения, а также от социальной среды, возрастной группы и многих других факторов. Так проявляется функциональное расслоение русского языка. В различных функциональных слоях языка используется своеобразная стилевая система: в быту – бытовая, в общественно-политической жизни – публицистическая, в административно-правовой – деловая и т.д. Различаются также социальные диалекты, которые принято разделять на три большие группы: жаргоны, условно-профессиональные языки, арго.

В современной России остро встал вопрос воспитания подрастающего поколения страны. Прежде всего, это обусловлено тем, что современная молодежь характеризуется низким уровнем гражданской ответственности, снижением интереса к историческому прошлому своей страны, а это значит, что проблемы патриотического

воспитания должны быть в России первостепенными. Огромный поток ненормированной лексики, жаргонизмов, вливающих в язык подрастающего поколения, ведет к необратимым последствиям в языке, теряющем свою яркость, выразительность, самобытность. Поэтому культура речи современного человека, и прежде всего молодежи и школьников, вызывает беспокойство со стороны правительства России, это волнует общественные организации, ученых. К сожалению, обучающиеся нашего техникума не стали исключением.

В современном мире речевая культура испытывает сильный натиск иностранных слов и жаргона. Особенно это заметно в речи подростков. Они определяют жаргон как «свой» язык. Сегодня жаргон подростков – это объективная реальность. Преподаватели и родители перестали понимать подростков. Поэтому в наши дни проблема молодежного жаргона актуально как никогда.

Так почему же подростки употребляют жаргонные слова в своей речи? Проходит ли это явление с возрастом?

Чтобы ответить на этот вопрос, было проведено анкетирование, в котором приняли участие 15 подростков группы 14-2. Результаты оказались следующими:

Употребляют жаргонные слова – 100% подростков, причем из них часто употребляют – 34%, нечасто - 66%; не употребляют - 0%. Из числа опрошенных 85% – молодых людей, все они употребляют жаргоны.

Употребление жаргона в разной обстановке, ситуации: в быту – 32%; в общении со сверстниками на улице, в техникуме – 68%;

Слышат жаргон в речи взрослых, в том числе и преподавателей, – 93%, нет - 7%. Это также настораживающие цифры. В речи взрослых обыденным стало употребление термина «обалдеть» для выражения удивления, восторга; ругательного слова «блин», «заколебал», «достал» - надоел.

Причины употребления в речи жаргона анкетированные указали следующие: привлечь внимание окружающих, поддерживать отношения с товарищами – 17%; придать собственной речи живость, юмор – 32%; потому что все так говорят - 34%; 17% считают, что это прикольно.

На вопрос «Поправляют ли преподаватели Вашу речь?» утвердительно ответили 17% опрошенных, не постоянно, но все же делают замечания – 66%, а 17% отмечают, что преподаватели не обращают внимания на речь подростков.

Анкета также содержала вопрос: «Чья речь является для вас образцом?». Ответы: речь друзей – 17%, речь родителей – 68%, речь преподавателей – 15%, то, как говорят на телевидении и радио – 0%.

Таким образом, можно сказать, что основы культуры речи закладываются в семье, так как 68% респондентов образцом считают речь родителей (Прим. 50% родителей обучающихся группы имеют высшее образование)

Обработка анкет показала, что зачастую подростки в минуты жизненных неурядиц прибегают к жаргону, чтобы снять стресс. Обучающиеся используют жаргон как средство выразительности, считая его модным и таким образом стремясь создать свой мир, отличный от взрослого.

Установлено также, что многие подростки относятся к сленгу как временному явлению в их речи, но, к сожалению, немалая часть опрошенных считает жаргонизмы необходимыми словами. Отмечено и то, что чем старше становятся молодой человек, тем осознанней они относятся к своей речи.

Речь человека есть воплощение, реализация языка. Чем больше разных слов употребляет говорящий, тем красивее и богаче его речь. И наоборот, если словарный запас скуден, то речь такого человека корява, убога, примитивна. Но, наряду с корявостью и примитивностью речи, мы все чаще стали встречаться с такими явлениями в речи молодежи, как неграмотность, несвязность, грубость, сквернословие, жаргон, с которыми мы, к сожалению, все свыклись. А ведь замечено, что речевая засоренность может спровоцировать душевное огрубление, отрицание духовных ценностей нашего общества.

Задача каждого образованного человека – бороться за чистоту русского языка. Как сказал великий русский драматург А. П. Чехов: «Надо воспитывать в себе вкус к хорошему языку».

Список литературных источников:

1. Горшков, А.И. Русская словесность: От слова к словесности.10-11кл.- М.:Дрофа,2001.–464с
2. Даль, В.И. Толковый словарь живого великорусского языка. М.:Астрель– АСТ,2002.-1158с.
3. Локшина, С.М. Краткий словарь иностранных слов. М.:Русский язык.1979.– 352с.
4. Даль, В.И. Иллюстрированный толковый словарь живого великорусского языка / В.И. Даль; Под ред. В.П. Бутромеев. - М.: Олма Медиа Гр., 2013. - 448 с.
5. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений. — 4-е изд., М.: Высшая школа, 2003. — 944 с.

ЗДОРОВЬЕСБЕРАГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ (ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Исаков Константин Владимирович, 1 курс, группа 14-2
15.01.20 «Слесарь по контрольно-измерительным приборам и автоматике»,

Научные руководители: Исакова Оксана Викторовна, преподаватель
общепрофессионального и профессионального циклов,
Осачий Алексей Иванович, руководитель физического воспитания

Поддержание водно-солевого баланса во время тренировок имеет ключевую роль для здоровья спортсменов. Ведь именно, этот процесс в большей степени влияет на их возможности, вплоть даже до того, что является основной причиной износа организма.

Объект исследования: здоровьесберегающие технологии на уроках физкультуры в тренировочном процессе.

Предмет исследования: наиболее эффективные способы восстановления водно-солевого обмена применяя различные способы употребления жидкости.

Цель исследования: Рассмотреть, как эффективнее восстановить водно-солевой обмен, применяя различные способы употребления жидкости.

Задачи исследования:

- Сравнить эффективность восстановления водно-солевого баланса используя следующие напитки: сок, минеральная вода, зеленый чай.
- Вычислить объем воды необходимый для поддержания организма в тонусе на протяжении всей тренировки.
- Рассмотреть, за какое время необходимо принимать воду до тренировки для последующего сглаживания процесса дегидратации во время ее проведения.
- Сравнить между собой различные спортивные секции (футболисты, баскетболисты, волейболисты, настольный теннис) и обычные обучающиеся (не спортсмены).
- Сделать заключение на основе потребления воды, потребовавшейся для восстановления водно-солевого баланса.

Методы исследования: описательный метод, интервьюирование, анкетирование.

Во время физических нагрузок и при занятии спортом я ощущал усталость, что и привело меня к решению вопроса дегидратации организма.

Регидратация непосредственно в процессе длительной мышечной деятельности. Поскольку вода содержится в большинстве тканей тела человека, возмещение ее запасов играет жизненно важную роль во всех процессах и функциях организма во время тренировок и соревнований. Согласно современным представлениям, прием жидкости на протяжении тренировки и перед ней, во время, по окончании, а также в период соревнования является необходимым условием высокой спортивной работоспособности.

Количество ежедневно потребляемой воды в норме колеблется от 2,5 зимой до 3,5 л летом. Во время физических нагрузок тело теряет жидкость через кожу в виде пота и водяного пара в выдыхаемом воздухе. Количество потерянной жидкости зависит от температуры окружающего воздуха, влажности и высоты над уровнем моря и варьирует в диапазоне 0,5-1,2 л. В экстремальных условиях окружающей среды потери жидкости могут составить до 2 л в час и больше. Когда обезвоживание превышает 2% массы тела, наблюдают заметное ухудшение физической работоспособности.

В ходе исследования было выявлено, что основной причиной усталости является повышенная потеря жидкости. Которая приводит к эффекту домино в организме, т.е. запускает последовательность физико-химических реакций.

Чтобы сгладить данный процесс, мною было проведено исследование, в ходе которого спортсмены прошли анкетирование. И на основе полученных данных я вывел рекомендацию.

Во-первых, при выборе напитка рекомендуется использовать зеленый чай или минеральную воду без газов.

Во-вторых, рекомендуется употреблять 200 – 300 мл жидкости в течение периода проведения тренировки.

В-третьих, следует принимать жидкость за 1 час до начала тренировки.

Список используемых источников:

1. Пшендин А., Питание и спорт // Легкая атлетика. - 1988
2. Шмидт Р., Тевс Г. /ред./ Физиология человека. /пер. с англ./ М., 1986, т.3.
3. Sportwiki, Вода в организме человека [Электронный ресурс] – Режим доступа URL: <http://sportwiki.to>

ПЬЕЗОЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ НАПОЛЬНЫЕ ПОКРЫТИЯ (ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Одинцов Егор Владимирович, 2 курс, группа 24,
15.01.20 «Мастер по контрольно-измерительным приборам и автоматике»

Научный руководитель-Новикова Л.Д., преподаватель

В настоящее время всё в мире основано на электричестве. Для экономии денежных средств люди придумали множество способов, как получать электричество из окружающего нас мира. Например, ветровые электростанции, солнечные панели и иные устройства, которые помогают людям получать альтернативную энергию и сохранять её.

Эта тема особенно актуальна в наши дни, т.к. к 2040 году глобальные потребности в электроэнергии возрастут почти на 80%. (International Energy Agency). Спрос на новые технологии получения энергии растет и постоянно находятся более экологичные и эффективные решения. Одна из таких экологичных технологий получения энергии — пьезоэлектрические напольные покрытия - пьезогенераторы. С помощью пьезогенераторов можно вырабатывать энергию за счёт повседневных движений человека.

Целью данной работы:

1. исследование технологии получения электроэнергии с помощью пьезоэффекта.
2. найти выгоду в применении пьезоэлектрических плит, которые за счёт усилия преобразуют механическую энергию в электрическую.

Задачи:

1. Рассмотреть явление пьезоэффекта.
2. Изучить научные статьи, раскрывающие технологию получения энергии с помощью пьезогенераторов.
3. Исследовать принцип работы пьезогенератора.

Пьезоэлектричество было открыто в 1880 году братьями Жаком и Пьером Кюри. Они заметили, что при давлении на кварц или отдельные кристаллы образуется электрический заряд. Позже это явление получило название пьезоэлектрического эффекта. Пьезоэлектричество — это получение электрической энергии под действием механических напряжений, например, в напольном покрытии во время ходьбы. Когда объект изгибается под действием нажатия, отрицательный заряд создается на выгнутой стороне и положительный заряд — на сжатой (вогнутой) стороне. Когда усилие

прекращается, в веществе возникает электрический ток. Пьезоэффект, который применяется в пьезогенераторах, заключается в том, что в устройстве имеется специальный диэлектрик, к которому прикладываются механические напряжения. В результате диэлектрик на двух разных концах создает разницу потенциалов. В итоге, создавая давление на подобный пьезоэлемент, можно на выходе получить электрическое напряжение определенной величины. Пьезоэлектрические плиты преобразуют кинетическую энергию в электрическую и передают туда, куда необходимо. Количество генерируемой энергии зависит от веса человека, максимального изгиба и типа движения (ходьба или бег).

Пьезоэлектрические материалы по своей сути довольно простые и характеризуются всего лишь двумя физическими величинами – диэлектрической проницаемостью и пьезоэлектрическим модулем. От первой величины зависит емкость пьезоэлемента, а от пьезоэлектрического модуля – электрический заряд, образующийся на электродах, после того как к ним была приложена какая-то сила.

Выводы:

Преимущества:

1. Длительный срок службы.
2. Небольшой размер.
3. Независимость от погодных условий.
4. Отсутствие отходов, а так же загрязнения окружающей среды.
5. Не требует выделения доп. площадей.
6. Широкое применение пьезогенераторов в разных устройствах.

Недостатки:

1. Выработка электрического заряда только в момент механического воздействия. Ток идет краткосрочный, что требует внедрение в ряд устройств дополнительных элементов. В результате конструкция усложняется, а значит, утрачивает свою надежность.

2. Небольшой ток. Пьезогенератор является преобразователем, но не источником электроэнергии.

3. На текущий момент времени пьезогенераторы не могут использоваться для питания мощных устройств.

Список используемых источников:

1. Рынок микроэлектроники. Биморфные пьезоэлектрические элементы. [Электронный ресурс]. – режим доступа: http://www.compitech.ru/html.cgi/arhiv/03_04/stat_46.htm
2. Компоненты и технологии. Состояние и перспективы развития пьезоэлектрических генераторов. [Электронный ресурс]. – режим доступа: http://www.kit-e.ru/articles/elcomp/2012_9_63.php
3. Пьезоэлектрические напольные покрытия как источник электроэнергии [Электронный ресурс]. – режим доступа: <https://altenergiya.ru/novosti/piezoelectric-flooring.html>

РИФМА В РЕКЛАМЕ

(ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Лыгин Никита Сергеевич, 2 курс, группа 26,
13.01.10. «Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования»

Научный руководитель: Новикова Л.Д., преподаватель

Реклама – двигатель торговли, «информатор» о достижениях в различных областях производства – способствует быстрому ознакомлению потребителя с новыми стандартами жизни, а иногда и навязывает их.

Данная тема актуальна в настоящее время, т.к. добиться необходимых результатов в бизнесе возможно только при умелом использовании маркетинговых коммуникаций, и в особенности рекламы. По этой причине каждое современное предприятие пытается найти способы продуктивного использования средств рекламы.

Цель моей работы - исследование влияния рифмы в рекламе на запоминаемость рекламы. Задачи:

1. Изучить статьи по методике составления рекламных слоганов.
2. Провести социологический опрос в своем населенном пункте на какие особенности обращают внимание люди при просмотре рекламы.
3. Выяснить с помощью дистанционного анкетирования в социальной сети Вконтакте, как влияет рифма на запоминаемость рекламы.

Рекламный девиз — слоган — является наиболее важной частью любого рекламного обращения. Именно в нем заключена основная идея всей рекламной кампании. От успеха слогана зависит и успех самой фирмы. Выразительные особенности, присущие афоризмам и пословицам, такие как ритмичность, созвучия, рифма, заявляют о себе и во всех удачных слоганах.

Практические принципы написания рекламного слогана: точность, краткость, простота, оригинальность, рифма, запоминаемость.

Для удобства описания отдельных художественных приемов и их роли в эффективности слогана существует три измерения: звук, слово, предложение.

С целью выявить, на какие особенности обращают внимание люди при просмотре рекламы, проведен опрос 74 человек различного возраста.

1. На что обращаете внимание, когда смотрите рекламу?

Обращают внимание на иллюстративный текст-65%, обращают внимание на слоган 7% и не обращают внимание на рекламы 28%

2.Какие ошибки замечаете в рекламах?

Замечают речевые ошибки 34%, грамматические-2%, затрудняются ответить 74%.

3.Как вы считаете, влияет ли реклама на покупку товара?

Реклама влияет на покупку товара-71%, не влияет на покупку товара-26%, не смогли ответить на вопрос 3%.

4.Какую рекламу вы предпочитаете: «немую» или со звуком?

77% ответили, что предпочитают звуковую рекламу, 16% предпочли «немую» рекламу и безразличных оказалось 7%.

Выводы:

1.Опрошенные значительно больше обращают внимание на иллюстративные моменты, чем словесные формулы рекламы. Обращают внимание на музыкальное сопровождение рекламы.

2.В запоминающихся слоганах, сказанных опрошенными, используются, в основном, ритм (Сделай паузу, скушай Твикс), рифма (Ваша киска купила бы Вискас).

3. Рифма в рекламе значительно улучшает запоминаемость более чем в 1,5 раза.

Список используемых источников:

1. Добрикова Т. С., Ковалева А. М. Роль рекламы в современном обществе // Молодой ученый. — 2012. — №12. — С. 201-203. — URL <https://moluch.ru/archive>
2. Технические науки–Коммуникации. Рифма и ритм в рекламных слоганах [Электронный ресурс]. – режим доступа: <http://scicenter.online/kommunikatsii-scicenter/rifma-ritm-reklamnyih.html>
3. Большая онлайн библиотека. [Электронный ресурс]. – режим доступа: [https://www.e-reading.club/chapter.php/102994/28/Berdyshev -
_Reklamnyii_tekst._Metodika_sostavleniya_i_oformleniya.html](https://www.e-reading.club/chapter.php/102994/28/Berdyshev_-_Reklamnyii_tekst._Metodika_sostavleniya_i_oformleniya.html)

ЭКОЛОГИЯ ПИТАНИЯ СОВРЕМЕННОГО ПОДРОСТКА (ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Данилов Никита Владимирович,

Крыцовкин Владислав Игоревич, 1 курс, группа 17,

15.01.09 Машинист лесозаготовительных и трелевочных машин.

Логинова Кристина Николаевна, 1 курс, группа 16-1, 13.01.10 Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования

Научный руководитель: Тараканова Надежда Никифоровна, преподаватель биологии

Питание является жизненной необходимостью человека.

В настоящее время заметно возрастает понимание того, что пища оказывает на человека значительное влияние. Она даёт энергию, силу, развитие, а при грамотном её употреблении – и здоровье. Можно с определённой уверенностью утверждать, что здоровье человека на 70% зависит от питания. Пища зачастую является основным источником большинства заболеваний, однако с её же помощью можно и избавиться от многолетних недугов. Как ни соблазнительна пёстрая палитра продуктов питания и готовых изделий из них, но велики и проблемы, связанные с производством пищи, которые породила современная цивилизация.

А вообще, что такое здоровое питание? Это: разнообразие продуктов; сбалансированный рацион; вкусно; недорого; полезно для всех.

В мире существуют десятки тысяч различных продуктов питания. Кроме созданных человеком натуральных продуктов (вино, хлеб, кисломолочные продукты и пр.) и искусственных, в естественном виде в природе не встречающихся, в последнее столетие появилось много синтетических продуктов, изготовленных на основе органических веществ. К ним относятся и пищевые добавки, которые вносят в продукты питания для придания аромата, вкуса и цвета, создания необходимой структуры, а также полной или частичной замены натурального сырья. Чаще всего это химически обработанные природные или синтетические вещества. Пищевые добавки очень важные вещества с точки зрения покупательской способности товаров, но в то же время многие из них являются токсичными. Покупая различные продукты в красивых упаковках, мы часто даже не задумываемся об их составе. Однако во многих случаях его знание помогло бы избежать отравления или заболевания, вызываемого чрезмерным содержанием красителей, загустителей, и т.п., содержащихся в том или ином продукте. Информирование людей о применении

пищевых добавок в продуктах питания является не только социальной, но и экологической проблемой

Поэтому целью нашей работы было выяснить, чем питается современный подросток, и насколько экологически безопасны продукты питания, составляющие его рацион. Актуальность работы обусловлена необходимостью анализа и значения правильного и экологического питания, в формировании здоровья и жизни подрастающего поколения. Для достижения цели были поставлены задачи:

- 1- Изучить научную литературу;
- 2- Изучить классификацию пищевых добавок;
- 3-Провести социологический опрос среди студентов;
- 4-Узнать влияние пищевых добавок на здоровье человека.

Мы изучили состав продуктов употребляемых нашими студентами. В ходе исследовательской работы было выяснено, что любимыми лакомствами молодежи являются: газированные напитки, чипсы, сухарики, лапша быстрого приготовления и шоколад. Проведенный анализ этих продуктов показывает, что данные продукты содержат «пищевые добавки», которые наносят вред растущему организму. Пищевые добавки - это химическое вещество, добавляемое к пищевым продуктам с целью улучшения вкуса, повышение питательности или предотвращения порчи продуктов.

Пищевые добавки можно разделить на несколько групп:

- Пищевые красители (Добавки с индексом E100-E199, они придают продуктам питания цвет, восстанавливают цвет продукта утраченный при обработке.
- Консерванты (Добавки с индексом E200-E299), отвечают за сохранность продуктов, предотвращая развитие бактерий или грибков.
- Антиоксиданты (Добавки с индексом E300-E399), защищают продукты питания от окисления и изменения цвета.
- Стабилизаторы (Добавки с индексом E400-E499), сохраняют консистенцию продуктов, повышая их вязкость
- Эмульгаторы (Добавки с индексом E500-E599), они создают однородную смесь, из несмешиваемых в природе веществ.
- Усилители вкуса (Добавки с индексом E600-699), усиливают вкус и аромат.

Исследование, проведенные в группах первого курса показало, что чаще всего студенты пьют «газированную воду» которая содержит пищевые добавки (E330) которая разъедает зубную эмаль, и способствует развитию кариеса. Добавка E338- вымывает кальций из организма. Добавка E390- содержащаяся в газировке возбуждает желудочную секрецию и повышает кислотность. На втором месте по употреблению

оказались чипсы. Вкусовые качества их достигаются благодаря применению различных ароматизаторов, это «E622,E634,E627,E451» - которые вызывают расстройство желудочно-кишечного тракта. Многие подростки покупают жевательную резинку. Мы изучили состав жевательной резинки Dirol, и Orbit, и обнаружили, что они в своем составе содержат: загуститель(E414), антиоксидант(E330), краситель(E171), эмульгатор (E222), которые вызывают заболевания печени, почек и образуют злокачественные опухоли. Часто, чтобы перекусить, мы употребляем лапшу быстрого приготовления. Вкус лапши определяют добавки (E631, E623, E450, E452) которые вызывают желудочно - кишечные заболевания. В шоколадных батончиках мы обнаружили такие пищевые добавки, как E104-желтый хиниловый, E102- тартразин, E110- желтый солнечный закат, E129- красный очаровательный , E171- диоксид титана , которые нарушают углеводный обмен в организме.

2 тысячи лет назад основатель современной науки Гиппократ говорил своим пациентам: «Пусть пища будет вам лекарством», он утверждал, что организм способен к самовосстановлению лишь при условии правильного питания. Сегодня, к сожалению, подростки в большинстве случаев питаются «опасной» пищей. Естественно, мы не сможем ограничить себя от употребления добавок, потому что в наше время они есть почти в любом продукте питания. Но если выполнять и принять к сведению наши рекомендации, то можно меньше причинить вреда организму.

Соблюдайте наши рекомендации:

1. Не покупайте продукты с неестественно-яркой окраской.
2. Не доверяйте продуктам с длительным сроком хранения.
3. Чем меньше список ингредиентов - тем меньше добавок.
4. Откажитесь от чипсов, супов из пакетов, хот-догов и других продуктов быстрого приготовления, они наполовину состоят из вредных пищевых добавок.
5. Не увлекайтесь магазинными консервами, копченостями, газировками и концентрированными напитками.

Значение питания в жизнедеятельности человека отражает выражение Г.Гейне «Человек есть то, что он ест», тем самым, подчеркивая исключительную роль питания в формировании тела, поведении ребенка. Характер питания оказывает влияние на рост, физическое и нервно-психическое развитие человека, особенно в детском и подростковом возрасте. Правильное питание является абсолютно необходимым фактором для обеспечения нормального кровотока, зрения, полового развития,

поддержания нормального состояния кожных покровов, определяет степень защитной функции организма.

Список литературных источников:

- 1.Малозёмов С. «Еда живая и мертвая» Москва, 2018г
2. Нечаев А.П., Кочеткова А.А., Зайцев А.И «Пищевые добавки» Учебное пособие М. Издательский дом. Дрофа, 2010г
- 3.Серафимова Л.А «Пищевые добавки» Энциклопедия. Издательство. ЗАО «Гиорд», 2014г

ХИМИЯ ВОКРУГ НАС

ВИТАМИНЫ

(ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Борисов Кирилл Эдуардович, 1 курс, группа 15,
15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки))

Научный руководитель: Пантелеева Т. П., преподаватель химии

Витамины необходимы человеку для нормального функционирования организма. Я заинтересовался этой темой потому, что когда я пришёл в больницу с плохим самочувствием, мне сказали, что у меня недостаток витаминов в организме. И я решил разобраться, что такое витамины, как они воздействуют на человека. Я думаю, что эта тема очень актуальна в наше время, так как СМИ, реклама, Интернет, программы ЗОЖ по телевидению пестрят о необходимости витаминов. Моя сегодняшняя цель рассказать, с чем связана такая важность витаминов.

Витамины необходимы человеку для нормального функционирования организма. Я заинтересовался этой темой потому, что когда я пришёл в больницу с плохим самочувствием, мне сказали, что у меня недостаток витаминов в организме. И я решил разобраться, что такое витамины, как они воздействуют на человека. Я думаю, что эта тема очень актуальна в наше время, так как СМИ, реклама, Интернет, программы ЗОЖ по телевидению пестрят о необходимости витаминов. Моя сегодняшняя цель рассказать, с чем связана такая важность витаминов.

Витамины (от лат. *vita* — «жизнь» и амин) — группа низкомолекулярных органических соединений относительно простого строения и разнообразной химической природы. Это сборная по химической природе группа органических веществ, объединённая по признаку абсолютной необходимости их для гетеротрофного организма в качестве составной части пищи (в общем случае — из окружающей среды). Автотрофные организмы также нуждаются в витаминах, получая их либо путём синтеза, либо из окружающей среды. Так, витамины входят в состав питательных сред для выращивания организмов фитопланктона.

Меньшинство составляют синтезируемые в организме: витамин D, который образуется в коже человека под действием ультрафиолетового света; витамин А, который может синтезироваться из предшественников, поступающих в организм с пищей; и одна из форм витамина B₃ (ниацин), предшественником которого является аминокислота триптофан. Кроме того, витамины К и B₇ обычно

синтезируются в достаточных количествах симбиотической бактериальной микрофлорой толстой кишки человека.

В биологической науке нет строгого определения витаминов, есть только необходимые признаки для причисления вещества к витаминам. Вещество, соответствующее следующим четырем признакам, может быть признано витамином:

Жирорастворимые витамины накапливаются в организме, причём местом их накопления являются жировая ткань и печень. Водорастворимые витамины в существенных количествах не запасаются и при избытке выводятся с мочой. Это объясняет большую распространённость гиповитаминозов водорастворимых витаминов и гипервитаминозов жирорастворимых витаминов.

Вот короткое описание самых известных витаминов

- **Витамин С** (аскорбиновая кислота) влияет на обмен веществ (окислительно-восстановительные процессы, на функции центральной нервной системы.) Недостаток витамина С снижает сопротивляемость организма к различным заболеваниям (в том числе, инфекционными заболеваниями). Суточная норма - 70-100 мг. Большое его количество содержится в красном перце, луке, чесноке, шиповнике, цитрусовых культурах, черной смородине, зелени петрушки, укропа.
- **Витамин В₁** (тиамин) при его недостатке отмечается расстройство нервной системы; при отсутствии его возникает болезнь «бери-бери», которая начинается с потери веса, слабости, бессонницы, утраты аппетита, парализуются нижние конечности, развивается мышечная атрофия. Суточная потребность в витамине в среднем - 1,1-2,1 мг в сутки
- **Витамин В₆** (пиридоксин) при его недостатке отмечается раздражительность, заторможенность, изменение состояния кожи, сосудов. Иногда появляются трещины губ и язвочки в уголках рта. Суточная норма потребления - 1,8-2 мг в сутки. Наибольшее количество витамина В₆ содержится в печени и дрожжах.
- **Витамин В₁₂** (цианкобаламин) влияет на кроветворение в костном мозге, участвует в образовании нуклеиновых кислот. При недостатке у людей может развиваться злокачественное малокровие. Суточная норма потребления - 0,003 мг. Содержится этот витамин в яйцах, молоке, мясе, печени.

Список используемых источников:

1. Легко и полезно. Ежедневная необходимость организма человека в водорастворимых витаминах [Электронный ресурс]. – режим доступа: <https://legkopolezno.ru/zozh/pitanie/vodorastvorimye-vitaminy/>
2. НеБолеем. Медицина и здоровье. Справочник витаминов. [Электронный ресурс]. – режим доступа: <https://www.nebolem.net/vitamin-f.php>
3. Википедия. Витамины [Электронный ресурс]. – режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Витамины>

БЕЛАЯ ЭМИГРАЦИЯ В КИТАЕ 1918-1945 ГГ.
(ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Батыченко Александр Александрович, Тютюнов Кирилл Анатольевич,
2 курс, группа 25, 15.01.05. Сварщик (ручной и частично механизированной
сварки (наплавки))

Научный руководитель: Ральникова К.Э., преподаватель истории

С развитием международных отношений в современном мире, следует развивать историческую сторону каждой из стран с акцентом на ее политические и культурные особенности.

Актуальность: Россия – континентальная держава со своими стратегическими приоритетами, которые определяются ее географическим положением.

Преобладание тесных связей, развитие всеобщего образования по обмену, привело к тесному сотрудничеству двух государств. Но если смотреть в далекое прошлое, а именно в период с 1918 – 1931 года, в этих отношениях развивались отрицательные взаимоотношения, которые были связаны с движением больших масс людей из России в Китай.

Предмет исследования: рассмотреть в аспектах научной работы взаимоотношения стран в конфликтной ситуации, связанной с эмиграцией.

Цель исследования: проанализировать отношения между Китаем и СССР в связи с развитием вопросов по эмиграции русского населения.

Задачи исследования:

1. провести исследование по численности населения в российской колонии в Китае, а так же выявить социальный состав.
2. рассмотреть экономическое положение русских эмигрантов в Маньчжурии и в Шанхае
3. исследовать положение русских эмигрантов в колониях – Маньчжурия и Шанхай.

Руководство СССР рассматривало Маньчжурию, как объект сферы влияния, так как на севере этой территории проходила железная дорога, построенная на российские деньги и тем самым представляющая экономические интересы российской стороны. На рубеже начала 20-х годов XX века оставшиеся подразделения представителей белого движения разделились на два центра эмиграции: на севере – Маньчжурия и на юге – Шанхай. [1, с.135] Таким образом, Маньчжурское направление стало одним из

основных направлений во внешней политике на дальневосточном рубеже. Через анализ источников можно прийти к выводу о том, что первые беженцы на территории Маньчжурии появились в 1918г, после крушения белого движения в Забайкалье и Приморье. Один из советских публицистов Э.Генри утверждал, что Китай занимал четвертое место в мире по размерам белоэмигрантской колонии после Франции, Германии и Польши. [3, с. 142-149] По социальному составу российская колония в Маньчжурии (г. Харбин) состояла из 68,7% рабочие, крестьяне и казаки; 3,6% - дворяне 9,5% - мещане; 10,9 % - те, что не определил свой социальный статус. [4, с. 173] Поэтому можно сделать вывод, что характерной чертой дальневосточной эмиграции был ее многонациональный и разрозненный сословный состав, представляющий собой совокупность различных культур. По данным диссертации доктора исторических наук Чуприной М.В. можно проследить национальный состав первых русских колоний в Китае. В Харбине возникли большие общины русских, евреев, поляков, украинцев, белорусов, армян, белорусов, татар, латышей и других. В городе проживали представители 35 различных национальностей. Примерно такая же ситуация сложилась в Шанхае, втором крупном центре российской эмиграции.[4, с. 70] Рассмотрев экономический статус русских эмигрантов в Маньчжурии, можно сделать вывод, что каждый русский эмигрант располагал капиталом почти в 10 раз больше капитала средне-статического китайца. Так, капитал белых русских составлял во второй половине 1920-х годов 158 млн. золотых рублей: На одного человека в среднем 2 633 рубля, когда для одного китайца примерно 280 рублей. Но постепенно ситуация менялась в связи с проводимой политикой правительства Китая. Так, в 1943 г. из 657 русских семей, имущих было – 66, малоимущих – 96, неимущих – 505 семей, то есть примерно 77%.

Список литературных источников:

1. Аблова Н. Е. КВЖД и Российская эмиграция в Китае: международные и политические аспекты истории (первая половина XX века). М. : русская панорама, 2005. 430 с.
2. Белов Е.А. Россия и Китай в начале XX века: Русско-китайские противоречия в 1911-1919. М.: ИВ РАН, 1997. с. 315
3. Ван Чжичэн. История русской эмиграции в Шанхае / Пер. с кит. Пань Чэнлонга, Сяо Хуэйчжуна, Лю Юйциня, Бэй Вэньли, Л. П. Черниковой. Предисл. Л. П. Черниковой. М., 2008. с. 576

4. Егоров Н., Цыбин А. Белоэмигрантские организации на Дальнем Востоке в 20-х – начале 30-х гг. XX в. и деятельность советских спецслужб // Проблемы Дальнего Востока. 2008. № 5. Научная статья.

КОМПЛЕКТАЦИЯ СОВРЕМЕННОГО АВТОМОБИЛЯ (ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Кондрашов Роман Евгеньевич, Ерхан Владислав Сергеевич, 1 курс,
группа 19, 23.01.17. Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей

Научный руководитель: Таскаев Игорь Александрович,
Потынга Дмитрий Павлович, преподаватель дисциплин профессионального
цикла

В современном мире экологическая проблема приобретает глобальный характер. Одной из причин загрязнения окружающей среды являются автомобили. Их выхлопные газы оказывают пагубное влияние на все живое, в том числе и на человека. Такая проблема существует и в нашем городе. Я живу в центре города и каждый день вижу большое скопление машин на улицах. Я считаю, что каждый человек должен задуматься о том, что необходимо сделать для улучшения окружающей среды, для сохранения своего здоровья.

Проблемный вопрос: что нужно изменить в комплектации автомобиля, чтобы он не загрязнял окружающую среду?

Предмет исследования: комплектация автомобиля

Цель работы: рассмотреть различные виды комплектаций автомобиля

Задачи:

1. познакомиться с историей создания первых автомобилей;
2. проанализировать изменения в комплектации автомобиля;
3. расширить знания об экологически чистых автомобилях;

Изучая литературу по своей теме, я узнал, что в 1769 году первый автомобиль изобрел французский инженер Никола Кюньо. Это была тяжелая платформа на паровой тяге, построенная для перевозки пушек. Переднее колесо поворачивалось вместе с паровой машиной, что приводило к плохой управляемости. Немудрено, что один из первых выездов закончился тараном кирпичной стены. Самоходная платформа не получила применения из-за несовершенства конструкции.

Затем появились первые паровые автомобили для перевозки пассажиров. Фаэтон с паровым двигателем катился со скоростью 30 км/ч, несмотря на вес парового котла и угля. У этой модели котел располагался спереди. Водитель внимательно следил за тем, чтобы котел не перегревался, а автомобиль не слишком разгонялся. Из-за низкой эффективности парового двигателя фаэтоны тоже не получили распространения.

В конце 1885 года немецкие автоконструкторы Даймлер и Майбах создали свой первый двигатель, ими был также придуман карбюратор. Даймлер установил небольшой двигатель на деревянную раму с деревянными же колесами. Таким образом, был создан первый четырёхколёсный самодвижущийся (со скоростью 16 км/ч) экипаж. Именно Даймлер и Майбах решили, что топливом для их двигателя должен быть наиболее легко воспламеняемый бензин.

Первый автомобиль, изобретенный немецким инженером Карлом Бенцем, получил название Motorwagen - «Моторная тележка». Бенц разместил двигатель под сиденьем трехколёсного велосипеда. В качестве привода в данном автомобиле выступала цепь, также наподобие велосипедной. Однако это был первый в мире автомобиль – с бензиновым двигателем и рулевым управлением.

Француз Луи Рено заставил автомобиль легко взбираться на крутые горки, установив на нем коробку передач, в которой крутящий момент на задние колеса передавали не цепи, а вал с карданными шарнирами. Эта схема главной передачи осталась неизменной до настоящего времени у заднеприводных автомобилей.

В конце 30-х гг. в Европе и Америке широкое распространение получили малолитражные машины — первые автомобили для народа. Самыми популярными «народными автомобилями» в Западной Европе были «Ситроен 2CV» и «Фольксваген Жук».

Иван Кулибин сыграл немалую роль в том, как изобрели автомобиль. Его трехколёсная карета, увидевшая свет в 1791 году, состояла из деталей, которые и по сей день есть в каждой машине. Коробка передач, подшипники, маховик и тормоз – заслуга русского «самоделкина».

Создателями первого русского автомобиля считаются Евгений Александрович Яковлев (1857-1898 гг.) и Петр Александрович Фрезе (1844-1918 гг.): 1 (14) июля 1896 года на Нижегородской промышленно-художественной выставке они представили первый автомобиль с двигателем внутреннего сгорания, изготовленный в нашей стране. Были отмечены существенные улучшения в конструкции ходовой части, трансмиссии и кузова автомобиля по сравнению с машинами других фирм.

Годом рождения советского автомобилестроения можно считать 1924 г., когда на Московском автомобильном заводе, созданном на базе автомобильных мастерских, был выпущен первый полутоннажный грузовой автомобиль. На параде 7 ноября 1924 г. по случаю годовщины Октябрьской революции по Красной площади прошли десять грузовиков АМО-Ф-15 – десять первых советских автомобилей. Из легковых

автомобилей хорошо известны «Победа», «Волга», «Москвич», «Запорожец», «Жигули» и другие.

Виды комплектаций автомобиля:

Комплектация – это оборудование транспортного средства теми или иными опциями. Опция или пакет опций - дополнительное оборудование, которое можно установить на автомобиль. Автомобили различных комплектаций имеют множество разных опций. Технические опции автомобиля одни из самых важных. Тут и двигатель и коробка передач и привод автомобиля.

Современный автомобильный рынок отличается многообразием. В настоящее время производители одновременно осуществляют выпуск на рынок несколько вариантов комплектации одного и того же автомобиля. Современные легковые автомобили имеют различные типы кузова, два основных типа трансмиссии – механические и автоматические, развивают высокие скорости движения. Внедорожники могут преодолевать бездорожье. Если говорить о типе двигателя, то в настоящее время можно выделить два основных: бензиновый двигатель и дизельный двигатель. Если говорить о безопасности, то следует упомянуть о ремнях и подушках безопасности, о системе экстренного торможения, системе антиблокировки тормозов, системе стабилизации автомобиля и многих других системах, способствующих повышению безопасности автомобиля. Для перевозки детей предназначены детские сидения.

Дополнительное оборудование может включать противотуманные фары, кондиционеры и другие устройства. Обычно в качестве опций салона рассматриваются сигнализации, музыкальные системы, парктроники, передние и задние стеклоподъемники, подогрев передних сидений, бортовой или маршрутный компьютер или магнитола, климат-контроль, регулировки сидений и руля, чип-ключ и запуск с кнопки старт и многое другое. Их установка зависит от желания водителя. Сегодня приборы автомобилей могут сделать то, что им было недоступно ещё пару лет назад.

Но все эти автомобили загрязняют окружающую среду. На протяжении нескольких лет разрабатываются экологически чистые машины. Электромобиль хорош своей экологической безопасностью, поскольку приводится в движение с помощью электродвигателей с питанием от аккумуляторов или топливных элементов, а не двигателем внутреннего сгорания.

Автомобили на солнечных батареях - это автомобили, которые для передвижения используют солнечную энергию. Солнечные батареи, преобразовывая энергию солнечного света в электрическую энергию, заряжают аккумуляторные

батареи. Те, в свою очередь, с помощью электродвигателя приводят в движение колеса автомобиля.

Водородные двигатели представляют собой разновидность электродвигателей. В данном случае электричество генерируется в топливных элементах, где смешиваются чистый водород и кислород, в результате чего вырабатывается необходимая энергия, а в качестве выхлопа получается обыкновенная вода.

Недостатки экологически чистых автомобилей.

1. Электромобиль может проехать без подзарядки примерно в 2 раза меньше пути, чем обычный автомобиль. Полная зарядка батарей может занимать до 8 часов, да и сами батареи стоят довольно дорого.

2. Солнечные батареи на автомобилях еще не совершенные, их КПД в хорошую погоду составляет всего 15%, не говоря уже про пасмурную погоду. Для сравнения, КПД двигателя работающего на бензине равно 45%. Так же автомобили на солнечных батареях обладают очень малой мощностью. Обычно это 1 л.с. при общей площади солнечной батареи 2 кв.м. Максимальная скорость при самых благоприятных условиях 100 км/час, но про перевозку грузов или даже дополнительного пассажира речи даже не идет.

3. Недостатки автомобилей на водороде так же тесно связаны с типом двигателя. Так, для обеспечения нормальной работы электродвигателя необходимы не только водородные элементы, но и мощные аккумуляторы и преобразователи тока, вес и габариты которых далеко не маленькие. В результате увеличивается вес автомобиля. А, кроме того водородные топливные элементы в настоящее время недешевы. При использовании водородных элементов в автомобилях с традиционным двигателем внутреннего сгорания велика взрыво- и пожароопасность.

Несмотря на недостатки за экологически чистыми автомобилями – будущее.

Я решил выяснить, как ребята нашей группы относятся к современным автомобилям и загрязнению окружающей среды. Вот что получилось:

1. Нужен ли человеку автомобиль?

Да – 23 человека. На автомобиле быстрее добираться на работу, можно путешествовать, ездить на природу. Люди уже привыкли к машинам и не могут без них обходиться.

Нет – 2 человек. Машины загрязняют окружающую среду. Происходит много аварий на дорогах. Полезнее ходить пешком или ездить на велосипеде.

2. Есть ли у вашей семьи автомобиль?

Да – 20 человек. Машины следующих марок: Рено, ТагАЗ С10, Форд, Хендай Туссан, Хендай Солярис, Geely Emgrand, Лада Ларгус. Нет – 5 человека.

3. Каким ты представляешь экологически чистый автомобиль?

Современный автомобиль с двигателем новейшей конструкции. Должен работать на другом топливе или на электродвигателе

Познакомившись с возникновением первых автомобилей, с развитием комплектации автомобиля, я могу сделать следующие выводы:

со времен создания первых автомобилей до настоящего времени произошли существенные изменения в комплектации автомобилей;

современные автомобили пока продолжают работать на бензине и дизельном топливе и наносить вред окружающей среде;

создаются экологически чистые автомобили, но все они имеют недостатки;

Цель нашей работы достигнута

Данная работа поможет больше узнать об автомобилях и задуматься о возможностях охраны окружающей среды.

Список используемых источников:

1. Автомобили: Детская энциклопедия «Я познаю мир». Автомобили. – АСТ, Харвест [Электронный ресурс]. – режим доступа: <http://www.bibliotekar.ru/encAuto/45.htm>
2. Готтлиб Даймлер [Электронный ресурс]. – режим доступа: <http://ru.wikipedia.org/wiki>
3. Детская энциклопедия техники. Автомобили. – М.: Росмэн, 2007 г.
4. Крис Окслейд. Изобретения XX века. Автомобили. – М.: Махаон, 1999
5. Перспективы развития автомобильных двигателей, работающих на водороде [Электронный ресурс]. – режим доступа: <http://gendocs.ru/v36568>
6. Самая иллюстрированная энциклопедия для мальчиков. – М.: Аванта + Астрель, 2009 г.

ВЛИЯНИЕ ПРОТЕИНА НА ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА (ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)

Автор: Янгулов Максим Владимирович, 1 курс, группа 14(2),

15.01.20. «Слесарь по контрольно-измерительным приборам и автоматике»

Научный руководитель: Исакова О.В., преподаватель дисциплин профессионального цикла

Наш организм нуждается в белке каждый день, и при этом не важно, тренируетесь вы или нет, поскольку он обеспечивает наш организм различными аминокислотами, которые выполняют ряд функций, необходимых для поддержания хорошего самочувствия.

Протеин способствует к тому же поддержанию положительного азотного баланса, что обеспечит сохранение мышечной массы.

Поэтому изучение элементов химического состава пищевых продуктов, а в частности белков, является не просто важным, но и очень актуальным вопросом сегодня.

Целью работы является обоснование важности протеинов в повседневной жизни спортсменов. Задачи: В ходе данной работы ставятся следующие основные задачи:

1. изучение литературы по данной теме
2. исследование качественного состава лидирующих марок протеина
3. сравнение двух марок для определения лучшего результата в бодибилдинге
4. анализировать положительные влияния использования протеина в повседневной жизни

Белки – это основной пластический материал для роста, развития и обновления организма. Они представляют собой основные структурные элементы всех тканей, входят в состав жидкой среды организма. Белки пищи расходуются на построение эритроцитов и гемоглобина, ферментов и гормонов, принимают активное участие в выработке защитных факторов – антител.

В зависимости от сырья протеины делятся на сывороточные, яичные, казеин, мясной протеин и соевый. Так же протеины подвергаются химической обработки и делятся на концентрат, изолят и гидролизат.

Спортивный протеин при правильном употреблении совершенно безопасен для здоровья.

Спортсмен, имеющий рост 168 сантиметров и вес 75 килограмм тренировался по определённой программе на протяжении двух месяцев, принимая протеин марки Optimum Nutrition после силовой тренировки в дозировках указанных на упаковке заводом изготовителем.

После двух месяцев тренировок у спортсмена наблюдалось небольшое увеличение мышечной массы, что свидетельствует о качестве данного продукта. Силовые показатели увеличились, увеличивались и количество подходов с каждой неделей. В целом самочувствие было в отличном состоянии.

Атлет, имеющий рост 165 и вес 70 килограмм принимал протеин марки Ultimate Nutrition так же на протяжении двух месяцев по такой же программе тренировок, что и первый спортсмен, но в отличие от предыдущего спортсмена физические показатели остались прежними, массу атлет не набрал. Так же наблюдалась небольшая усталость чего в принципе быть не должно. Протеин данной марки усваивался хуже, чем Optimum Nutrition. Наблюдалось расстройство желудка в течение двух часов после тренировки.

Следует отметить, что этот протеин отличался очень приятным вкусом и запахом, но не превзошёл ожидания.

Вывод: негативное влияние протеина на здоровый организм спортсмена – миф. Если отсутствуют противопоказания, и атлет не превышает дозировку добавки, то опасаться этого спортивного питания не следует. Единственный побочный эффект – индивидуальная непереносимость какого-либо компонента, к примеру, лактозы.

Список используемых источников:

1. Последствия применения протеина [Электронный ресурс] – режим доступа: <http://kakbik.ru/sport-fitness/posledstviya-proteina.html>
2. Протеин [Электронный ресурс] – режим доступа: <https://cross.expert/sportivnoe-pitanie/protein/cto-takoe-protein.html>

**ПРОБЛЕМА ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЁЖИ:
СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ
(ГПОУ «Сыктывкарский лесопромышленный техникум»)**

Автор: Ефимова Мария Витальевна, 1 курс, группа ТЛ-1, 32.05.05 Технология
лесозаготовок

Научный руководитель: Никонов Александр Геннадьевич

В данной статье исследуется проблема патриотического воспитания молодёжи. Исследование проводилось на основе анкетирования среди студентов 16-18 лет. Благодаря вопросам анкеты, раскрыта роль патриотического воспитания в современном обществе. А так же стало известно, насколько развито понимание патриотизма среди молодёжи.

Важную роль в воспитании молодого поколения играет патриотическое воспитание. Его задачей является формирование и развитие личности, обладающей качествами гражданина – патриота Родины, а это такие качества, как любовь к большой и малой Родине, преданность Отечеству, правильная гражданская позиция, сохранение традиций, культуры.

Актуальность проблемы заключается в том, что современная молодёжь мало знает о родном городе, стране, особенностях народных традиций, часто равнодушны к близким людям, в том числе к товарищам по группе, редко сострадают чужому горю. Явно недостаточной является работа с родителями по проблеме нравственно – патриотического воспитания в семье и в детских образовательных учреждениях.

Изучением патриотического воспитания занимались такие авторы как: И.Л. Нестерович, он под патриотизмом понимал общественное явление, формирующееся на протяжении многих сотен лет. С момента возникновения само понятие имело различное наполнение и прошло путь от любви и уважения к семье, к месту рождения и жительства, общине, соотечественникам до государственного патриотизма – любви к государству.

Само понятие «воспитание» ассоциируется с трудностями, преодолениями, проблемами, так как всегда нужен свой подход.

Заслуженный учитель РФ, доктор педагогических наук, директор департамента образовательных программ Международной академии качества и маркетинга, г. Санкт-Петербург Курганский С.М. сказал так: «Патриотическое воспитание – это творческий процесс, в котором используется множество форм и методов».

Кроме того есть мнение протоиерея Димитрия Смирнова, что «Патриотизм — это любовь к своей стране, а не ненависть к чужой». Мы должны понимать, что наш долг – уважать, ценить и гордиться своей страной, родиной.

Наиболее интересны выводы доктора исторических наук, профессора Ставропольского государственного аграрного университета С. Калинин, он писал: «многовековой опыт свидетельствует, что чем глубже будешь знать историю своего Отечества с её героическим прошлым, тем сильнее будет к нему чувство любви, тем точнее осмыслишь его настоящее и будущее».

Автором данного исследования проведено анкетирование, с целью понять, насколько развито понимание патриотизма среди молодёжи. В опросе принимали участие школьники от 16 до 18 лет. В период с 28 ноября по 5 декабря 2018 года.

В анкете было 6 основных вопросов:

- 1) Патриотизм это...
- 2) Кто такой патриот?
- 3) Считаешь ли ты себя патриотом?
- 4) Какие поступки свойственны патриоту?
- 5) Патриотом рождаются или становятся?
- 6) Что влияет на развитие патриотических качеств человека?

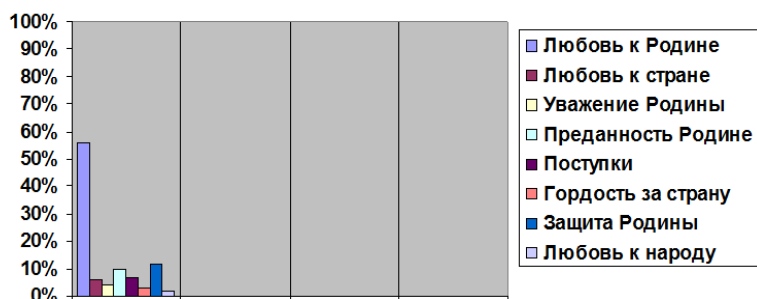


Рисунок 1 – ответы на вопрос №1 «Патриотизм это...»

Исходя из полученных ответов, мы видим, что большинство опрошенных считают, что патриотизм – это любовь к родине. На самом деле этот ответ был очевиден, так как нам с детства прививают это чувство, чувство любви к родине. Если сравнивать остальные ответы, то преимущество у ответов «защита родины» и «преданность родине». Возможно данные ответы, даны в связи с сегодняшней ситуацией в стране. Хотелось бы ещё отметить, что 7% опрошенных патриотизмом назвали поступки. А ведь они правы, какая же любовь к Родине без поступков, нужно же не только говорить о том, что любишь Родину, но и подтверждать свои слова, а именно подтверждать достойными поступками.

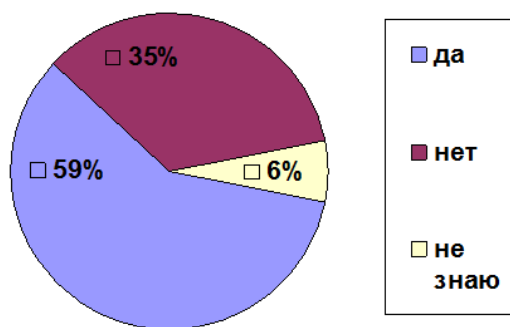


Рисунок 2 – ответы на вопрос №2 «Кто такой патриот?»

Обращая внимание на ответы вопроса №2, можно заметить, что они похожи на ответы вопроса №1. Это, конечно же, не случайно, ведь патриотизм и патриот, несомненно, взаимосвязаны. И вот мы видим, что первое место занимает определение «патриот – это человек, который любит свою родину». На втором месте «готов защитить Родину». Мы считаем, что та категория молодых людей, которая так ответила, относит к патриотам солдат, которые всегда начеку и готовы защитить Родину. «Уважает ценности своей страны» заняло третье место. И как нам представляется не зря, так как в воспитании патриота, одним из важных, является развитие личных ценностей.

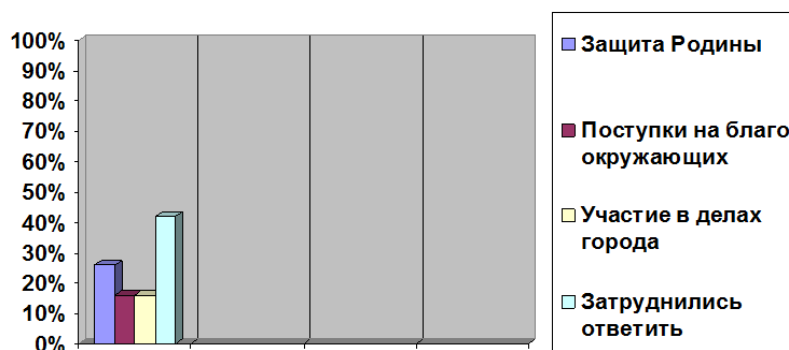


Рисунок 3 – ответы на вопрос №3 «Считаешь ли ты себя патриотом?»

Из рисунка мы видим, что 59% опрошенных считают себя патриотами, что доказывает существование внутреннего патриотизма. 35% не считают себя патриотами и 6% не могут дать точного ответа на этот вопрос, возможно потому что не до конца понимают или вообще не понимают значения слова «патриот». Хочется сказать, что это собственное мнение каждого человека и понятие патриот, каждый трактует и понимает по-разному, отсюда и соответствующие ответы.

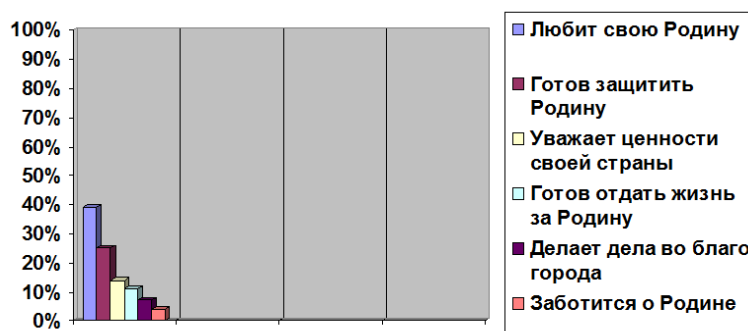


Рисунок 4 – ответы на вопрос №4 «Какие поступки свойственны патриоту?»

При опросе, у многих ребят этот вопрос вызвал затруднение. Но некоторые всё-таки смогли дать хороший ответ. 26% опрошенных написали «Защита родины». По 16% получили ответы – «Поступки на благо окружающих» и «Участие в делах города». Цифры, которые меня очень огорчили – это 42%, они не смогли дать ответ на данный вопрос.

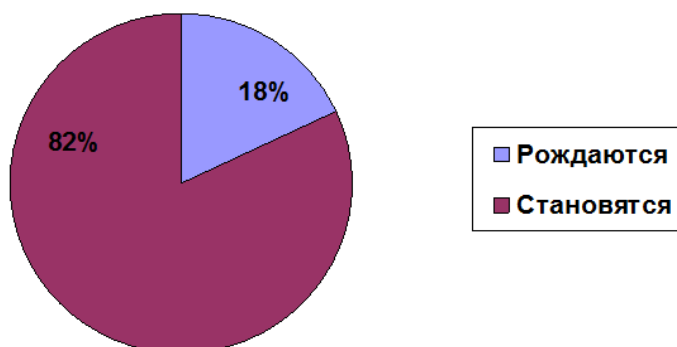


Рисунок 5 – ответы на вопрос №5 «Патриотом рождаются или становятся?»

По сравнению с предыдущим, этот вопрос, как сказала 82% был очень простым и ответ очевиден – патриотом становятся. Но всё же 18% думают, что патриотом рождаются. Мы считаем, что патриотами не рождаются, а становятся, т. е. все люди изначально рождаются с врождёнными свойствами, которые человеку предстоит развивать и реализовывать в течение жизни. Вместе с правильным развитием происходит воспитание патриотизма. При этом существенное значение для реализации имеют условия воспитания, окружающая среда.

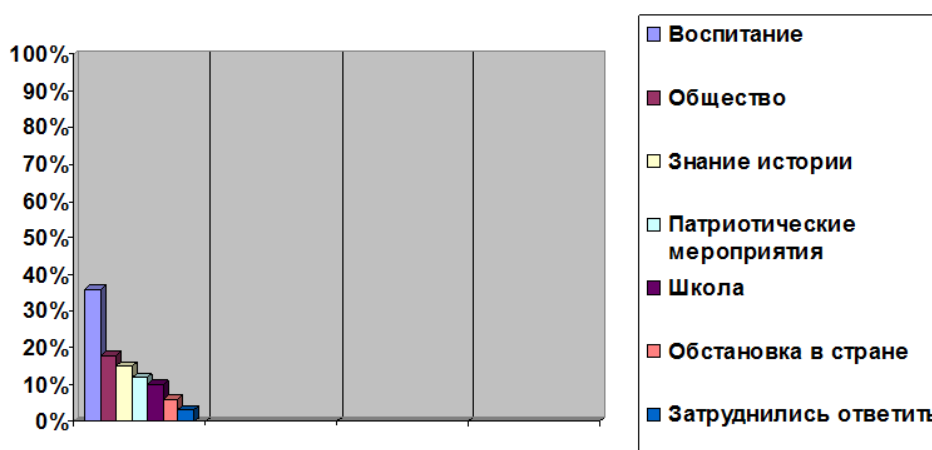


Рисунок 6 – ответы на вопрос №6 – «Что влияет на развитие патриотических качеств?»

В данном случае ответы молодёжи совпали с мнением автора статьи. Мы, как и 36% считаем, что воспитание один из важных влияющих факторов на развитие патриотических качеств. Так же такой фактор, как общество не мог уйти далеко, так как на протяжении всей жизни нас окружают разные люди, с разными мыслями и ценностями. Нельзя забывать об истории своей страны и молодёжь не забыла, 15% молодых людей дали ответ «знание истории». Патриотические мероприятия, школа, обстановка в стране не менее значительны в формировании личности патриота.

Таким образом, проанализировав все ответы, мы видим, что существует не просто проблема патриотического воспитания, существует проблема патриотического понимания. Да с самого детства нам родители, воспитатели, учителя говорили про любовь к родине, но мы растем и теперь в наших силах не только любить, но и действовать. А что мы видим, что целых 42% даже не знает, как действовать, какие поступки совершить.

Решить проблему патриотического воспитания сложно, но не бывает ничего невозможного. Следовательно, данными аспектами должны заниматься в полном объёме родители, школа, дополнительные учреждения. И если это будет выполняться, то всё получится, вырастут настоящие патриоты своей Родины.

Список используемых источников:

1. Нестерович И.Л. – О патриотическом воспитании юношества в современных условиях // Воспитание школьников: 2013. – №6. – с.65-69
2. Стариков В.В. – Патриотов воспитывают со школы // Основы безопасности жизни: 2012. – №4. – с.8-12
3. Протоиерей Димитрий Смирнов: «Патриотизм – это любовь к своей стране, а не ненависть к чужой» // <http://izvestia.ru/news/340647> (дата обращения 24.11.2018)
4. Матророва В.В. «Проблема патриотического воспитания молодёжи: социологический анализ» // Студенческие научные исследования. 2015. № 8 [Электронный ресурс]. URL: <http://student.snauka.ru/2015/08/2573> (дата обращения: 23.09.2018).
5. Калинин С. Особенности духовно – нравственного воспитания на современном этапе / С. Калинин. – Москва: Просвещение, 1999. – 207 с.