

Рисунок 2 – Интернет-ресурсы как фактор, влияющий на процесс образования и качество знаний (гуманитарные ВУЗы – слева, технические – справа)

Результаты опроса по второй группе вопросов показали, что большинство студентов (75,9%) не могут отказаться от интернет-ресурсов. Многие студенты считают, что интернет-это удобное средство для быстрого поиска информации (53,3%-гуманитарные ВУЗы; 55,7%-технические ВУЗы), однако некоторые студенты считают (46,7%-гуманитарные ВУЗы; 42,7%-технические ВУЗы), что из-за использования интернета они перестали думать сами и заметили, что их память ухудшается.

Анализ результатов анкетирования показал, что студенты одинаково много времени тратят на использование интернет-ресурсов, и это не зависит от типа университета. Также сделаны предварительные выводы, что интернет-ресурсы понижают внимательность студентов, о чем свидетельствуют их ответы.

Результаты проведенного исследования показали, что не всегда и не все студенты рационально используют интернет-ресурсы в процессе обучения. Значительную часть времени студенты проводят в социальных сетях, общаясь и решая какие-то «свои личные» проблемы. Хорошо это или плохо? Вопрос остается открытым, и каждый студент должен решить для себя – как использовать интернет-ресурсы, чтобы в будущем быть конкурентным на рынке труда.

**Список использованных источников:**

1. Использование интернет-ресурсов в образовательных целях [Электронный ресурс] – 2019. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-internet-resursov-v-obrazovatelnyh-tselyah-rossijskiy-opyt>

## ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

*Хадускина С.И., Волохович Д.Д.*

*Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники  
г. Минск, Республика Беларусь*

*Архипова Л.И. – к.э.н., доцент*

Концентрированным выражением взаимосвязи образа жизни и здоровья человека является понятие здорового образа жизни. Здоровый образ жизни объединяет все, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных и бытовых функций в наиболее оптимальных для здоровья и развития человека условиях; выражает определенную ориентированность деятельности личности на укрепление и улучшение собственного здоровья и здоровья окружающих.

Цель проведенного исследования: расширить знания студентов о сфере ЗОЖ, а также показать, что учебным заведениям не хватает специализированной организации, которая бы «занималась» здоровым образом жизни, необходимого для личного профессионального развития.

Образ жизни — одна из важнейших биосоциальных категорий, дающая представление о жизнедеятельности человека. Образ жизни — это «лицо» человека и в то же время один из критериев общественного прогресса

Здоровье по сути своей должно быть первейшей потребностью человека, но удовлетворение этой потребности имеет сложный, своеобразный, часто противоречивый, опосредованный характер и не всегда приводит к необходимому результату. Эта ситуация обусловлена рядом обстоятельств и прежде всего тем, что:

- 1) недостаточно внимания уделяется социальной рекламе и поддержке темы ЗОЖа;
- 2) существует неправильное понимание термина ЗОЖ – чаще всего считается, что это призывы бросить вредные привычки и раз в неделю сходить в тренажерный зал, недопонимая, что здоровый образ жизни - это стиль мышления и кардинальные перемены в поведении.

Именно поэтому тема исследования актуальна как никогда, ведь времени и желания для постоянных посещений зала, приготовление «правильной» пищи и отказа от вредных привычек не хватает именно студентам, которые только вступают «во взрослую жизнь».

Задачи: выяснить отношение студентов к здоровому образу жизни, а также узнать об отношении к организации мероприятий такого характера.

Исследование проводилось по детерминированной выборке: студенты, ведущие здоровый образ жизни, и студенты, которые потенциально склонны к нему (101 респондент, возраст 18-25 лет). Все вопросы и анализ результатов опроса сгруппированы по двум направлениям:

первая группа вопросов: общие вопросы. В этой группе представлены закрытые вопросы многовариантного выбора, так как информацию из закрытого вопроса легче интерпретировать;

вторая группа вопросов: вопросы о личных предпочтениях респондента. Использовались альтернативные вопросы закрытого типа;

третья группа вопросов: связана с организацией мероприятий по здоровому образу жизни в учебных заведениях респондентов.

На рисунке 1 представлены результаты опросов по первому и второму направлению.

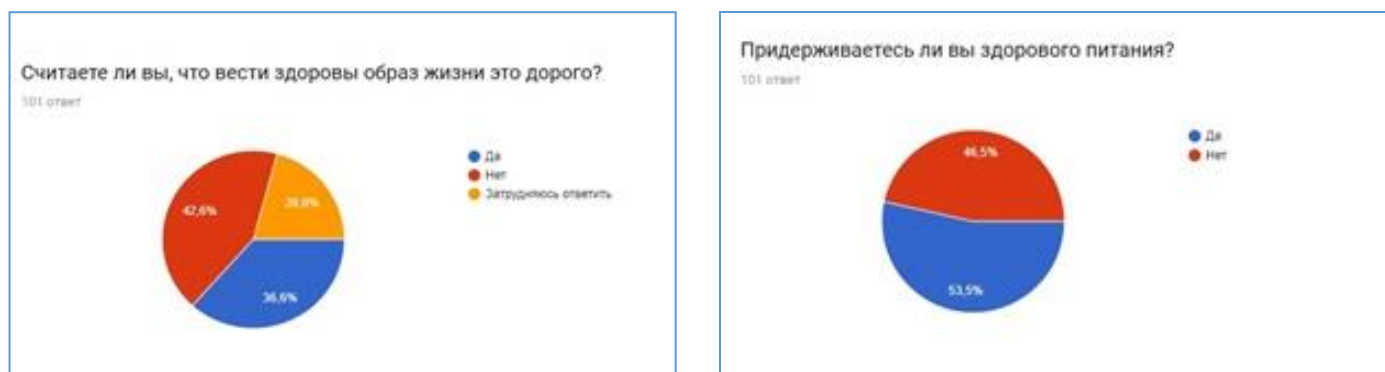


Рисунок 1 – Понимание и отношение студента к ЗОЖ

Следует отметить, что только 38,6% студентов БГУИР посещают тренажерные залы (рисунок 2). Это свидетельствует о том, что – многие не могут себе позволить заниматься там, ведь абонементы стоят денег, да и залы не всегда в шаговой доступности от места проживания или учебы.

По группе вопросов, связанных с организацией мероприятий по здоровому образу жизни в учебных заведениях, получены ответы, которые дают возможность сформулировать суждения о том, что, есть на самом деле и то, чего бы студентам хотелось.

Изучая среду физического развития БГУИРа и анализируя результаты опроса, можем заявить, что в нашем университете физкультуре уделяется достаточно внимания. Существует множество секций и для каждого вида есть соответствующее оборудование, но существуют некоторые проблемы в организации «правильного» питания в корпусах ВУЗа.

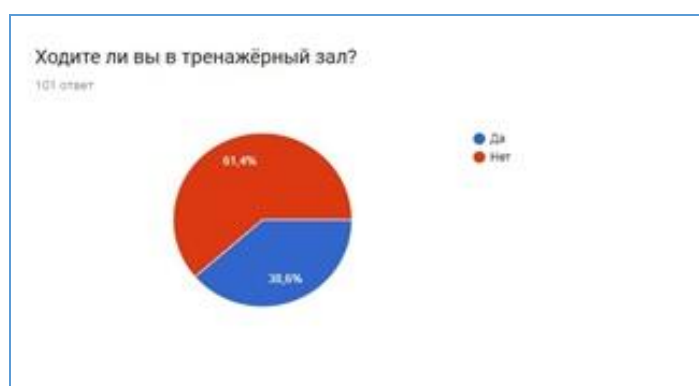


Рисунок 2- Фактическое состояние по посещению тренажерных залов студентами

Следует отметить, что «закон» здоровья заключается в том, что, добиваясь поставленной цели, нужно одновременно соблюдать постепенность, систематичность и ритмичность, учитывая при этом свои индивидуальные особенности и общие биологические закономерности. Для студента важно не только сказать «нет» наркотикам, алкоголю и табаку, но и выработать умения и навыки здорового образа жизни даже при отсутствии постоянного надзора со стороны бабушки и мамы. Плохо организованный труд (включая процесс) на любом рабочем месте может принести только вред физическому или психическому здоровью человека. В студенческие годы важно продумать и разумно спланировать учебную деятельность (включая самоподготовку), а также и режим отдыха (включая переключение на спортивные мероприятия), что позволит многое успеть, сохранив при этом бодрость и активность.

Добавим, что для поддержания ЗОЖ нужно не только менять какие-то отдельные аспекты жизни, но и переделывать свой образ мышления кардинально. Также необходимо сделать упор на удобства ведения здорового образа жизни для подрастающего поколения и студентов, путем усовершенствования системы и организации различных спортивных мероприятий.

По результатам исследования можно порекомендовать университетам открывать организации ЗОЖ, которые бы занимались поставкой здоровой еды в учебные заведения, договаривались о льготных абонеентах или же открывали дополнительные секции в самих альма-матер, при этом оказывая студентам психологическую поддержку. Самое главное в этой организации должно быть желание каждого студента вступить в нее (принадлежать к этой среде или сообществу), а не делать это в принудительном порядке. Самым лучшим вариантом было бы сделать эту организацию на уровне студенческого совета в университетах (наилучшим вариантом бы стало их взаимодействие).

**Список использованных источников:**

1. Рахматов А. А. Научные основы здорового образа жизни // Образование и воспитание. — 2016. — №2. — С. 5-7.

## **ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ КРИПТОВАЛЮТ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ**

*Адмаев А.И.*

*Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники  
г. Минск, Республика Беларусь*

*Забродская Н.Г. – к.э.н., доцент*

Развитие технологий неминуемо несет изменения в привычных вещах. Криптовалюты приходят в экономику и занимают свое место. Они имеют как положительные стороны, так и отрицательные. Перед их внедрением необходимо решить ряд задач для безопасного обмена средствами.

Криптография, с целью использования конфиденциальных платежей, появилась в 1990 году, в системе DigiCash Дэвида Чома, однако эта система была централизованной. Термин «криптовалюта» появился вместе с платёжной системой Bitcoin (Биткоин), разработанной в 2009 году. Позднее появились независимые криптовалюты, такие как Namecoin, Litecoin, PPCoin и Novacoin [1].

Криптовалюта имеет ликвидность и следующие характеристики денег:

- долговечность;
- мобильность;
- недостаточность;
- делимость.

Общее количество биткоинов, в обороте, равно 21000000 штук. При этом не стоит беспокоиться о том, что их не хватит на всех: каждый биткоин может быть поделён на 100000000 долей [2].

Криптовалюта имеет следующие преимущества:

1) децентрализация, отсутствие управляющего центра, сохраняющего информацию о балансе на кошельках и список транзакций;

2) анонимность, достигается отсутствием в кошельках биткоин привычного логина и пароля, а также любого рода личной информации отправителя и получателя средств;

3) отсутствие единого выпускающего и контролирующего центра [3].

Существует ряд негативных факторов, влияющих на внедрение криптовалют в экономику:

- 1) спекулятивное изменение курсов;
- 2) ежедневная большая волатильность;
- 3) использование криптовалют для криминальных платежей (торговля людьми, оружием, наркотическими препаратами и т.д.);
- 4) отмывание денежных средств.

Некоторые пользователи попадают в зависимость от майнинга, сопоставимую с игроманией, тратя все свои средства на новейшее оборудование и электроэнергию.

Отечественным аналитикам и финансистам необходимо провести исследования и разработать нормы законодательных актов решающие вышеперечисленные проблемы.

Стоит отметить, что 21 декабря 2017 года в Республике Беларусь, президентом был подписан декрет №8 «О развитии цифровой экономики». Документ создает беспрецедентные условия для развития ИТ-отрасли и дает серьезные конкурентные преимущества стране в создании цифровой экономики XXI века [4].

Так же, 19 декабря 2018 года компания Currenсу.com первой в РБ получила лицензию на криптобиржу от ПВТ. Это первая в своем роде криптовалютная биржа.

Для достижения минимального уровня прозрачности и безопасности, были разработаны рычаги контроля обмена криптовалютой, между оператором и клиентом. Ими являются предоставление личных данных: