Министерство профессионального образования, подготовки и расстановки кадров РС(Я)

ГБОУ РС(Я) «Нюрбинский колледж»

СБОРНИК ТЕЗИСОВ УЧАСТНИКОВ

СТУДЕНЧЕСКИХ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИХ КОНФЕРЕНЦИЙ

РОССИЙСКОГО, РЕСПУБЛИКАНСКОГО И РЕГИОНАЛЬНОГО

УРОВНЕЙ

5 Республиканская научно-практическая конференция

«ШАГ В БУДУЩУЮ ПРОФЕССИЮ»

**Г.Нюрба 2011 г**

Автор: Харитонова Мичийэ Ивановна

студентка 2 курса группы «Строительство

и эксплуатация зданий и сооружений»

ГБОУ РС(Я) «Нюрбинский колледж»

Руководитель: Федоров Аркадий Юрьевич

Директор ГБОУ РС(Я) «Нюрбинский колледж»

**Метантанк как элемент биогазовой установки.**

Актуальность:

тема актуальна в связи с тем, что в настоящее время остро стоит вопрос загрязнения сточными фекальными отходами сельскохозяйственных угодий и бассейна речки Нюрбинка, которая попадает в реку Вилюй.

Практическая значимость: применение биогазовой установки в утилизации бытовых отходов для улучшения экологической обстановки в г.Нюрба Республики Саха Якутия

Научная новизна:

Использование альтернативных источников энергии на примере малой биогазовой станции в целях энергосбережения и эффективного использования вторичных ресурсов

Цель:

применение малых биогазовых установок как экологически эффективного метода утилизации бытовых отходов.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. показать разнообразие бытового и строительного мусора, встречающегося на городских и сельских свалках; его влияние на окружающую среду;

2. определить проблемы утилизации мусора;

3. определить экологически эффективные способы утилизации мусора и бытовых отходов в г. Нюрба Республики Саха (Якутия).

Пути решения проблем утилизации бытовых отходов:

Ликвидация мусора на несанкционированных свалках в пределах городской зоны

Смешанный раздельный сбор и транспортировка коммунальных (твердых и жидких бытовых отходов). Сортировка бытовых отходов в сборных контейнерах по принципу разложения на биогаз (материалы органического происхождения), пластмассы, металлы, стекло и токсичные отходы;

Разработка проекта по применению малых биогазовых установок по утилизации бытовых отходов

А что биогаз?

Биогаз - это газ, состоящий примерно из 50-70% метана (CH4) 50-30% углекислого газа (CO2). Синонимами для биогаза являются такие слова, как канализационный газ или болотный газ, газ-метан. Различные виды микроорганизмов метаболизируют углерод из органических субстратов в безкислородных условиях (анаэробно). Этот процесс, называемый гниением или безкислородным брожением, следует за цепью питания. В процессе брожения из биоотходов вырабатывается биогаз. Этот газ может использоваться как обычный природный газ для технологических целей, обогрева, выработки электроэнергии. Его можно накапливать, перекачивать, использовать для заправки автомобиля или продавать соседям. Для работы электрогенераторов биогаз используется без какой либо очистки.

Обобщенная схема биогазовой установки

Заключение:

Применение малой биогазовой установки в целях переработки бытовых отходов в альтернативный энергоресурс. Применение малых биогазовых установок позволит:

1. значительно улучшить санитарно-эпидемиологическую обстановку в городе Нюрба;

2. значительно снизить загрязнение окружающей среды за счет прекращения засорения территории города и его окрестностей, прекращения процессов разложения, испарения, отстоя вредных веществ;

3. ликвидировать невосполнимую потерю ценного вторичного сырья за счет их повторного использования;

4. значительно сократить площади для складирования отходов, организовать дополнительные рабочие места;

5. повысить энергетический потенциал Нюрбинского района за счет использования альтернативных источников энергии.

Автор: Никифоров В.В. студент ПРМПИ-11

Руководитель: преподаватель информатики

Ксенофонтов Руслан Борисович

СОЗДАНИЕ ЭЛЕКТРОННОЙ КНИГИ «ОКТЯБРЬСКИЙ НАСЛЕГ»

АННОТАЦИЯ

С развитием компьютеров, и интернета современная молодежь практически перестала читать обычные книги. Ведь всю нужную информацию можно найти в интернете. У молодежи стало модным носить: КПК, нетбуки, электронные книги и т.д. В связи с этим стали применять электронные книги, которые легче читать за монитором компьютера.

Таким образом, значение электронных книг в современном мире достаточно велико. Создание электронной книги способствует решению такой проблемы, как постоянное обновление информационного материала.

Все это и определило **актуальность** нашей темы данного проекта.

**Целью** данной работы является создание электронной книги «Октябрьский наслег» для пользователей ПК.

В соответствии с объектом, предметом, целью и гипотезой исследования были поставлены следующие задачи**:**

1. Изучить научно-популярную, методическую литературу по теме исследования.
2. Разработать структуру работы.
3. Выявить особенности методов и технологии создания электронной книги.
4. Создать электронную книгу.
5. Апробировать созданный продукт.

Гипотеза: состоит в том, что разработанное мной электронная книга «Октябрьский наслег» может быть использовано в качестве наглядного пособия по изучению истории Октябрьского наслега села Антоновки. Открытость системы данной программы позволит постоянно обновлять исторические материалы.

**В ходе исследования были применены следующие методы исследования:**

- анализ литературы по проблеме исследования;

- синтез;

- сравнение;

- наблюдение.

**Этапы исследования:**

1. Анализ литературы и подбор материалов по теме.
2. Изучение теоретической и практической части.
3. Разработка практической части проекта.

**Новизна исследования** определяется тем, что применение электронной книги, является принципиально новым уровнем и эффективным развитием информационных технологий. Разрабатываемый нами электронная книга использует программу компилятора eBookMaestro, что облегчает использование и уменьшает объем памяти и вида.

**Структура** данной работы: состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы.

В первой главе широко раскрывается теоретические основы создания электронной книги.

Вторая глава содержит описание технологии процесса создания электронной книги «Октябрьский наслег».

**Список использованной литературы:**

1.Дронов В. А.Самоучитель MacromediaDreamweaver 8. — СПб.: БХВ-Петербург, 2006.

2. Хольцшлаг М. 250 секретов HTML и web-дизайна М.: НТ Пресс, 2006.

3. Мержевич В.В. HTML и CSS на примерах СПб.: БХВ-Петербург, 2005.

4. Левин А.Ш. Самоучитель работы на компьютере . 9-е издСПб.:Питер,2006.

5. Левин А.Ш. Самоучитель AdobePhotoshop СПб.:Питер,2006.

6. Левин А.Ш. Самоучитель полезных программ СПб.:Питер,2006.

7. AdobeDreamweaver CS4. Официальный учебный курс (+ CD-ROM): — Москва, Эксмо, 2009.

**Введение**

С развитием компьютеров, и интернета современная молодежь практически перестала читать обычные книги. Ведь всю нужную информацию можно найти в интернете. У молодежи стало модным носить: КПК, нетбуки, электронные книги и т.д. В связи с этим стали применять электронные книги, которые легче читать за монитором компьютера.

Таким образом, значение электронных книг в современном мире достаточно велико. Создание электронной книги способствует решению такой проблемы, как постоянное обновление информационного материала.

Все это и определило **актуальность** нашей темы данного проекта.

**Объект исследования:**

процесс создания электронной книги «Октябрьский наслег»

**Предмет исследования:** технология создания электронной книги.

**Целью** данной работы является создание электронной книги «Октябрьский наслег» для пользователей ПК.

В соответствии с объектом, предметом, целью и гипотезой исследования были поставлены следующие задачи**:**

1. Изучить научно-популярную, методическую литературу по теме исследования.
2. Разработать структуру работы.
3. Выявить особенности методов и технологии создания электронной книги.
4. Создать электронную книгу.
5. Апробировать созданный продукт.

**Методологической основой** проведенного исследования являются современные теории работ, основанные на трудах Бройдо В.Л., Максимова Н.В., Партыка Т.Л., Попов И.И., анализ, синтез, сравнение, наблюдение.

**Практическая значимость** состоит в том, что разработанное мной электронная книга «Октябрьский наслег» может быть использовано в качестве наглядного пособия по изучению истории Октябрьского наслега села Антоновки. Открытость системы данной программы позволит постоянно обновлять исторические материалы.

**В ходе исследования были применены следующие методы исследования:**

- анализ литературы по проблеме исследования;

- синтез;

- сравнение;

- наблюдение.

**Этапы исследования:**

1. Анализ литературы и подбор материалов по теме.
2. Изучение теоретической и практической части.
3. Разработка практической части проекта.

**Новизна исследования** определяется тем, что применение электронной книги, является принципиально новым уровнем и эффективным развитием информационных технологий. Разрабатываемый нами электронная книга использует программу компилятора eBookMaestro, что облегчает использование и уменьшает объем памяти и вида.

**Структура** данной работы: состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы.

В первой главе широко раскрывается теоретические основы создания электронной книги.

Вторая глава содержит описание технологии процесса создания электронной книги «Октябрьский наслег».

**Глава I. Теоретическая часть создания электронной книги.**

С развитием компьютеров, электронные книги стали применять для упрощения и удобства читателей книг. Он может служить для моделирования изучаемых явлений или систем, для редактирования текстов, в качестве различного рода тренажеров, как инструмент автоматизации проектирования, программируемого управления экспериментами, как информационно-поисковая или экспертная система.

Таким образом, значение электронных книг в современном мире достаточно велико. Сейчас выдается много средств на разработку электронных книг. Мы в первой главе рассмотрим теоретические основы создания электронного пособия.

**§ 1.Значение и достоинства электронных книг**

Для создания электронных книг используются информационные технологии.

Современный мир все активнее использует информационные технологии компьютерные телекоммуникации. Современная молодежь, практически перестала читать бумажные книги и это давно потеряло свою эффективность.

Развитие информационных технологий представило новую, уникальную возможность проведения занятий - внедрения электронных книг в форму изучения. Она дает возможность получить информацию лицам, лишенным получить традиционные книги, в силу тех или иных причин.

С другой стороны, создание электронной книги способствует также решению и такой проблемы, как постоянное обновление информационного материала. В них также может содержаться большое количество информации, подобно иллюстрироваться в динамике различные виды информации.

Удобный интерфейс позволяет читать книгу синхронно.

**§ 2. Этапы создания электронной книги**

Для создания электронной книги выявляются цели и задачи, для достижения и решения которых используются информационные технологии.

В настоящее время существует хорошо обработанная технология создания электронных книг. Она включает целый ряд последовательных этапов. Каждый из них обладает определенными временными рамками, исчисляемыми в процентах от общего времени разработки приложения.

Рассмотрим эти этапы и цели, которые на них реализуются:

Технология создания электронных пособий включает следующие этапы:

1. Определение целей и задачи разработки.
2. Разработка содержания по разделам и темам пособия.
3. Программирования.

**I этап:** Определение целей и задач разработки.

Для создания электронных книг выявляются цели и задачи, для достижения и решения которых используются информационные технологии. Техническое предложение, сделанное на основе учебных потребностей и целей обучения – на этом этапе подвергается анализу, синтезу, сравнению, наблюдению по ситуации с использованием компьютерных информационных технологий.

**II этап:** Разработка содержания по разделам и темам книги.

Понятие о содержании электронной книги является частью понятия содержания образования, под которым понимается система знаний, умений, навыков.

Содержательную часть электронной книги может разработать любой человек.

**Ш этап:** Программирование – на этом этапе происходит выбор технико-программных платформ непосредственно программирование с помощью выбранной авторской системы или системы программирования.

Не менее важным является и выбор программных средств реализации электронной книги – от выбора той или иной авторской системы зависят не только внешний вид книги, его эстетический уровень, но и его функциональность, способность поддерживать различные форматы данных, соответствие стандартам мультимедиа, зависит будет ли он привязан к авторской системе в которой разрабатывался или сможет

работать на любом компьютере в независимости от установленного на нем программного обеспечения.

Итак, создание электронной книги включает в себя четыре этапа.

Я рассмотрел эти этапы на примере моей электронной книге.

**§ 3. Используемые программные средства для создания электронной книги**

**3.1 Язык HTML, гиперссылка**

HTML( HyperTextMarkupLanguage ) – язык гипертекстовой разметки документов. Назначение HTML в том, чтобы сделать документы пригодными для чтения с экрана монитора. Гиперссылка-это инструкция HTML, включенная в код страницы. Эта инструкция дает браузеру команду открыть другую страницу или другой файл после того, как пользователь щелкнет на соответствующем фрагменте текста или графическом изображении. Новый файл, который откроет браузер может быть любой страницей из www, страницей на Интернет - сервере в корпоративной сети или просто файлом, который хранится на компьютере пользователя.

**3.1.1. Гиперссылка**

Гиперссылка – это текст или изображение на Web-странице, при щелчке на котором происходит переход к другой Web-странице или сайту. Сайт размещается на сервере – компьютере, предоставляющем доступ к страницам посетителям сайта. При помощи MacromediaDreamweaver вы можете создавать сайт непосредственно в файловой системе вашего компьютера, а затем, когда он будет готов, опубликовать его на сервере.

До сих пор мы работали с гиперссылками, создающимися самой программой в автоматическом режиме, как, например, у нас в навигационной панели. Но не всегда и не везде можно воспользоваться навигационной панелью, поэтому научимся создавать обыкновенные гиперссылки.

Гиперссылка – это инструкция HTML, включенная в код страницы. Эта инструкция дает браузеру команду открыть другую страницу или другой файл после того, как пользователь щелкнет на соответствующем фрагменте текста или графическом изображении. Новый файл, который откроет браузер, может быть любой страницей из www, страницей на Интернет- сервере в корпоративной сети или просто файлом, который хранится на компьютере пользователя.

Гиперссылки состоят из 2 частей: самой гиперссылки и адреса назначения (target), определяющего путь к странице, которая загрузится после щелчка на гиперссылке. Когда пользователь помещает указатель мыши на гиперссылку, он принимает вид указывающей руки. Такая форма указателя сообщает пользователю, что объект, расположенный под ним, представляет собой гиперссылку. Адрес гиперссылки обычно отображается в строке состояния, располагающейся в нижней части окна браузера.

Текстовые гиперссылки – это, пожалуй, самый распространенный тип гиперссылок, они могут иметь длину от одного слова до нескольких строк.

Однако тот факт, что гиперссылка может иметь длину в несколько строк, вовсе не значит, что она должна быть таковой. Текст должен быть

достаточно информативен для того, чтобы пользователь смог понять, куда он попадет при щелчке на этой гиперссылке, но не состоять из сотни слов с описанием каждого объекта, к которому осуществляется переход.

Гиперссылки не ограничиваются только текстовым форматом; любой графический объект или его часть (называемая областью ( «hotspot»)) Web – страницы может быть использован в качестве гиперссылки, так что щелчок на этом объекте активирует ссылку. Графический объект не только оживляет Web – страницу, но, будучи умело использован, может быть достаточно описательным.

При указании Web-страницы в качестве целевого ресурса гиперссылки, вы также можете указать имя закладки для какого-либо объекта этой страницы. При открытии страницы браузер помещает этот объект в верхней части экрана. (Это позволяет создавать ссылку на конкретный объект в середине списка, что намного удобнее прокрутки всей страницы в поисках нужной информации).

Для определения ссылки служит тег якоря в HTML<A> (anchor). Он включает в себя информацию о типе ссылки (текстовая или графическая) и целевом файле.

В каждом случае цель гиперссылки указана в виде атрибута тега<А>. однако вам не обязательно вводить коды HTML-FrontPage сделает это за вас.

**3.2. Программа MacromediaDreamweaver**

MacromediaDreamweaver 8 - новое универсальное средство разработки интернет-приложений с легко настраиваемым пользовательским интерфейсом. Решение MacromediaDreamweaver предоставляет полную свободу в выборе платформы или используемых технологий, поддерживает такие стандарты, как J2EE™, PHP и Microsoft .NET, работает на платформах MicrosoftWindows® и AppleMacintosh®, а также допускает интеграцию с распространенными инструментами (такими, как MacromediaFlash, Fireworks, Contribute, MicrosoftOWord и Excel). Основные возможности MacromediaDreamweaver:

- идеальное сочетание визуальных инструментов и средств для редактирования кода;

- свобода выбора технологий;

- разработка сложных интернет-приложений для любых типов браузеров;

- надежная защита элементов сайта;

- использование каскадных таблиц стилей;

- интеграция с необходимыми для работы приложениями.

Программа MacromediaDreamweaver применяется специально для создания Web-страниц, - написана разработчиками из фирмы Macromedia. Первая ее версия вышла еще в далеком 1998 году; в настоящее же время доступна версия 8.

**Среда Dreamweaver8**

Итак, начнем рассматривать *рабочую среду* Dreamweaver8, т. е. наборы окон и различных инструментов, предлагаемых им Web-дизайнеру. Но для начала запустим Dreamweaver.

Через некоторое время после запуска программы на экране появится неболь­шое диалоговое окно WorkspaceSetup,предлагающее нам выбрать набор изначально открытых окон и их расположение— собственно рабочую среду. В этом окне мы видим два небольших изображения, показывающие, какие виды рабочей среды мы можем выбрать с помощью расположенных под ни­ми переключателей. Давайте их рассмотрим.

Переключатель Designerвыбирает "дизайнерский" вид среды Dreamweaver8**.** В этом случае мы сможем работать с Web-страницами в режиме WYSIWYG. Поскольку мы пока не знаем HTML, давайте включим именно его (впрочем, он включен по умолчанию).

Переключатель Coder позволяет выбрать "программистский" вид среды Dreamweaver. При этом программа сразу же после открытия очередной Web- страницы переключится в режим редактирования HTML-кода (т. е. будет вес­ти себя как HTML-редактор). Это может пригодиться только тем, кто привык набирать код HTMLвручную.

Задав нужный вид рабочей среды Dreamweaver, нажмем кнопку ОК. Через некоторое время мы увидим главное окно. Теперь можно начинать знакомст­во с этой замечательной программой.

***Главное* окно программы MacromediaDreamweaver**

****

Главное окно служит "вместилищем" для превеликого множества других окоп, содержащих как открытые Web-страницы, так и различные инструмен­ты, предназначенные для работы с ними. Также в главном окне находится строка *главного меню*, с помощью которого мы сможем получить доступ ко всем возможностям Dreamweaver.

Кроме того, если в Dreamweaverеще не открыта ни одна Web-страница, становится видима так называемая *стартовая страница,* отображаемая на фоне главного окна. С помощью стартовой страницы мы можем быстро, не залезая в меню, открыть нужную страницу, создать новую.

В главном окне Dreamweaver может находиться сколько угодно окон документов. Мы можем перемещать, свертывать и развертывать эти окна, а также изменять их размеры, в общем, проделывать с ними те же манипуляции, что и с любым другим окном Windows. Единственное исклю­чение: мы не можем "вытащить" ни одно из этих окон за пределы главного окна программы.

Выше, ниже и правее окна документа находятся *группы панелей*— неболь­шие окна, которые могут быть либо "приклеены" к одному краю главного окна, либо свободно "плавать" рядом с ним. В верхней части каждой группы панелей имеется ее *заголовок* — "выпуклая" синяя полоса, на которой напи­сано название панели.

Изначально все группы панелей, имеющиеся на экране, "приклеены" к какому-либо краю главного окна. Однако мы можем отделить какую-либо группу панелей от края главного окна и превратить ее в отдельное окно (так называемая *плавающая* группа панелей).

Мы также можем изменять размеры плавающих групп панелей (многих, но не всех). Для этого нужно просто перетащить мышью нижний край окна, в котором находится эта группа.

Чтобы временно уменьшить площадь, занимаемую плавающей группой пане­лей, мы можем ее сжать, чтобы на экране остался только ее заголовок (рис. 2.4). Для этого достаточно щелкнуть по названию группы панелей, на­ходящемуся в ее заголовке. Чтобы развернуть группу до обычного состояния, нужно снова щелкнуть по ее заголовку.

Сами *панели,* объединенные в группы, содержат различные инструменты, ко­торые нам обязательно понадобятся при работе над Web-страницами. Чтобы переключиться на нужную панель в группе, необходимо щелкнуть мышью вкладку, на которой написано название этой панели.

Большинство панелей имеют так называемое *дополнительное меню.* Оно от­крывается при щелчке мышью по небольшой кнопке, расположенной в пра­вом верхнем углу группы, в которой находится данная панель, и имеющей изображение списка из трех позиций и небольшой стрелки, направленной вниз. (В сжатом состоянии эта кнопка не видна.) В дальнейшем мы часто будем пользоваться этим меню.

Группы панелей всегда располагаются над окном документа, даже если в данный момент неактивны. Это сделано для того, чтобы мы могли всегда по­лучить к ним доступ, вне зависимости от того, какое окно сейчас активно. Если же мы захотим убрать какую-либо из этих групп, мы можем "вынести" ее за пределы окна документа или вообще закрыть, раскрыв ее дополнитель­ное меню и выбрав пункт Closepanelgroup.

Теперь обратим внимание на правый край главного окна, где находится мно­жество всяческих групп панелей. Это так называемый *док* — область, специ­ально для них предназначенная. Док отделен от остального пространства главного окна толстой серой полосой, которую мы можем перетаскивать мышью, изменяя размеры дока. Мы также можем щелкнуть мышью довольно приметную кнопку на доке, чтобы быстро скрыть его.

Еще один док располагается в нижней части главного окна. В нем находится группа с единственной панелью Properties(Свойства), о которой мы еще поговорим. Третий док, в данный момент скрытый, находит­ся в левой части окна; попробуйте переместить туда любую плавающую группу панелей и вы его увидите.

Еще три панели Dreamweaver достойны отдельного упоминания. Они так сильно отличаются от остальных, что даже носят особое название — *инструментарии.* От обычных панелей они отличаются тем, что имеют постоянные размеры и образуют каждая свою особую группу. Таких инструментариев в Dreamweaver три:

инструментарий объектов;

инструментарий документа;

*стандартный инструментарий,*

*Инструментарий объектов* служит для быстрого поме­щения на Web-страницы различных элементов. От остальных инструментариев он отличается тем, что жестко зафиксирован вдоль верхнего края глав­ного окна. Инструментарий объектов содержит набор кнопок, при нажатии которых на Web-страницу помещается соответствующий элемент. Эти кноп­ки расположены на нескольких вкладках. Для переключения между вкладка­ми нужно нажать кнопку, на которой написано название вкладки и которая расположена в левой части инструментария, и выбрать нужную вкладку в появившемся *меню вкладок*.

*Инструментарий документа* позволяет нам выполнять некоторые манипуля­ции с открытой Web-страницей и самой программой. Мы рассмотрим его позже, когда начнем работу над нашими первыми Web- страницами.

*Стандартный инструментарий,* предоставляющий доступ к операциям с  
файлами (создание, открытие и сохранение Web-страницы), буфером обмена  
и пр., изначально скрыт.

Управление окнами и панелями Dreamweaver

Ясно, что Dreamweaver в состоянии вывести па экран множество разнообразных окон.

Если же мы раскроем одно из окон документов на весь экран (точнее, на все главное окно), то переключаться между окнами станет еще проще. В этом случае в инструментарии документа появятся вкладки, соответствующие открытым окнам документа. Нам останется только щелкнуть нужную вкладку. Кстати, мы можем перетаскивать эти вкладки, меняя их порядок.

Если нам необходимо держать на виду сразу два окна или больше, стоит вос­пользоваться пунктами Cascade, TileHorizontally или TileVertically меню Window. Первый из них "выкладывает" все открытые окна документов в виде "стопки" в главном окне так, что мы сможем видеть их заголовки и часть со­держимого. Второй и третий пункты "выкладывают" в главном окне "мозаи­ку" из окон документов так, чтобы они не перекрывались. Причем второй пункт выкладывает "мозаику" по горизонтали, а третий — по вертикали.

Теперь давайте откроем подменю ToolbarsменюView, В нем находятся три пункта:

пункт Insertвыводит инструментарий объектов;

пункт Documentвыводит инструментарий документа;

пункт Standardвыводит стандартный инструментарий.

Инструментарий документа также можно вывести на экран, выбрав пункт InsertменюWindowили нажав комбинацию клавиш <Ctrl>+<F2>.

Если слева от имени одного из этих пунктов стоит галочка, это значит, что соответствующий инструментарий выведен на экран (или, как еще говорят, соответствующий пункт меню "включен"). Чтобы убрать инструментарий, нужно выбрать соответствующий пункт еще раз— и инструментарий исчез­нет вместе с галочкой.

Если нам понадобится скрыть на время все панели, чтобы без помех про­смотреть открытуюWeb-страницу, нам нужно будет выбрать пункт HidePanelsв меню Windowили одноименный пункт в меню View. Вместо выбора этого пункта можно просто нажать клавишу <F4>— так быстрее. Чтобы сно­ва вывести скрытые панели на экран, достаточно в меню Windowsили Viewвыбрать пункт ShowPanelsили, опять же, нажать клавишу <F4>.

**Программа MicrosoftPictureManager**

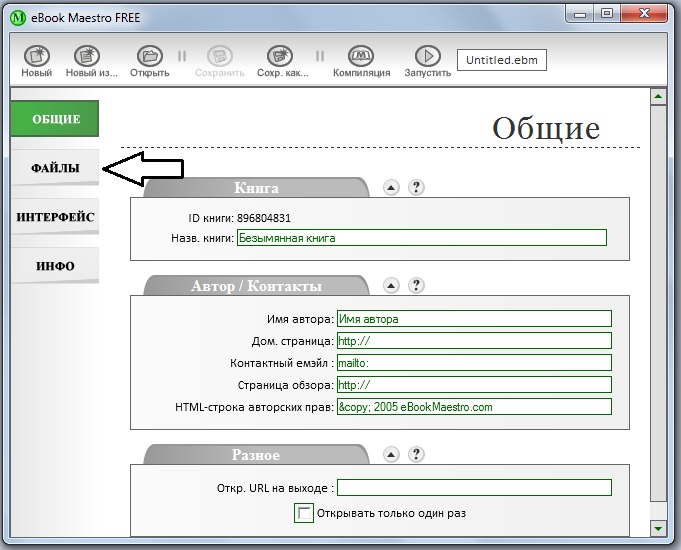
Диспетчер рисунков MicrosoftOffice предоставляет возможности управления, редактирования, совместного использования и просмотра рисунков на компьютере вне зависимости от того, где они хранятся на компьютере. Функция «Найти рисунки» позволяет эффективно найти рисунки, а с помощью диспетчера рисунков при необходимости можно изменить найденные рисунки. Воспользуйтесь средствами редактирования рисунков для их обрезки, увеличения, копирования и вставки. Диспетчер рисунков упрощает совместное использование рисунков, позволяя отправлять рисунки в сообщениях электронной почты или создавать библиотеки рисунков SharePoint в интрасети организации.

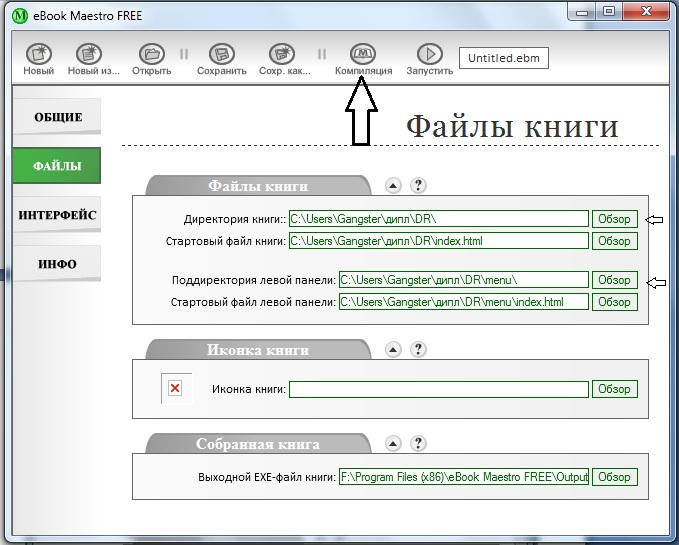
**§4. Программа компилятор eBookMaestro**

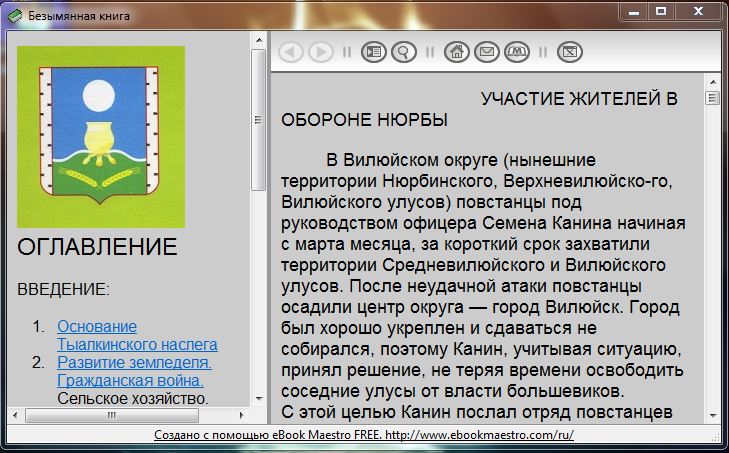
* 1. **Описание возможностей eBookMaestro**

Это универсальный инструмент для создания презентаций и электронных книг с богатым перечнем возможностей. Бесплатная версия eBookMaestro предлагает полный набор опций для некоммерческих проектов. Пользователи, которые ставят целью достичь широкой публики своими текстами и аудио-визуальными материалами, сделают это гораздо легче при создании книг с помощью eBookMaestro. Универсальная простота этого компилятора, подкрепленная его сильной компрессией, превратит работу над созданием и публикацией книг в настоящее наслаждение. Компилятор предлагает богатый интерфейс с набором настраиваемых особенностей, быстрый поисковый движок, режим воспроизведения текста вслух и другие изысканности. Они сделают книгу настолько комфортной и интерактивной, насколько это возможно. Поддержка встраиваемых скриптов, flash и видео форматов предоставляет более инновационные и богатые способности, нежели другие издательские решения. Чтобы продвинуть создание книг еще дальше на технологическом пути, компилятор позволяет интегрировать книги с удаленными веб-серверами через обработчики форм. Это способствует не только получению обратной связи, но также предоставляет Вам множество способов для взаимодействия при создании опросников и тестов. Универсальность компилятора позволяет применять функциональные богатства для создания электронных книг в любой профессиональной области, будь то искусство, бизнес, образование, кулинария, психология и т.д.

**4.2. Создание электронной книги.**

Чтобы создать книгу мы нажмем кнопку «Файлы»

Далее там где файлы книги, нажимаем на «Обзор» находим нужные нам файлы и жмем кнопку 

Ждем окончания компиляции, далее жмем «Запустить». 

**Выводы по главе I.**

В этой главе мы рассмотрели теорию создания электронной книги, а также технологию и какими программными средствами, мы будем создавать электронную книгу.

Как-то так получилось, что Dreamweaver оказался в тени своего более разрекламированного собрата MicrosoftFrontPage. Возможно, это потому, что Dreamweaver все - таки предназначен для достаточно опытных Web-

дизайнеров, знающих свое дело и занимающихся им профессионально.

FrontPage же изначально разрабатывался как инструмент для обычных офис-

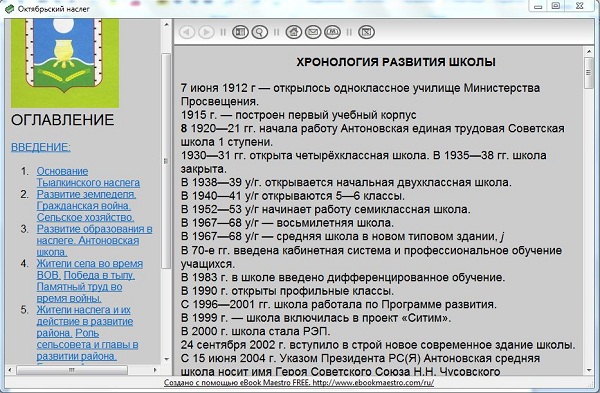
ных служащих, занимающихся Web-дизайном от случая к случаю. Что ж, мир велик, и в нем найдется место для любой программы. Он весьма благосклонен к новичкам . Но не следует думать, что Dreamweaver — это что-то запредельно сложное. Но все же, полную его мощь раскроет только опытный Web-дизайнер.

Если у вас мало опыта работы с HTML, то лучше использовать готовые шаблоны книг программы eBookMaestroFree.

**Глава II. Описание технологического процесса создания электронной книги «Октябрьский наслег».**

Чтобы создать электронную книгу мы воспользуемся следующими программами: MacromediaDreaweaver 8, eBookMaestro.

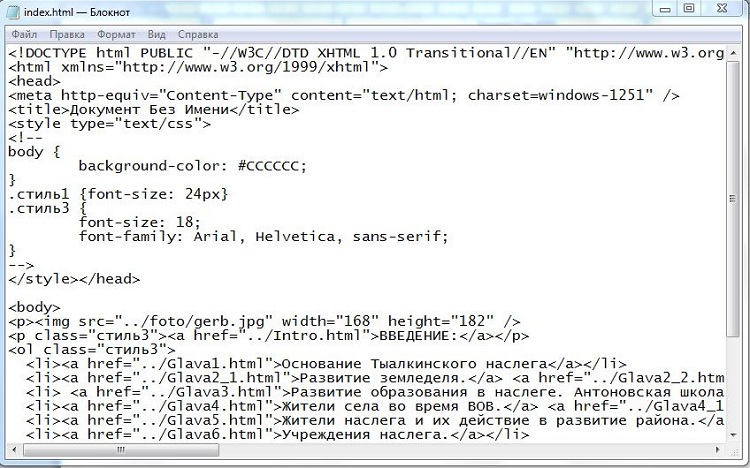
§1. Структура и содержание электронной книги.

****

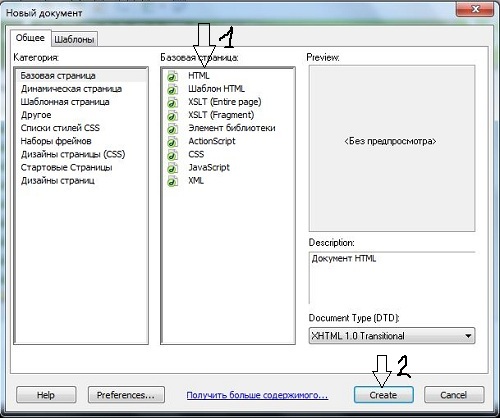
§2. Описание технологии разработки электронной книги.

2.1. Создание HTML документа.

2.1.1. Создание HTML документа с помощью блокнота.

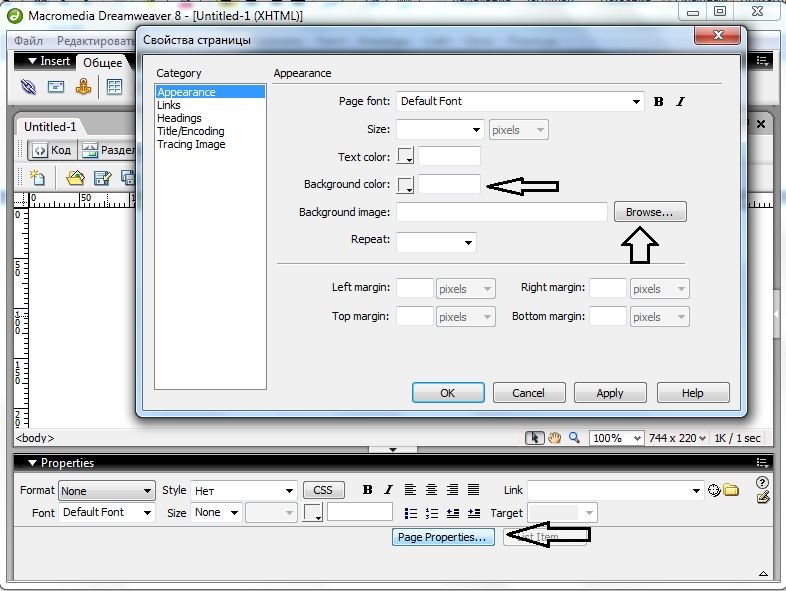


2.1.2. Создание HTML документа с помощью MacromediaDreamweaver



Выбираем тип страницы, в нашем случае HTML, далее жмем «создать».

2.1.3. Создание фона электронной книги

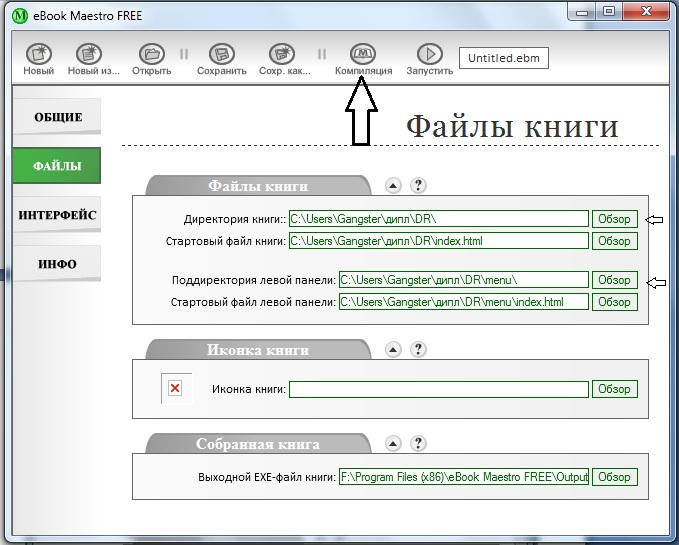


После нажатия на «PageProperties» появится окно «Свойства страницы».

Можно выбрать как цвет фона, так и отдельный файл изображения.

2.2. Использование программы компилятора eBookmaestro.

В программе eBookmaestro, выбираем папку и подпапку, которых находятся HTML файлы. Компилируем программу, запускаем получившуюся электронную книгу.



**Выводы к главе II**

Во второй главе мы рассмотрели практическую часть создания электронной книги. Поэтапно объясняя создания электронной книги.

Dreamweaver считался лучшим HTML-редактором задолго до того, как попал к Adobe, но именно Adobe удалось сделать из него практически идеальный инструмент. Программа стала удобнее, функциональнее, а главное — проще.

Основное отличие Dreamweaver CS3 от других HTML-редакторов — необычайно гибкая и удобная инструментальная база. В программу встроен мощный визуальный HTML-редактор, утилиты для создания каскадных таблиц стилей (CSS-документов), скриптеры, поисковик ошибок, AJAX-компоненты (когда содержимое обновляется внутри отдельного небольшого окошка, без перезагрузки страницы целиком), заточенные под построение динамических пользовательских интерфейсов, получение информации из RSS-каналов и создание визуальных эффектов. Самое же главное, что есть в Dreamweaver и чего нет ни у одного другого HTML-редактора, — это тесная интеграция с другими продуктами Adobe. Допустим, надо вам немного подправить картинку — прямо из контекстного меню загружаете Photoshop, и все изменения тут же отобразятся внутри редактора. Это здорово ускоряет работу.

В плане чистоты кода Dreamweaver тоже впереди планеты всей. Даже если вы делали странички только при помощи визуального компонента программы (то есть перетаскивали мышкой окошки, расставляли кнопки и выравнивали картинки), код все равно получится очень логичным, в нем почти не останется мусора. Создается впечатление, что сайт написан в HTML с нуля, а не собран в специализированной программе. Кое-где огрехи, конечно, встречаются (например, без некоторых комментариев вполне можно было бы обойтись), но если сравнивать с другими подобными утилитами, код просто идеален.

Ко всему прочему в Dreamweaver можно прикрутить к сайту простой FTP-клиент, просмотрщики, проигрыватели файлов различных форматов, да и шаблонов здесь десятки (а в интернете можно найти тысячи).

Один атавизм у Dreamweaver все же сохранился. Совсем уж неподготовленному человеку разобраться в нем довольно сложно. Вроде бы все интуитивно понятно, но слишком уж много. Было бы здорово, если бы разработчики добавили, например, функцию упрощенного создания веб-страничек, чтобы можно было учиться постепенно.

На официальном сайте Adobe, предварительно зарегистрировавшись, вы можете скачать триал-версию редактора.

**Заключение**

На книжных выставках и ярмарках мы обсуждаем а нужны ли нашим читателям электронные книги, кто их будет читать. Кто - то говорит о последних днях или годах бумажной книги и периодики, кто то предсказывает им вечную жизнь. Но электронная книга все больше проникает в нашу жизнь, хотим мы этого или нет.

В представленной работе была рассмотрена проблема отсутствия или недостаточности иллюстрированных книг, альбомов, путеводителей о селе Антоновка в электронном виде и принято решение о создании электронной книги, как средства, помогающего в решении этой проблемы. В связи с чем была выделена следующая цель:

• разработка электронной книги «Октябрьский наслег».  
В число **задач** вошли следующие:

* 1. Собрать, проанализировать и обобщить литературные и фондовые материалов по географии, истории, экологии, традиционного природопользования и краеведении поселка.Изучить особенности создания электронных книг.
  2. Разработать структуру электронной книги.
  3. На основе комплексного экономико-географического и краеведческого описания расширить информационное поле пользователя;
  4. На основе использования иллюстративного материала (рисунков, фотографий) усилить познавательный интерес и активизировать визуальное восприятие различной информации у широкого круга читателей.

В результате анализа и обобщения литературных и фондовых материалов разработана книга, дающая представление об истории развития, природе, населению и хозяйственной деятельностина территории села Антоновка.

**Научная новизна** выполненной работы заключается в следующем:

- впервые разработана электронная книга «Октябрьский наслег»;

- систематизирована информация о селе Антоновка;

Книга опирается на подробные современные достоверные и точные знания и материалы.

Программная среда реализации позволила создать компактный функционально достаточный продукт с удобным, интуитивно понятным пользовательским интерфейсом, что следует отнести к несомненным достоинствам проекта. Простота разработанного продукта иллюзорна. Книга разработана под непрофессиональных пользователей. Программа содержит доступный интерфейс и легка в применении.

Анализируя проделанную работу, можно сказать, что цели работы были достигнуты, поставленные выше задачи выполнены. В процессе работы была составлена и разработана электронная книга «Октябрьский наслег». Апробация подтвердила правильность выдвинутой нами гипотезы.

Данная книга позволяет, экономя деньги на приобретение большого количества книг по данной теме, получить необходимые знания за меньший промежуток времени. Она предлагает пользователю обширную информацию, накопленную к настоящему времени селе Антоновка. Как целостное произведение книга формирует представление о нашем родном крае и является увлекательным путеводителем.

**Список использованной литературы**

1.Дронов В. А.Самоучитель MacromediaDreamweaver 8. — СПб.: БХВ-Петербург, 2006.

2. Хольцшлаг М. 250 секретов HTML и web-дизайна М.: НТ Пресс, 2006.

3. Мержевич В.В. HTML и CSS на примерах СПб.: БХВ-Петербург, 2005.

4. Левин А.Ш. Самоучитель работы на компьютере . 9-е издСПб.:Питер,2006.

5. Левин А.Ш. Самоучитель AdobePhotoshop СПб.:Питер,2006.

6. Левин А.Ш. Самоучитель полезных программ СПб.:Питер,2006.

7. AdobeDreamweaver CS4. Официальный учебный курс (+ CD-ROM): — Москва, Эксмо, 2009.

Автор:

Андреев Аркадий Анатольевич

Студент 1 курса по специальности

«Подземная разработка

месторождения полезных ископаемых»»

Руководитель:

Филиппова Дария Егоровна

Преподаватель физкультуры

ГОУСПО «Нюрбинский колледж»

**«Алкогольная зависимость - это вредная привычка или болезнь?»**

**АННОТАЦИЯ**

Вданной работе рассматривается метод сопоставительного анализа в изучении феномена алкоголизма, как в социальном плане, так и в медицинской точки зрения

Цель работы: выяснить, как классифицировать алкогольную зависимость, как вредную привычку или болезнь.

Для достижения этой цели необходимо выполнить следующие задачи:

1. изучить научно-популярную и медицинскую литературу по теме вопроса
2. проанализировать отношение к данной проблеме среди студентов ГОУ СПО «Нюрбинский колледж»
3. разработать методический материал для использования в пропаганде ЗОЖ.

ПЛАН ИССЛЕДОВАНИЙ

В работе рассматривается вопрос применения метода сопоставительного анализа в классификации алкогольной зависимости как социального явления. Метод сопоставительного анализа способствует к развитию критического отношения к формированию алкогольной зависимости и позволяет развивать здоровый образ жизни в молодежной среде ГОУ СПО «Нюрбинский колледж»

В ходе работы планируется:

1.Исследовать научно-популярную и медицинскую литературу по теме данного научно-практического исследования.

2.Провести опрос – анкетирование среди студентов ГОУ СПО «Нюрбинский колледж»

3. Проанализировать результаты опроса.

Гипотеза:

если правильно классифицировать алкогольную зависимость, то можно создать правильное общественное мнение в оценке данного феномена, как негативного фактора и быстрее сформировать здоровый образ жизни в молодежной среде.

Заключение:

С медицинской точки зрения алкоголизм - это болезнь, при нем наблюдается патологические изменения в центральной нервной системе, в различных органах, в частности в сердечно-сосудистой системе, в результате чего у выпившего человека может внезапно наступить смерть.

А по результатам проведенного мною опроса-анкетирования вышло, что алкоголизм в среде студентов ГОУ СПО «Нюрбинский колледж» оценивается как вредная привычка. Отсюда можно сделать, вывод, что от алкоголизма можно избавиться усилием воли самой личности и вести здоровый образ жизни сейчас становится актуальнее.

Список использованной литературы:

1.Богданович Л.А., Белый ужас: С-Пб.: Симпозиум.1994 г. – 230 с.

2. Братусь Б.С. Психология, клиника и профилактика раннего алкоголизма. – М.: «Наука», 1984 г. – 148 с.

2. Виленчик М.М. Биологические основы старения и долголетия. – М.: «Наука», 1976. – 170 с.

3.Лоранский Д.Н., Лукьянов В.С. Азбука здоровья. Книга для молодежи. – М.: Профиздат, 1990. – 176 с.

4. Муратова И.Д., Сидоров П.И. Антиалкогольное воспитание в школе. – Архангельск: «Лира», 1977. – 178 с.

5.Петренко Л.Ф., Коварный враг. – М.: «Знание», 1991 г. – 213 с.

6. Энтин Г.М. Когда человек себе враг. – М.: «Знание»,1973. – 143 с.

7. Лоранский Д.Н., Лукьянов В.С. Азбука здоровья: книга для молодежи. М.: 1990, с.152-158

8.Стрельчук И.В. «Алкоголь и здоровье» М.:- 1980 г.

9. Новоселов С.Е. «Здоровый образ жизни». М.: - 1996 г.

10. Острожная Н.Н., Мазурова «Прозрение», С-Пб.: Симпозиум – 2001 г.

11. Ридерз Дайджест №11 «Все о здоровом образе жизни»

12. Шаталова Г.С. Философия здоровья. М.: 1997 г.

13. Березин И.П., Дергачев Ю.В. Школа здоровья М.: «Наука», 2008г.

14. Большая энциклопедия «Дрофа», 2000 г.

15. Медицинский научный справочник. М.: 2005 г.

НАУЧНАЯ СТАТЬЯ

**Введение**

Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь- это важное слагаемое человеческого фактора.

Алкоголизм- это эмоциональная и физическая зависимость человека от алкоголя. при алкоголизме человек чувствует потребность в алкоголе. При алкоголизме человек больше не контролирует, сколько он пьет.

С врачебной точки зрения алкоголизм - это болезнь, при нем наблюдается патологические изменения в центральной нервной системе, в различных органах, в частности в сердечно - сосудистой системе, в результате чего у выпившего человека может внезапно наступить смерть.(1)

С точки зрения социолога, пьянство - порок, подтачивающий и калечащий нравственный облик человека, источник разнообразного зла.

Лечение алкоголизма - длительный процесс, во время лечения человеку нельзя употреблять ни грамм алкоголя на протяжении многих лет. Алкоголизм может развиться у каждого, кто злоупотребляет алкоголем.

Алкоголь присутствует в жизни почти каждого человека. Кто-то пьет лишь по праздникам, кто-то любит отдохнуть с порцией алкоголя в выходные, а кто-то злоупотребляет постоянно. Под действием этанола рушиться все, в первую очередь - нервная и сердечно- сосудистая система. Молодые люди в наши дни неразлучны с пивом. И если взрослый человек еще как-то может мобилизоваться после приема алкоголя, потому что он уже имеет сформированную нервную систему.(3)

**Особенности алкоголизма в зависимости от возраста и пола**

Особенно тяжело протекает алкоголизм, начинающийся в подростковом или юношеском возрасте. Основные признаки алкоголизма: патологическое влечение к алкоголю, абстинентный синдром толерантности и интолерантности к алкоголю формируются в молодом возрасте гораздо быстрее, чем у взрослых.

В юношеском и подростковом возрасте быстрее возникают заболевания соматических органов, обусловленные интоксикацией алкоголем. Рано возникают сосудистые заболевания. Патологические изменения личности в юношеском возрасте встречаются чаще, чем у заболевших алкоголизмом в зрелые годы.

Наряду с тем, что юноши и девушки быстрее привыкают к алкоголю наблюдается алкогольные психозы, судорожные припадки и изменения личности по психопатоподобному, по истерическому, по шизефреноподобному типу.(2)

Одной из основных причин возникновения алкоголизма у юношей и девушек является неправильное воспитание. Пагубное пристрастие к алкоголю чаще возникает у детей, родители которых во всем им потакают, выполняют любые их капризы, не приучают к труду. Большую роль также играет макросоциальная среда. Алкоголизм легко возникает у людей попавших в компании, где отсутствуют духовные интересы.(7)

**Что такое алкоголь и влияние на организм человека.**

Чистый алкоголь - это прозрачная жидкость без запаха и цвета, алкоголь получают в результате шумования сахара, который содержится, например: в винограде, пшенице или картофеле. По-своему действию алкоголь принадлежит к наркотическим веществам. В незначительных дозах алкоголь тормозит работу головного мозга и вызывает эффект расслабления организма. После употребления алкогольного напитка алкоголь всасывается в кровь очень быстро. За несколько минут он уже разносится по всему телу и попадает в головной мозг.(8), (2)

После употребления алкогольного напитка кровеносные сосуды расширяются и алкоголь начинает негативно влиять на сердце. Происходит также и нагрузка на печень. Печень - орган, который выводит алкоголь из организма человека. Чем больше выпил, тем больше нагрузка на печень. Печень выводит из организма человека 10 мл чистого алкоголя за час. Например, если кто- то выпил полбутылки вина, то через три часа после этого алкоголь все еще будет находиться у него в крови.

Влияние алкоголя на кровь было обнаружено совершенно случайно в 1967 году тремя американскими учеными под руководством профессора Найсли. Для того, чтобы "заглянуть" в живого человека, они воспользовались длиннофокусным микроскопом, рассматривали через роговицу глаза друг друга. Роговица совершенно прозрачная, и им хорошо были видны мельчайшие сосуды - капилляры. Диаметр капилляров настолько мал, что эритроциты буквально "проползают" по ним поодиночке, нередко раздвигая при этом стенки капилляров. Однако то, что увидели исследователи, когда один из участников эксперимента, набрав в рот виски, расположился под микроскоп, было неожиданно и ошеломляюще. Оказалось, что под действием алкоголя происходит интенсивное склеивание (агглютинация) красных кровяных телец- эритроцитов, обеспечивающих ткани организма кислородом. Такой агрегат, соединяющий несколько эритроцитов, не способен двигаться по капиллярам, перекрывая его, полностью прекращает в нем кровоток.

По наблюдениям, сделанным в МГУ доктором биологических наук Л.Е. Поповым совместно со студентами, комки эритроцитов появляются в пробах крови человека через 10 минут после приема алкоголя, их число достигает максимума через полтора - два часа, когда концентрация алкоголя в крови также максимальна. Сгустки имеют неправильную форму и содержит в среднем 200-500 эритроцитов, средний их размер равен 60 микрон. Отдельные сгустки содержат тысячи эритроцитов. Тромбы таких размеров перекрывают артерии далеко не самого мелкого калибра, тканевым клеткам перестают поступать кислород и питательные вещества. Они гибнут.(8),(2)

Что же происходит с тканевыми клетками, лишившихся кислорода и питания? Они погибают. Гибнут сотни и миллионы клеток во всех системах и тканях организма, которые, очевидно не были лишними. Число погибших клеток зависит от количества и качества спиртного. Страдают кровеносные сосуды: импульсы давления от сокращений сердца (пульс), встречаясь с преградой - тромбом, вызывают сильное расширение сосуда в непосредственной близости от тромба. Иногда это расширение оказывается необратимым, появляется вздутие артерролы-микроаневризм. В отдельных случаях стенки артеррол не выдерживают давления и разрываются, возникает кровоизлеяние-микроинсульт.

Человек, выпивший накануне, представляет собой что-то вроде большого, во весь человеческий рост, равномерно распределенного синяка: те же кровоизлеяния, те же отмирающие ткани, и "заживление" этого "человека- синяка"- выздоровление после травмы, длится те же 3 недели, что и в случае синяка.

Природа нас создала основательно, и часть клеток в тканях восстанавливается за счет образования нервных клеток, безвозвратно же гибнут нейроны в коре головного мозга. Их у нас от 14 до 17 млрд., но лишних то нет. А после каждой рюмки вина, стакана водки, бокала шампанского или кружки пива гибнет громадное количество нейронов, страдает кратковременная память, а потом и долговременная от систематического потребления, пусть и редкого. После каждой, поступившей в организм дозы алкоголя, человек обязательно становится необратимо глупее. Этот процесс происходит постепенно и незаметно для самого человека. Алкоголь держится в мозгу от 8 до 30 суток.

Постепенно гибнут центры добра, справедливости, чести и достоинства, человек становится не свободным, а рабом пагубной привычки, он становится агрессивным, портится его характер. И в первую очередь гибнет талант.

Коварство алкоголя усиливается тем, что организм человека от рождения имеет приблизительно 10 - кратный запас капилляров, поэтому алкогольные нарушения кровеносной системы и их последствия начнут проявляться в более поздние годы. Когда "запас" капилляров постепенно исчерпывается.

Алкоголь губительно действует на клетки половых центров расположенных в спинном мозге. Одновременно ослабевает деятельность молочных желез, а в дальнейшем она может и прекратиться. Ученые выявили здоровые половые железы только у половины обследованных ими хронически больных алкоголизмом. Установлено, что у мужчин, злоупотребляющих алкоголем, отмечается ослабление потенции, у женщин алкоголь нарушает выработку половых гормонов и созревания яйцеклетки, менструального цикла. Принятый внутрь алкоголь через 5-10 минут всасывается в кровь и разносится по всему организму. Алкоголь - яд для любой живой клетки. Проникнув в организм , очень расстраивает работу тканей и органов. Быстро сгорая, он отнимает у них кислород и воду. Клетки сморщиваются, деятельность их затрудняется. При значительном и частом попадании алкоголя в организм клетки разных органов в конце концов погибают.

Под действием алкоголя нарушается чуть ли не все физиологические процессы в организме, а это может привести к тяжелым заболеваниям. Перерождается ткань печени, почки, сердца, сосудов и др.

Быстрее и губительнее всего алкоголь действует на клетки головного мозга, при этом, в первую очередь, страдают высшие отделы мозга. Быстро доставленный потоками крови к головному мозгу , алкоголь проникает в нервные клетки, при этом разрушается, в результате чего связь между различными отделами мозга расстраивается.

Алкоголь влияет также на кровеносные сосуды, несущие кровь к мозгу. Сначала они расширяются, и насыщенная алкоголем кровь бурно приливает к мозгу, вызывая резкое возбуждение нервных центров. Вот откуда чрезмерно веселое настроение и развязность пьянеющего человека.

Ученые выяснили, что под влиянием спиртных напитков в коре больших полушарий головного мозга в след за усиливающимся возбуждением наступает резкое ослабление процессов торможения. Кора перестает контролировать работу низших , так называемых подкорковых отделов мозга. Вот почему опьяневший человек как бы теряет контроль над собой и критические отношение к своему поведению, утрачивая сдержанность и скромность, он говорит и делает то, чего не сказал и не сделал бы в трезвом состоянии. Каждая новая порция спиртного все больше парализует высшие нервные центры, словно связывая их и не позволяя вмешиваться в хаотичную деятельность резко возбужденных отделов мозга.

Значительное количество выпитого алкоголя может повлечь дрожь рук и двоение в глазах. Человек намного медленнее реагирует на внешние раздражители и ему необходимо больше времени, чтобы что-то решить. Нарушается способность правильно оценивать события и как следствие, человек теряет контроль над собой и своими поступками. (8),(2)

**Влияние алкоголя на организм подростка**

Содержащийся в алкогольных напитках этанол, влияет на головной мозг, который в подростковом возрасте находится на стадии структурных и функциональных изменений, поэтому особенно уязвим для влияния химических веществ. Результаты экспериментов на животных и добровольцах - людях показывают, что даже однократная и небольшая доза спиртного может нарушить химический механизм мозга, ответственный за обучение.

Наступает задержка развития мышления, нарушается выработка нравственных и этических норм, могут угасать уже проявившиеся способности. Под действием алкоголя подросток буквально тупеет: и интеллектуально и эмоционально. А недостаточно зрелый мозг подростка быстрее формирует зависимость от алкоголя.

Печень подростка разрушается под действием алкоголя гораздо быстрее, чем у взрослого человека, ведь проницаемость сосудистых стенок у подростков выше, а механизмы работы ферментов в печени еще не сформированы окончательно.

Алкоголь приводит к жировому перерождению клеток печени и нарушению синтеза витаминов, ферментов, белкового и углеводного обмена.

Наблюдается и сбои в работе желудочно-кишечного тракта под действием алкоголя изменяются свойства и количество желудочного сока, нарушается работа поджелудочной железы, что может привести не только к панкреатиту, но и к диабету.

Иммунная система перестает полноценно выполнять свои функции: употребляющий алкоголь подросток становиться очень восприимчив к инфекционным заболеваниям. И не только простудным - среди выпивающих молодых людей нередко встречаются инфекции мочевыводящих путей и почек и хронические воспалительные заболевания дыхательных путей, нередко осложняющиеся еще и курением. (3)

**Токсические свойства алкоголя**

Большая доза алкоголя вызывает наркоз - острое отравление алкоголем, опасное для жизни человека, так как оно может привести к параличу жизненно важных центров и угнетает сердечную деятельность.Малые дозы лишь незначительно влияют на кровообращение, вызывая умеренное учащение пульса.

Некоторые люди убеждены, что алкогольные напитки полезны, они якобы устраняют усталость, предохраняют от болезней. Верно ли это? И откуда исходит такое убеждение? Много лет назад некоторые ученые полагали, что алкогольные напитки в умеренных дозах могут, приносить пользу. Одно время за рубежом в частных лечебницах и санаториях при лечении разного рода заболеваний широко применялись виноградные вина, коньяк.

В настоящее время алкоголь применяется в медицинской практике для стерилизации инструментов, как наружное средство, для компресса. Применение алкоголя при сердечных заболеваниях с нашей точки зрения не оправдано. (13)

**От чего зависит влияние алкоголя на организм человека**

Влияние алкоголя на организм человека зависит от:

* веса и роста человека: чем меньше человек весит и чем меньший у него рост, тем быстрее он пьянеет. Организм детей и подростков еще не сформировался и не достиг физической зрелости. Дети и подростки имеют меньший вес, чем взрослые, и на рост они, как правило, также ниже, чем взрослые. Следовательно, и опьянение наступает намного быстрее.
* пола человека: при употреблении одинаково количества алкоголя, женщины пьянеют быстрее и сильнее , чем мужчины. Женщины, как правило, более низкие ростом и имеют меньший вес. Организм женщины содержит меньше воды. Обмен также происходит по - другому, чем у мужчин. Если женщины злоупотребляют алкоголем, проблемы со здоровьем у них появляются намного раньше, чем у мужчин.
* промежутка времени между употреблением еды и употреблением алкогольного напитка: чем больший промежуток времени между тем, как принял пищу, и тем, как выпил алкогольный напиток, тем более сильное опьянение. Сильнее всего пьянеют на "пустой" желудок.
* крепости алкогольного напитка и от специфики газа в нем: горячительные напитки, например водка, а также шипучие напитки, например, шампанское, быстрее всасывается в кровь. Следовательно, от горячительных и шипучих напитков пьянеют быстрее.(14)

**Что может произойти в результате алкогольного опьянения**

В состоянии алкогольного опьянения сильно повышается риск несчастных случаев: аварии, пожары в квартирах и частных домах, получение тяжелых травм.

Можно: потерять сознание, если выпить большое количество алкоголя; захлебнуться рвотной массой и умереть; нанести непоправимый вред здоровью будущего ребенка; попасть в тюрьму; стать посмешищем в глазах окружения; потерять контроль над собой и сделать поступки, которых в трезвом состоянии никогда бы не сделал.

Утром может наступить отвратительное болезненное похмелье, тошнота, голова раскалывается на тысячу частей, все время мучает жажда. Состояние похмелья возникает в результате употребления большого количества алкоголя и потери организмом большого количества воды. Похмелье может длиться один или несколько дней, до тех пор, пока весь алкоголь не выйдет из организма человека. (14)  
**Что происходит в результате длительного злоупотребления алкоголем**

Длительное злоупотребление алкоголем- это регулярное употребление большого количества алкоголя на протяжении длительного времени. Увеличивает риск развития серьезных заболеваний и ведет к преждевременной смерти.

Длительное злоупотребление алкоголем ведет к заболеваниям:

* повышенному артериальному давлению, сердечно- сосудистым заболеваниям, инфаркту и инсультам. Алкоголь, попадая в организм человека, способствует повышению артериального давления. Чем выше артериальное давление, тем больше нагрузка на кровеносные сосуды и сердце и тем выше риск развития сердечно - сосудистых заболеваний, инфаркта и инсульта.
* язве желудка, болезней печени и циррозу печени. Алкоголь увеличивает нагрузку на все органы пищеварительной системы человека, в частности и на печень. Печень- это орган, который выводит алкоголь из организма человека. Чем больше было выпито алкоголя, тем больше нагрузка на печень. Длительное злоупотребление алкоголем приводит к тому, что печень не может справиться с алкоголем, который постоянно поступает к ней, и в конечном итоге, разрушается.
* раку губы и горла. Медицинские исследования доказывают: у людей, которые злоупотребляют алкоголем, может развиваться рак губы и горла. Риск значительно увеличивается, если тот, кто пьет, еще и курят.
* психологическим проблемам и развитию депрессии. Многие из тех, кто регулярно пьет, становится нервным и раздражительным. Такое психологическое состояние отражается на их работе, на их отношениях с окружением и на безразличным и теряет смысл жизни.

Как алкоголь влияет на физическую форму и занятием спортом:

Если ты увлекаешься спортом и хочешь сохранить красивую физическую форму на долгие годы, тебе обязательно нужно знать, что в наших мышцах есть красные и белые волокна. Красные волокна мышц регулируют физическую выносливость человека. Белые волокна регулируют то, как хорошо ты бегаешь и прыгаешь. Злоупотребление алкоголем разрушает и красные, и белые волокна мышц.(14)

**Алкоголизм и потомство**

Влияние на возникновение и развитие алкоголизма наследственность факторов еще не достаточно изучена, хотя этой проблемой занимаются с давних времен. В древней мифологии говорится, что вулкан родился хромым, ибо он был зачат Юноной от пьяного Юпитера. Аристотель и Плутарх утверждали, что пьяницы - матери рожают детей пьяниц. Долгое время полагали, что алкоголизм передается по наследству. Весьма важное наблюдение провел иностранный ученый Кер, изучавший одну семью алкоголиков. Пока глава семейства вел трезвый образ жизни, семье родились дочь и сын, которые были нормальными детьми и отличались крепким здоровьем. Когда же он стал пьянствовать- родилось еще четверо детей все они страдали слабоумием.

А вот данные психиатра Шуте из США, собранные им при наблюдении семьей алкоголиков. В семье было 11 детей, родившихся до пьянства отца,- все здоровые. Среди 4 детей, родившихся тогда, когда отец пьянствовал, 1- идиот, 2-е страдают алкоголизмом и 1- эпилепсией. Трое детей родившихся тогда, когда отец прекратил пить, совершенно здоровые.

Бехтеров причиной эпилепсии у многих больных считал алкоголизм родителей. Некоторые ученые не придают особого значения пьянству родителей в заболеваемости алкоголизмом и другими болезнями.

Отечественный психиатр Мержеевский, психиатр Форель и другие указывали на влияние алкоголизма предков, на возникновение душевных заболеваний у потомства. Советские психиатры Гиляровский и Богданович также приводят доказательства связи пьянства родителей с развитием душевных недугов у детей, в частности шизофрении.

Эпилепсия и алкоголизм нередко встречаются у детей, родившихся в семьях тех, кто злоупотребляют алкоголем. Давно доказано, что дети матерей, страдающих алкоголизмом, плохо развиваются, растут слабыми, хилыми, а иногда у них как следствие отравления алкоголем возникают то детская нервозность, то судорожные припадки. Кормящая мать, страдающая алкоголизмом, своим молоком, насыщенным алкоголем, по существу отравляет своего ребенка, наносит большой ущерб его здоровью.

Вредное влияние алкоголя на потомство особенно убедительно показано в экспериментах на животных: в тех случаях, когда беременным крольчихам длительное время давали алкоголь в малых дозах, у них вскоре после рождения погибал 61% новорожденных крольчат, в другой группе кроликов, не получивших алкоголя, из потомства погибло 23%.

Особенно тяжело протекает алкоголизм, начинающийся в подростковом или юношеском возрасте. Основные признаки алкоголизма: патологическое влечение к алкоголю, абстинентный синдром, толерантности и интолерантности к алкоголю формируются в молодом возрасте гораздо быстрее, чем у взрослых.

Алкоголизм является проблемой не только самого "больного", но и проблемой всего общества в целом.(2)

**Заключение**

С врачебной точки зрения алкоголизм - это болезнь, при нем наблюдается патологические изменения в центральной нервной системе, в различных органах, в частности в сердечно-сосудистой системе, в результате чего у выпившего человека может внезапно наступить смерть.

Алкоголь "бьет" не только самого пьющего, но и людей, окружающих его. Часто мужчины или женщины, склонные к алкоголизму, пренебрегают своими обязанностями, друзьями, семьей, детьми, для того чтобы удовлетворить свою потребность. Пристрастие к алкоголю - причина различных преступлений. Известно, что 50% всех преступлений связано с потреблением алкоголя. За алкоголизм родителей часто расплачиваются дети. Исследования нервнобольных детей показали, что причиной их болезни часто является алкоголизм их родителей. Борьба с алкоголизмом- крупнейшая социальная и медицинская проблема любого государства. Вред алкоголя доказан.

Сейчас, на рубеже тысячелетий, часто говорят о конце света. Но думаю, если человечество не остановится, не начнет задумываться о себе, о своем будущем и окружении, то оно само себя обречет на полнейшее вымирание. Если не будут предприниматься меры по предотвращению распространения алкогольных напитков, если не будет проводится пропаганда здорового образа жизни, человечество останется без будущего и быть может через несколько десятилетий о нашем времени будут говорить "**они не смогли вовремя остановится**".

**Экспериментальная часть**

Опрос провели среди студентов ГОУ СПО "Нюрбинский колледж" в количестве 80 человек.

**Результаты опроса студентов ГОУ СПО «Нюрбинский колледж»**

1)Алкоголь - это яд?

Да-87,3% нет-12,7%

2)В состоянии алкогольного опьянения совершается большее количество преступлений?

Да-75,96% нет-24,04%

3)Люди умирают от отравления алкоголем и его суррогатами?

Да-81,53% нет-18,47%

4) Что мы относим к вредным привычкам (курение, алкоголь)?

Курение-9,37% алкоголь - 13,96% оба ответа - 76,67%

5) Считаете ли Вы, что употребление алкогольных напитков сделает вас  
более взрослым и модным?

Да-38,57% нет-61,43%

6) Нравится ли Вам общаться с человеком принявший спиртной напиток  
(вино, пиво, ром, водка и т.д)?

Да-8,89% нет-91,11%

7) Хотели бы Вы, чтобы употребляли спиртные напитки ваши близкие и  
родные?

Да-0% нет-100%

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | да | нет |
| В состоянии алкогольного опьянения совершается большее количество преступлений? | 75,96 | 24,04 |
| Люди умирают от отравления алкоголем и его суррогатами? | 81,53 | 18,47 |
| Считаете ли Вы, что употребление алкогольных напитков сделает вас более взрослым и модным? | 38,57 | 61,43 |
| Нравится ли Вам общаться с человеком принявший спиртной напиток (вино, пиво, ром, водка и т.д)? | 8,89 | 91,11 |
| Хотели бы Вы, чтобы употребляли спиртные напитки ваши близкие и родные? | 0 | 100 |

**Молодежь и курение**

Автор: Ларионов Александр Юрьевич

ГОУ СПО «Нюрбинский колледж»

студент 1 курса по специальности

«Подземная разработка месторождений полезных ископаемых»

Руководитель: Филиппова Дария Егоровна

преподаватель физической культуры

ГОУ СПО «Нюрбинский колледж»

**Аннотация**

Целью работы стал поиск информации, которая покажет реальную степень зависимости современной молодежи от курения, а также влияние курения на разные стороны жизни общества.

Конечно, нельзя надеяться, что одно только исследование способно решить проблему, и я вовсе не ставил перед собой задачи совершить чудо. Но без всестороннего анализа любые попытки победить курение будут борьбой с невидимым противником. А знание неприятеля - это непременное условие победы.

Методы исследования:

1)анкетирование

2)статистическое

3)аналитическое

4)поисковое (сбор информации из интернета)

**анкетирование**

В связи с тем, что основной целью опроса является анализ, то большая часть вопросов будет направлена именно на интересующий нас сегмент- молодых курильщиков. В ходе исследования были опрошены студенты ГОУСПО «Нюрбинский колледж».

План исследований

Мои исследования проводились по следующим направлениям:

1. Измерение числа курящих, доли "социальных курильщиков" по отношению к общему числу курящих.

2. Нахождение среднего возраста начала курения

3. Выявление связи между курением респондента и курением в его окружении, факторами неустроенности, социокультурными факторами, а после нахождения этих связей можно будет сделать вывод о наиболее существенных причинах курения.

Анализируя результаты исследования, я сделал следующие выводы:

**Гипотеза** о том что, основной причиной употребления сигареты в первый раз является влияние группы подтвердилась.

Гипотеза о влиянии рекламы на общество не подтвердилась.

Основной возраст, когда начинают курить – это 15-17 лет. Поэтому именно на подростков этого возраста следует обратить внимание и проводить специальные беседы. Но и особое внимание надо уделять и более младшим подросткам, чтобы сразу дать понять насколько вредно курение.

**Заключение**

Курение - не безобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это – настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают ее в серьез. Одной из самых актуальных будет эта проблема в среде учащихся средней школы. Курение и школьник не совместимы, так как школьные годы - это годы роста как физического, так и умственного.

**НАУЧНАЯ СТАТЬЯ**

**Введение**

В жизни современного общества особо остро стали проблемы связанные с табакокурением. Особенно большое распространение оно получило в среде молодёжи. Вредные привычки оказывают негативное влияние на жизнь общества в целом, а также на жизнь и деятельность личности в отдельности. В данный момент эта проблема стала поистине глобальной. По статистическим данным распространение вредных привычек в большом масштабе, в отдельных странах, связано с нестабильностью политической и экономической ситуации, с наличием большого числа кризисов и не совершенностью политического и экономического механизма. По отношению к нашей стране эта проблема особенно актуальна и корни её уходят глубоко в историю нашего народа, и распространение её связано также с низкой культурой общества. С данной проблемой должно бороться не только общество, но и также каждый человек должен осознавать для себя большой вред курения и стараться бороться с ним. Всё больше и больше моих друзей, знакомых затягивает эта привычка. Многие уже не мыслят своей жизни без сигареты. Мне стало интересно, каково распространение курения среди молодежи именно в моем колледже и вообще в России и других странах мира. Также меня заинтересовало влияние курения не только на здоровье молодого курящего человека, но и на здоровье его будущих детей.  
Помимо этого курение вредит и экономике страны, что тоже стало объектом исследования.

**Актуальность**

Тема которую я выбрал, а именно «молодежь и курение» актуально во всем мире. Курение признано одной из самых тяжёлых форм наркомании из-за физического и психофизического привыкания организма к табаку. Более того, курение табака по степени привыкания обошло даже такие тяжёлые наркотики, как героин и кокаин, и уступает лишь алкоголю. Тем не менее, тяжёлым наркотиком табак не считается, так как его воздействие на сознание человека малозаметно и никогда не вызывает его изменения. Покопавшись в интернете я не нашел статистики курения нашей республики. Что говорит о том что, в данный момент в нашей республике не актуальна это проблема, или же мы не так заботимся о нашей нации как и в демографическом плане.

**Предмет исследования**

Предметом исследования стало измерение числа курящих, доли "социальных курильщиков" по отношению к общему числу курящих. нахождение среднего возраста начала курения.

**Обьект исследования**

Я являюсь студентом 1-го курса ГОУ СПО «Нюрбинский колледж». Следовательно обьектом исследования стали студенты ГОУСПО «Нюрбинский колледж». А так же нельзя забывать и о проблемах курения в мире и в стране.

**Задачи**

Курение и молодежь - очень серьезная проблема, и проблема не только медицинская, но и социальная. В то время как в Европе и в Америке все больше и больше распространяется приверженность здоровому образу жизни, у нас заметна совершенно противоположная тенденция. И это положение нельзя изменить, не зная причин явления и не имея данных о его характере и распространенности. Задача данного исследования - представить по возможности полную и достоверную характеристику этой проблемы в нашем колледже. При формулировке вопросов задачей является раскрытие следующих понятий, составляющих сущность проблемы.

1. Распространенность и масштабы явления ( пробовал ли курить респондент и курит ли он в настоящее время

2. В каком возрасте впервые попробовал сигарету, почему решил попробовать.

3. Влияние социально-экономической неустроенности на курение (доход семьи респондента).

4. курят ли его родители, бросил бы он курить.

5. Влияние факторов социокультурного уровня (увлечение респондента его отношение к работе или учебе, предпочтение респондентом денег, знаний или высокого положения в обществе).

6. Влияние маркетинговых усилий табачных компаний на распространенность курения (доверие респондента к рекламе табака, бросил бы он курить или стал бы курить меньше в случае резкого повышения цен на сигареты, возникновении трудностей с покупкой сигарет, ухудшения качества табака или исчезновения из продажи его любимых марок сигарет).

7. Отношение некурящих к курению (раздражает ли респондента табачный дым.

8. Желание расстаться с привычкой (пытался ли респондент когда-нибудь бросить курить, будет ли он бросать при ухудшении здоровья).

Ответы на вопросы, сформулированные на основе этих понятий, помогут, во- первых, дать структурную картину распространенности курения среди молодежи, позволят выявить значение тех или иных факторов в формировании привычки к курению. Кроме того, можно будет подтвердить или опровергнуть следующие гипотезы:

а) Основными причинами курения среди подростков и молодежи являются не экономическая ситуация, не отсутствие стабильности в обществе, а прежде всего- влияние группы(друзей).

Б) Влияние рекламных роликов, акций на решение курить.(1),(6)

**Цели**

Целью работы стал поиск информации, которая покажет реальную степень зависимости современной молодежи от курения, а также влияние курения на разные стороны жизни общества. Источником информации для меня стал интернет. Информация всегда собирается для достижения какой-либо цели, и главный этап в достижении цели исследования - интерпретация полученных данных. Я проводил обработку по следующим направлениям:

1. Измерение числа курящих, доли "социальных курильщиков" по отношению к общему числу курящих.

2. Нахождение среднего возраста начала курения

3. Выявление связи между курением респондента и курением в его окружении, факторами неустроенности, социокультурными факторами, а после нахождения этих связей можно будет сделать вывод о наиболее существенных причинах курения.

Конечно, нельзя надеяться, что одно только исследование способно решить проблему, и я вовсе не ставил перед собой задачи совершить чудо. Но без всестороннего анализа любые попытки победить курение будут борьбой с невидимым противником. А знание неприятеля - это непременное условие победы.

**Методы иследования** :1)анкетирование, 2)статистическое, 3)аналитическое,4)поисковое (сбор информации из интернета)

все методы исследований изложены ниже тексте научной статьи.

**Анкетирование**

В связи с тем, что основной целью опроса является анализ, то большая часть вопросов будет направлена именно на интересующий нас сегмент- молодых курильщиков. В ходе исследования были опрошены студенты ГОУСПО «Нюрбинский колледж».

**Анонимная анкета:**

**1.**вы курите?

**2.**когда начал курить?

А)с 15 лет

Б)с 17 лет

В)с 20 лет

**3.**почему решил попробовать? нужное подчеркнуть.

а) интерес,

б) предложение друга,

в) желание выделиться

г)другое.  
**4.** Экономическое положение семьи:

а) выше среднего

б) среднее

в) удовлетворительное.

**5.** курят ли родители?

А).да б).нет  
**6.** бросил бы курить, если бы бросили друзья?  
а).да б).нет

**7.**Ваши увлечения:

деньги, знания, высокое положение в обществе (подчеркнуть)

**8.**влияет ли реклама сигарет на общество?

А). да б). нет

**9.** бросил бы курить, в случае:

а) резкого повышения цен на сигареты?

б) ухудшения качества табака?

в) исчезновения из продажи любимой марки сигарет?

**10.** раздражает ли табачный дым?

А). да б). нет

**11.** пытался бросить курить?

А)да

В)нет

**12.** бросишь при резком ухудшении здоровья?

А)да

В)нет

**13.**Пол(М/Ж)

**Результаты исследования:**

1)вы курите? Из 100 опрошенных курят 66,не курят 34 студента.

2)когда начали курить? Из 66 студентов ответили с 15-лет начали 38, с 17-лет 21, с 20-лет 7 студентов.

3) почему решил попробовать? Из 66 студентов ответили: интерес-19, предложение друга -21,желание выделиться-7,другое-19 студентов.

4)экономическое положение семьи?из 100 ответили: выше среднего-14,среднее-56,удовлетворительное-30 студентов.

5)курят ли родители?из 100 ответили: да-56,нет-44.

6)бросил бы курить,если бы бросили друзья? Из 66 ответили: да-41, нет-25.

7)ваши предпочтения? Из 100 ответили: деньги-63,знания-16,высокое положение в обществе-21.

8)влияет ли реклама? Из 100 ответили: да-18,нет-82.

9)бросил бы курить в случае: из 66 ответили:резкого повышения цен на сигареты-42,ухудшение качества табака-20,исчезновение любимой марки сигарет-4.

10)раздражает ли табачный дым? Из 100 ответили: да-58,нет-42.

11)пытался бросить?из 66 ответили: да-48,нет-18

12)бросишь при резком ухудшении здоровья? Из 66 ответили: да-52,нет-14.

13)пол м/ж:70-юношей,30-девушек.

Анализируя результаты исследования,я сделал следующие выводы:

Гипотеза о том что, основной причиной употребления сигареты в первый раз является влияние группы подтвердилась.

Гипотеза о влиянии рекламы на общество не подтвердилась.

Основной возраст, когда начинают курить – это 15-17 лет. Поэтому именно на подростков этого возраста следует обратить внимание и проводить специальные беседы. Но и особое внимание надо уделять и более младшим подросткам, чтобы сразу дать понять насколько вредно курение.

Диаграммы иллюстрирующие исследования, смотрите в приложениях №1

**Статистические данные:**

**Статистика в мире.**

По данным Всемирной Организации Здравоохранения(ВОЗ) на сегодняшний день 1,3 миллиарда населения нашей планеты находится в зависимости от табака. Статистика курения в мире заставляет задуматься о том, сколько человек ежегодно добровольно отправляют себя на кладбище таким достаточно изощрённым способом. В настоящее время эта цифра вплотную подкралась к семи миллионам человек.Статистика курения однозначно показывает, что львиная доля онкологических заболеваний, заболеваний сердечно-сосудистой системы, центральной нервной системы, органов пищеварения и дыхания вызвана или катализирована именно курением табака. 98,96% всех больных раком лёгкихв мире – курильщики со стажем от пяти лет и выше. К примеру, люди, чья деятельность тесно связана с работой в условиях загрязнённого воздуха, и при этом некурящие, заболевают раком лёгких примерно в 300 раз реже, чем курильщики, работающие на свежем воздухе. Согласно статистике курения табака, наибольшее количество курильщиков сосредоточено в странах Восточной Европы, Северной Африки и Азии. Если говорить о государствах, то на евразийском пространстве пальму первенства по количеству курящих и смертей от табака прочно держит Россия. При этом Россия — одна из немногих стран, в которой количество курильщиков растёт, а не сокращается. По количеству курящих мужчин Россия занимает первое место. По количеству курящих женщин – шестнадцатое. Первое место по количеству курящих женщин принадлежит Австрии. Там более сорока процентов женщин являются заядлыми курильщиками.Также, согласно статистике, общее процентное соотношение курящего населения к некурящему существенно связано с общим уровнем образованности населения. Так, число курильщиков среди слоев населения с низким уровнем образования составляет (с учётом прочих факторов) в среднем 65 — 84%, тогда как число курильщиков среди людей с высшим образованием или с учёной степенью — всего лишь 10-22%. В целом же, наименьшее количество курильщиков — среди людей, разделяющих те или иные религиозные убеждения; занимающихся научными исследованиями или занятых интеллектуальным трудом. Впрочем, люди, чья работа связана с компьютерами, курят больше, чем работники в любой другой интеллектуальной области.(1)

**Статистика в России.**

Покопавшись в интернете я узнал что, в данный момент Россия занимает первое место по потреблению табака в мире, а также первое место по подростковому курению.

Согласно последним данным Всемирной Организации Здравоохранения, курение в России ежегодно убивает 332.000 человек.Курение табака каждые 6 секунд убивает одного жителя планеты. Даже в ДТП погибает народу меньше, чем от «невинной» привычки затянуть сигаретку. Наибольшее влияние на распространение курения табака оказывает реклама, художественные фильмы, культурные или субкультурные атрибуты, а так же наличие курильщиков среди членов семьи и ближайшего окружения.И заметтье интересный факт, несмотря на кажущуюся безобидность, курение является страшным оружием массового уничтожения, уносящим в год больше жизней, чем уносила любая война. Лишь Вторая Мировая война смогла победить годовой результат табака. Статистика курения неумолима. По всему миру средний возраст начинающего курильщика уже давно опустился ниже отметки 15 лет. И сейчас составляет (в зависимости от региона) 12-13 лет. А кое-где и все 9! Можно смело утверждать, что курение табака уже давно превратилось в пандемию. Фактически, нет ни одного географического региона, в котором бы не было курящих людей или же не продавался бы табак. Как показывает статистика сейчас в России регулярно курят 75% мужчин и 21% женщин и это несмотря на то, что в нашей стране идет пропаганда антикурения. По последним данным исследователей, оказывается, что социальное положение, пол, депрессия, неудовлетворенность своим весом или внешностью, поиск новых ощущений не влияют на решение начать курить.За последние пару лет выросло число курящих женщин и среди них преобладают больше юные особы, нежели пожилые дамы. Я провел анонимную анкету, в которой спросил у прохожих: почему вы курите? 60% девушек ответили: это красиво и модно. А 40% курят потому, что хотят нравиться мальчикам. И когда речь заходит об истинных, а не мнимых ценностях человеческого общества, включая и понятие женственности, тогда всякая поза лишняя. И те же молодые люди, ради которых прикуривается первая сигарета, относятся к курению крайне категорично. Среди опрошенных мною юношей на вопрос, как они отнесутся к курению девушки, с которой дружат, 84% ответили отрицательно и всего лишь 15% остались безразличными, а вопрос «Хотел бы ты, чтобы твоя жена курила?» вызвал шквал возражений. «Да» не сказал никто. Безразличными остались лишь двое.

Согласно статистике курения в России, среди учащихся высших учебных заведений курит 75% юношей и 64% девушек. Почти у каждого из них есть ярко выраженная табачная зависимость, которую вызывает никотин. К сожалению, средний возраст начинающего курильщика — 13 лет. Стоит задуматься о наших детях, которые с малых лет увлекаются сигаретами, а не каким-нибудь видом спорта. Если взглянуть на проблему курения в свете отдельной социальной группы, самой актуальной она будет в среде учащихся средней школы. Причем, причин для беспокойства здесь много, ведь достаточно велико воздействие на сознание ученика его сверстников. Кроме того, нельзя забывать о личном стремлении ребенка к «поспешному взрослению». Влияние также может исходить от родителей или просто от взрослых. Поэтому детям необходимо большое внимание как со стороны родителей, так и со стороны учителей,а так же со стороны Правительства.

Среди школьников  10-11 классов 53% мальчиков и 28% девочек курят. Статистика курения в России говорит, что у некурящих родителей 15-20 лет назад были всегда некурящие дети, а сейчас ситуация изменилась в худшую сторону, и это не от хорошей жизни. К сожалению, в нашей стране не уменьшается, а постоянно растет количество курящих подростков 15-ти лет, особенно мужского пола. В 2007-2008 годах курили 24% мальчиков и 22% девочек, а уже в 2010-2011 годах процент курящих мальчиков увеличился до 27,4%, а вот девочек уменьшился до 18,5%.Статистика курения в России гласит, что раком легких болеют 96-100% курильщиков, так как в табачном дыме находятся вещества, вызывающие мутации гена p53; хроническим бронхитом болеет 75%, а от болезней сердца страдает почти 25%. К сожалению, смертность от этой пагубной привычки растет с каждый годом все больше и больше. Так, например, по причине курения ежегодно умирает раньше 26% регулярных курильщиков сигарет. Многие из них могли бы продлить свою жизнь на 20 лет, если бы бросили курить 5 лет назад.

Курение табака в нашей стране крайне распространено. Сейчас пик курения среди россиян приходится на 20-29 лет, как раз на деторождаемый возраст.И я узнал что Курение во время беременности приводит в 5 случаях из 100 к внутриутробной гибели плода. Также резко увеличивается риск выкидыша и задержки внутриутробного развития. Ребенок курящей женщины весит при рождении в среднем на 250 граммов меньше, чем у некурящей.(2)

**Аналитическая информация:вред курения**

О вреде курения известно любому курильщику, так как об этом написано на каждой пачке сигарет. Члены семьи также знают об этом: у заядлых курильщиков с утра появляется кашель. Он, кстати, бывает первое время и у тех, кто бросает курить. Как поступают сами курильщики? "Надо покурить, кашель пройдет". И он действительно проходит после очередного окуривания бронхов смолами, ядами, психоактивными веществами. Стоит ли это воспринимать как благо?Легкие забиваются все больше. Как пчелы, окуренные дымом, перестают думать о полетах, так же и реснички бронхов делаются неподвижными и не способны защитить легкие от опасности. Помимо накопления черноты в легких, в них возникает огрубление мембран, через которые происходит газообмен.Синие пальцы с ногтями в виде "барабанных палочек" - признак легочных проблем, обусловленных курением. Финал - гнойные бронхиты с сумками гноя в стенках воздухоносных путей, наконец, рак легких.Почему же люди, несмотря на очевидный вред окуривания легких смесью из десятков вредных веществ, одни из которых обладают канцерогенным (способным вызвать рак), другие атерогенным (способным порождать образование атеросклеротических бляшек на стенках сосудов), третьи тромбогенным(способным повышать риск закупорки сосудов) действием, продолжают соблазняться курением? Почему они забывают, что именно эти действия табака приводят к разрывам сосудов, инфарктам, ампутациям, и т.п.?Никотин обладает определенными свойствами, благодаря которым человек привыкает к табаку.Если не входить в детали, он прежде всего оказывает стимулирующее действие на нервную систему, что выражается в увеличении скорости реакции, усилении концентрации внимания, повышения уровня бодрствования.Замечательные, казалось бы эффекты. Есть у них только одно "но": они искусственны, противоестественны. А это может означать только одно: организм будет пытаться погасить их. Это называется "**нейроадаптация".**Стимуляция из вне - торможение изнутри. Вы не замечали, что курильщики похожи на неврастеников? Они "разбалтывают" свою нервную систему. Живут от сигареты до сигареты. Готовы вспыхнуть не то чтобы по ничтожному, но по незначительному поводу. Сон курильщика всегда хуже, чем у человека его же типа, но некурящего. Курильщики "астенизированы" (нервно истощены) больше, чем другие. По американской статистике, они не выходят на работу в среднем на 6,5 дня больше, чем некурящие. В этом смысле миф о том, что никотин хоть и вызывает независимость, но изменяет личность - несостоятелен.

Что делать человеку, если он хочет все таки изменить образ жизни, порождающий проблемы, если, наконец, он понял, что пора прекращать курить?Конечно же, прибегнуть к системному подходу для решения этой проблемы.Установлено, что весьма эффективная комбинация следующих методов: иглоукалывание, или электропунктура с целью избавления от физической зависимости; сеанс ( в идеале - курс) индивидуальной психотерапии с целью психологической настройки на новую жизнь, на новое решение проблем, связанных с эмоциональными переживаниями; включение в группу взаимоподдержки для сохранения себя на пути формирования нового образа жизни, свободы о курения на протяжении достаточно длительного времени.(3)

**Сигарета и потомство**

Времена, когда курящая женщина выглядела белой вороной, давным-давно прошли и на прекрасную половину буквально обрушились заболевания, которые считались типично мужскими. Но главная беда - курение пагубно сказывается на потомстве. От токсических веществ, содержащихся в табачном дыме, страдают практически все слагаемые детородной функции.Мужские половые клетки - сперматозоиды обновляются каждые три месяца, а вот женские яйцеклетки - своего рода долгожители. Их жизнь исчисляется годами (12-55). За это время они накапливают много токсических веществ, в том числе и компонентов табачного дыма. В какой-то мере о самозащите организма позаботилась природа: половые клетки, отравленные токсинами, теряют способность к оплодотворению. Но такая самозащита часто оборачивается серьезными последствиями: бесплодие среди женщин, выкуривающих десять и более сигарет в день, встречается в двое чаще, чем среди некурящих. Недавно медики выявили еще один неприятный факт: курение и гормональные противозачаточные препараты, оказывается, несовместимы. У курящих женщин, пользующихся подобными средствами, в 38 раз (!) увеличивается риск сердечно-сосудестых заболеваний.Токсичность табачного дыма возрастает многократно во время беременности, особенно в первые три месяца. Так, у лабораторных животных, которым давали никотин в начале беременности, нарушалось дробление оплодотворенной яйцеклетки, затруднялась имплантация зародыша в стенку матки.Если женщина курит в первые дни после зачатия, то прежде всего страдает центральная нервная система ребенка, ибо она закладывается именно в это время.Табачные токсины наносят удар и по сердечно-сосудистой системе, которая формируется на 4-5-й неделе. Последствия становятся очевидными как сразу после рождения, так и спустя несколько лет, чаще в школьные годы, когда возрастает нагрузка на организм.Табачные токсины поступают из организма матери в кровеносное русло плода уже через пять секунд, накапливаясь в мозге, сердце, почках ребенка, вследствие чего нарушаются обменные процессы. Из-за снижения темпов отложения кальция замедляется формирование костей. Ухудшается синтез веществ, необходимых для активно делящихся клеток, разрушаются витамины, страдает белковый обмен. Вот почему у таких детей сердце нередко небольшого размера.Организм матери может противостоять табачным токсинам - соответствующие ферменты (энзимы) обезвреживают яды, чего ни как не скажешь об организме будущего ребенка.У курящих вдвое чаще наблюдаются кровотечения, снижение веса плаценты.Изменяются и свойства пуповины - магистрального русла, через которое ребенок получает все необходимое. У курильщиц в два раза чаще, чем у некурящих, рождаются мертвые дети. Вес родившихся детей меньше нормы в среднем на 7-8 процентов. Принято считать, что в 12 случаях выкуривание 5-10 сигарет в день провоцирует преждевременные роды.Ошибается тот, кто считает, что периодическое выкуривание небольшого числа сигарет не повредит беременной. Даже курение изредка, как показали исследования, вызывает не меньшие, а порою и большие разрушения в организме плода.(4)

**Пассивное курение**

Мнение о том, что привычки, отрицательно влияющие на здоровье человека, являются его личным делом, глубоко порочно. Вот почему превентивная медицина, отчаявшись в результатах воспитательной работы в борьбе с нездоровыми привычками, все чаще обращается к мерам административного характера. В течение последних лет появляется все больше сведений о том, что так называемое пассивное или принудительное курение (вдыхание загрязненного табачным дымом воздуха) способствует развитию у некурящих заболеваний, свойственных курильщикам. Загрязнение окружающей среды курильщиками весьма значительно.Риск, связанный с принудительным курением и экспозицией к табачному дыму, содержащему тысячи химических веществ, несомненно высок. Зажженная сигарета в течение своей "короткой жизни" является источником бокового дымового потока (помимо главного потока, которым наслаждаются курильщики), который действует на окружающих, принужденных к пассивному курению и вдыханию вредоносных веществ.Ядовитые вещества, содержащиеся в табачном дыме, ингалируются курящими.Большая часть попадает в воздух при паузах в курении, которые обычно длинее, чем момент затяжки. Эти вещества ингалируются и при принудительном курении. Так, например, в боковом потоке дыма содержится в 3,4 раза больше бенз(а)пирена, чем в основном потоке. В прокуренных помещениях содержание бенз(а)пирена больше, чем в чистом наружном воздухе. Канцерогенные вещества отличаются от других ядов тем, что

отдельные частичные дозы суммируются практически без потерь до достижения критических пороговых величин.Вследствие такого суммационного действия канцерогенов в этом случае нет так называемых МАК-величин (максимально допустимые на рабочем месте концентрации), поэтому задача состоит в их полном удалении. Особого внимания в этом отношении заслуживают канцерогенные нитрозамины. В побочной струе табачного дыма концентрации летучих нитрозаминов в 50-100 раз выше, чем в основной струе. Наиболее опасным из этих соединений является диметилнитрозамин. Ни один вид животного не может противостоять его канцерогенному действию. В основном он поражает печень и легкие. Это было открыто совсем недавно с помощью новых химических методов исследования.Если в жилых помещениях, где не курят, нитрозамины не обнаружены, то на рабочих местах и в учреждениях, где в воздухе много табачного дыма, обнаружены нитрозамины.Если какой-либо прибор или механизм при своей работе высвобождал бы такое же количество канцерогенов, какое ингалируют миллионы пассивных курильщиков, его работа была бы немедленно запрещена.В настоящее время доказано, что пассивное курение является важным фактором риска развития рака легкого. При этом установлена статистически достоверная зависимость от времени пребывания в накуренных помещениях, поскольку побочный поток дыма содержит более высокую концентрацию канцерогена диметилнитрозамина, чем главный поток, вдыхаемый активным курильщиком.(5)

**Социально-экономические последствия курения**

Стоимость курения для курильщика складывается из затрат на покупку сигарет, потерь на здоровье и покупку лекарственных препаратов для лечения заболеваний, вызванных курением. От пассивного курения наиболее часто страдают члены семьи курильщика. Лечение заболеваний, связанных с пассивным курением, также следовало бы включать в стоимость курения. Все социально- экономические последствия курения можно классифицировать на две группы: прямые и непрямые потери.К прямым потерям относятся, во-первых, случаи преждевременной смертности от болезней, связанных с курением, и отсюда суммарное число недожитых лет жизни и недопроизведенного национального дохода; во-вторых, случаи болезни в связи с курением с расчетом роста потребления, в том числе и медицинских услуг, связанного с ростом заболеваемости, расчетом случаев нетрудоспособности и инвалидности, брака в работе, снижения производительности труда; в-третьих, небрежность при курении приводит к пожарам, ожогам и др. Расчет прямых потерь хотя и носит относительный характер, тем не менее

дает представление об их масштабах и позволяет провести анализ по методу "затраты-выгоды".К непрямым потерям, связанным с курением, можно отнести, во-первых, генетические нарушения, проявляющиеся в виде роста частоты самопроизвольных выкидышей и преждевременных родов, недоношенности и случаев низкой массы тела при рождении, случаев нарушений в кормлении новорожденных, в ослаблении адаптацион адаптационных механизмов и увеличении числа заболеваний в детском возрасте, в росте числа врожденных дефектов развития, в ухудшении физического и психического развития детей, также проявляющихся, вероятно, и в последующих поколениях, во-вторых, влияние на пассивных курильщиков со всеми вытекающими последствиями для их здоровья и трудоспособности.Поскольку непрямые потери являются еще более условными и трудно пока поддающимися количественному определению, нам представляется целесообразным остановиться на отдельных прямых потерях, тем более что некоторыдительности труда, потери рабочих дней, повышенной заболеваемости, инвалидности, смертности, роста потребностей в медицинских услугах.

Мне стало интересно сколько денег я вложил в табачную индустрию лично от себя, употребляя их товар. Я курильщик с 7-ми летним стажем. Начал курить с 2004 года. Давайте рассмотрим это в виде таблицы.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Год,период. | Цены в рб.срд. | Сумма затрат | Общая сумма |
| 2004 по 2006г | 17рб. | 12.444рб. | 69.906рб. |
| 2006 по 2009 | 27рб. | 29.646рб. |
| 2009 по 2011 | 38рб. | 27.816рб. |

Да, на одного человека цифры не пугающие. А если в семье трое и больше курильщиков то над этим надо уже задуматься.

Предупреждающие картинки и надписи на пачках сигарет играют на руку табачным компаниям!!!!

Ученые пришли к выводу, что предупреждающие надписи и картинки на пачках сигарет, не только не уменьшают тягу к курению, а напротив, вызывают еще большее желание выкурить сигарету. Ученые развивающие новое направления маркетинга –[«нейромаркетинг»](http://stopsmoke.com.ua/view_articles.php?id=48#nejromarketing) провели исследование, целью которого было понять, почему люди продолжают курить, несмотря на кричащие предупреждения на пачках сигарет.

Первый этап исследования заключался в анкетировании участников, в котором им задавались типичные вопросы: «Влияют ли на вас предостережения о вреде курения на сигаретных пачках?»«Стали ли вы курить меньше вследствие этого?» Подавляющее большинство опрошенных, отвечая на вопрос подтвердили, что антитабачная реклама, заставляет сократить количество выкуриваемых сигарет.

Второй этап исследования заключался в исследовании реакции головного мозга участников на различные предупреждающие надписи и изображения на пачках сигарет. Для этого ученые сканировали мозг участников при помощи МРТ-сканера (функциональная магнитно-резонансная томография). МРТ измеряет магнитные свойства гемоглобина, частиц красных кровяных клеток, транспортирующих кислород по всему организму. Другими словами, МРТ измеряет количество насыщенной кислородом крови, циркулирующей в головном мозге человека, и может исследовать участок размером в один миллиметр. Когда человек занят умственной деятельностью, мозгу необходима энергетическая подпитка, чаще всего в виде кислорода и глюкозы. Чем больше используется какой-либо отдел головного мозга, тем больше энергии он потребляет и, соответственно, тем больше усиливается приток насыщенной кислородом крови к этому отделу. Во время сканирования МРТ, такой отдел головного мозга отображается ярко-красным цветом. Таким образом, ученые узнают, какой отдел мозга задействован в умственной деятельности в определенный момент времени. Результаты обследования на МРТ показали, что предупреждающие надписи по бокам, на лицевых и тыльных сторонах сигаретной пачки абсолютно не подавляли желание участников курить. Они не оказывали никакого влияния. Другими словами, все эти устрашающие фотографии, ограничения со стороны правительства, миллиарды долларов, инвестированные некоторыми странами в антитабачные кампании, в итоге оказались бессмысленной тратой денег. Анализируя полученные результаты, ученые, обнаружили еще более удивительные факты. Все предупреждения, информирующие о риске эмфиземы, болезней сердца или ряде других хронических заболеваний, натуралистические фотографии пораженных легких, гортани, лимфатических узлов на самом деле стимулировали зону головного мозга курильщиков под названием область прилежащего ядра, играющую ключевую роль в получении человеком приятных ощущений. Эта область представляет собой связующее звено нейронов и активизируется, когда человек очень чего-то хочет — алкоголя, наркотиков, сигарет, секса или азартных игр и пр. В возбужденном состоянии область прилежащего ядра требует постоянного увеличения дозы.Итак, результаты МРТ показали, что предупреждающие надписи на упаковках сигарет не только не смогли уменьшить тягу к курению, а напротив, воздействуя на область прилежащего ядра, вызывали еще большее желание выкурить сигарету. Ученые пришли к выводу, что лозунги о вреде курения, призванные его предотвратить, снизить количество раковых заболеваний и спасти жизни многих людей, превратились в разрушительный инструмент табачной промышленности.(6)

Я лично сам в этом абсолютно согласен. К примеру: Я купил 2 пачки сигарет. И чисто из интереса к надписям захотелось купить еще парочку….ну чтоб увидеть какие надписи попадутся на это раз…да и еще если мы ставим надписи(таблички) на пачки сигарет,то давайте ставить их везде. Чтоб человек пользующийся тем или иным предметом, транспортом, продовольствием смог точно знать о последствиях его действий.

В приложениях №2 я поместил креативные надписи, так и разные надписи к пачкам сигарет .(8.9.)

**Борьба с табаком**

Сегодня по всему миру объявлена масштабная война курению, суть которой сводится не только к пропаганде здорового образа жизни, но и ужесточению условий функционирования для производителей и продавцов табачных изделий.

Во лишь некоторые иллюстрации к происходящему:

·        Скандинавские страны ввели запрет на выкладку табачных изделий на прилавки.

·        В Испании вступил в силу закон, запрещающий курить в общественных местах, включая бары, рестораны и дискотеки.

·        Во Франции закон позволяет курить только у себя дома.

·        Великобритания вышла с инициативой запретить сигаретный брендинг.

·        В Израиле в скором времени будет запрещена продажа табака через торговые автоматы.

·        Средняя стоимость пачки сигарет в странах центральной Европы составляет от 110 до 150 рублей.

·        Доля налогов в стоимости пачки сигарет в Европе сегодня составляет от 50 до 70%.

Согласно аналитическим исследованиям, доля курильщиков в странах ЕЭС сократилась за последние пять лет с 32%  до 29%.

По прогнозам, европейцы бросят курить в ближайшие 50 лет. Причем первыми с вредной привычкой покончат шведы – уже в 2028 году.  Швеция, где доля курильщиков в общей численности населения составляет всего15%, сегодня является европейским лидером по борьбе с курением. Системная борьба с курением идет не первый год и, нужно отметить, дает свои результаты - мировой табачный рынок, пережив период стагнации, стал постепенно сокращаться. Россия, будучи встроенной в глобальный мировой экономический процесс, не может оставаться в стороне. В 2010 году объем производства табачных изделий в России сократился по сравнению с 2009 г. на 1% и составил 404,1 млрд. сигарет. Потребление сигарет, по  разным оценкам, ежегодно сокращается в среднем на 3% и сегодня составляет  340-350 млрд. сигарет  в год.Российский табачный рынок по-прежнему является привлекательным  для производителей и входит в тройку самых крупных после Китая и США, но разрабатывая стратегию развития отрасли нельзя не учитывать последние тенденции.   Основополагающим документом, который оказывает глобальное влияние на мировой табачный рынок, является Рамочная конвенция Всемирной организации здравоохранения по борьбе против табака, вступившая в силу в 2005 году. На сегодняшний день Конвенция  насчитывает 172 Стороны, куда входит и Россия, присоединившаяся в июне 2008 года. Разработчики Конвенции утверждают, что ее появление стало реакцией на глобализацию процессов в мировой табачной промышленности, которую сегодня контролирует «большая тройка» в лице  Philip Morris, British American Tobacco и Japan Tobacco International.

**Конвенция** – это некий свод руководящих принципов по глобальной борьбе с табакокурением, которые распространяются на:

·        защиту здравоохранения от корпоративных интересов табачной промышленности;

·        защиту людей от воздействия табачного дыма;

·        упаковку и маркировку табачных изделий;

·        рекламу, стимулирование продаж и спонсорство табачных изделий.

Обобщение полученного в процессе борьбы с табаком опыта и обновление руководящих принципов Конвенции происходит один раз в два года на регулярных сессиях Конференции Сторон.

Сегодня нет необходимости  анализировать эффективность Конвенции. Мы должны принять ее как данность и руководствоваться ее положениями, планируя свою деятельность. Тем более что Соглашение предполагает, что в течение пяти лет после присоединения страны-участницы должны будут ввести полный запрет на всю рекламу, в течение трех лет - на стимулирование продаж и спонсорство табачных изделий, а так же разработать новые правила продажи табака с учетом национальных особенностей. Россия уже идет по пути приведения законодательства, регулирующего табачную отрасль, к мировым стандартам. Одним из важнейших законодательных нововведений  в этом направлении (я бы  назвал это заслугой табачного лобби) стал новый Технический регламент на табачную продукцию, принятый в декабре  2009 года. Система ГОСТов, на базе которых долгое время функционировала табачная промышленность, давно устарела, поэтому  переход на Техрегламент,  ужесточающий требования к упаковке табачной продукции и содержанию смолы и никотина в дыме сигарет,  явился своевременной мерой в рамках государственного регулирования отрасли. Сегодня российский табачный рынок прозрачен и легален. Поэтому можно сказать, что сама индустрия была заинтересована в том, чтобы правила игры на рынке были просты и  имели однозначную трактовку. Одним из важнейших инструментов Рамочной Конвенции ВОЗ по борьбе с табакокурением является акцизная политика. И в этом направлении российское государство движется в русле мировых тенденций:

·        В 2010 г. произошел 40%-ный рост акцизов на табачную продукцию и более чем трехкратный рост цен на спецмарки нового образца (150 руб. за 1000 шт., без НДС).

·        Согласно распоряжению Минфина, с января 2011 года произошло очередное повышение акцизов - для сигарет с фильтром на 37%, для сигарет без фильтра – практически на 100%.

И это не предел. Одним из целевых ориентиров Концепции осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010 — 2015 годы, утвержденной Российским правительством в сентябре прошлого года, является  поэтапное увеличение налога на табачные изделия, установление равных ставок акцизов для сигарет с фильтром и без фильтра, включая увеличение адвалорной и специфической ставок акцизов, с доведением их к 2015 г. до среднеевропейского уровня. В пересчете на рубли, европейский акциз сегодня составляет 52 рубля с пачки и уже обсуждается его увеличение до уровня 78 рублей. Однако, по моему мнению, будет наивным полагать, что резкое увеличение стоимости сигарет приведет к такому же резкому отказу от курения.

Только комплекс мер, предусмотренных Рамочной Конвенцией может реально способствовать снижению этого показателя. Отказ от табакокурения должен стать частью национальной культуры страны, для чего необходимо создать новую систему ценностей, которая заставит людей отказаться от курения, т.е. перестать хотеть курить. Только когда люди будут меньше потреблять сигарет, промышленность будет их меньше производить, а не наоборот. Это закон рынка. Я абсолютно убежден, что акцизная политика не является единственной мерой по уменьшению числа курильщиков. Наблюдается некий парадокс. С одной стороны, государство заинтересовано в табачной промышленности, как одном из основных налогоплательщиков - только в 2010 г. табачные компании перечислили в бюджеты всех уровней 106 млрд. руб. в виде акцизов, с другой – выступает активным борцом с курением. В такой ситуации необходимостью искать и находить баланс между выполнением задач здравоохранения и регуляторными мерами. Акцизная политика должна осуществляться с учетом интересов всех сторон - государства, производителей, торговли и потребителей. Сегодня российский табачный рынок прозрачен и легален - он работает на законных основаниях, выпускает качественную продукцию, на которую существует спрос. Доля контрафактной продукции на российском рынке сегодня не составляет и 1%.

Практика показала, что резкий рост акциза создает условия для возникновения и быстрого развития теневого сектора в табачной индустрии, включающего:

·        подпольное производство;

·        нелегальную оптовую дистрибуцию (в том числе перемещение через границы сопредельных государств);

·        нелегальную розничную торговлю.

Это доказали своей недавней историей Австралия, Великобритания, Канада, Польша, Германия, Прибалтийские страны, где контрабанда сегодня занимает почти половину рынка, а в прошлом году тот же путь стремительно прошла Украина, где доля нелегальной продукции сегодня оценивается в 15-20%.Непродуманная акцизная политика может привести не только к выпадению бюджетных доходов от ухода части бизнеса «в тень», но и нанести удар по экспортной составляющей российской экономики. Сегодня Россия является одним из ведущих экспортеров табачной продукции в мире. Только за прошлый год экспортировано более 20 млрд. сигарет, такой объем можно сравнить с рынком небольшой европейской страны. Агрессивные действия, направленные против

табачной отрасли, могут просто выдавить Россию с экспортного рынка. Очевидно, что пустой эта ниша не останется…

Пока, на мой взгляд, события в области регулирования табачного рынка происходят в цивилизованных рамках. Правительство занимает довольно взвешенную и последовательную позицию. Это касается и нормативной базы, регулирующей отрасль.   Один из важнейших документов -  Федеральный закон «Об ограничении потребления табака», который должен стать основным документом национальной антитабачной концепции. В настоящее время новая редакция закона внесена группой депутатов на рассмотрение  Государственной Думы.  Нужно отметить, что готовилось несколько вариантов закона. Он был 4 раза возвращен к доработке. Антитабачные лоббисты называют новый вариант закона «мягким и беззубым». Причина в изменениях, внесенных относительно самого принципиального пункта закона, касающегося ограничения мест торговли табачными изделиями. Напомню, ранее обсуждался вопрос о запрете торговли сигаретами в торговых точках, площадь которых меньше 50 кв. метров. Таким образом, с табачного рынка должны были уйти более 300 тысяч объектов неорганизованной розницы – торговых павильонов и ларьков, а более 10 млрд. рублей выручки от торговли сигаретами  –  перетечь в крупные торговые сети. В новой версии закона «Об ограничении потребления табака» предлагается разрешить осуществлять торговлю табачными изделиями в стационарных и нестационарных торговых объектах, которые должны быть удалены от школ и детских учреждений не менее, чем на 100 метров. Предлагается ввести лицензирование деятельности по торговле табаком и ввести на законодательном уровне понятие «специализированной торговой точки». Обсуждается один из вариантов организации торговли – убрать сигареты с витрин, но оставить ценники.

Другими важными нововведениями, оговоренными в новой редакции закона являются:

·   наделение продавцов табачными изделиями правом требовать у покупателя документ, удостоверяющий личность и содержащий сведения о возрасте (за продажу сигарет несовершеннолетним предусмотрен денежный штраф для продавца и владельца торговой точки. При выявлении повторного нарушения будет изыматься «табачная» лицензия).

·   выделение в закрытых помещениях организаций общепита залов в которых разрешено курение, либо организовывать специально отведенные места для курения

табака, в которых запрещен прием пищи и, соответственно, обслуживание посетителей официантами.

Согласно документу переход на новые правила будет плавным. Так, обычные киоски должны будут убрать сигареты из своего ассортимента в течение двух лет после принятия закона. Такой же срок дается владельцам кафе, баров и ресторанов для создания специализированных мест для курения. Правда, уже через полгода после принятия закона вступят жесткие запреты на курение в школах, закрытых спортивных учреждениях, лифтах, общественном транспорте, например маршрутках. В настоящее время закон находится на стадии обсуждения.(7)

**Заключение**

Курение - не безобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это – настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают ее в серьез. Одной из самых актуальных будет эта проблема в среде учащихся средней школы. Курение и школьник не совместимы, так как школьные годы - это годы роста как физического, так и умственного. Основной причиной начала курения является влияние людей, с которыми общается человек. Были найдены факты, которые свидетельствуют, что курение вредит не только молодому курящему человеку, но и всему обществу. Таким образом, курение – это не только проблема отдельного человека, это проблема всего общества. Для сокращения курения можно применять много разных мер, включая и строгое ограничение мест для курения, и штрафы, и законы для жалоб со стороны некурящих, и государственные медицинские учреждения, специализирующиеся на лечении этого вида проблемы и т.д. Говоря о помощи некурящим, можно предложить бесплатное лечение и санаторный отдых страдающим от аллергии на табак и от заражённости организма продуктами дыма сигарет. Органам здравоохранения в территориях нужно оценить объективную обстановку и добиваться финансирования из местных бюджетов. Но всё это требует пересмотра, как экономической, так и социальной политики государства, в котором мы живём.

**Использованные Интернет-ресурсы:**

1. ne-kurim.ru/articles/stat/statistika-kureniya-v-mire
2. www.podymim.ru/statistika\_v\_**Rossii**.shtml
3. anti-smoking.ru
4. [www.megabook.ru/Article.asp?AID=599822](http://www.megabook.ru/Article.asp?AID=599822)
5. [www.mosmedclinic.ru/articles/narkologia/1627](http://www.mosmedclinic.ru/articles/narkologia/1627)
6. journal-smoking.com/2009/10/socialno-ekonomicheskie-posledstviya-kureniya
7. ru.wikipedia.org/wiki/Борьба\_с\_курением
8. [www.ivanpobeda.com/post103718419](http://www.ivanpobeda.com/post103718419)
9. zhzh.info/news/2009-07-03-5326

автор: Колесов Айаал Николаевич

студент 3 курса ГОУ СПО

«Нюрбинский колледж»

руководитель: Иннокентьева Мария Александровна

преподаватель английского языка

ГОУ СПО «Нюрбинский колледж»

**Метод проектов в обучении английскому языку**

**Аннотация**

*В* данной работе рассматривается метод проектов, как один из методов обучения иностранному языку, проводится выявление роли поэтапной работы над проектом как фактор успешной организации проектной деятельности.

Цель работы - проанализировать возможности применения метода проектов на занятиях по английскому языку. Рассматриваются этапы разработки проекта на примере проекта «Айхал».

**Метод проектов в обучении английскому языку**

**План исследования**

В работе рассматривается вопрос применения метода проектов в обучении английскому языку. Метод проектов способствует активному вовлечению учащихся в различные виды практической деятельности и позволяет развивать их индивидуальные способности. В ходе работы планируется:

Исследовать работы, посвященные теме использования метода проектов в изучении иностранных языков;

Раскрыть понятие «метод проектов»;

Рассмотреть вопрос классификации проектов;

Рассмотреть этапы разработки проекта на примере проекта «Айхал».

**Введение**

В настоящее время многие страны осознали необходимость реформирования систем образования с тем, чтобы ученик стал центральной фигурой учебного процесса, чтобы познавательная деятельность учащихся находилась в центре внимания педагогов-исследователей. Учебное заведение не может обеспечить учащегося запасом знаний на всю жизнь, так как приобретенные знания подвергаются изменениям каждый год. Поэтому очень важно, чтобы выпускники умели самостоятельно мыслить, учиться, работать с информацией, самостоятельно совершенствовать свои знания в разных областях, приобретая, если окажется необходимым, новые знания, умения, навыки.

Модернизация российского образования предполагает необходимость поиска новых подходов к преподаванию, в частности, иностранных языков. Одной из наиболее эффективных форм обучения английскому языку является метод проектов, о котором пойдет речь в данной работе.

Тема работы является актуальной в настоящее время, так как метод проектов, сравнительно новый в преподавании английского языка в нашей стране, способствует активному вовлечению учащихся в различные виды практической деятельности и позволяет развивать их индивидуальные способности.

*Объектом* данной работы является метод проектов, как один из методов обучения иностранному языку. *Предметом* является выявление роли поэтапной работы над проектом как фактор успешной организации проектной деятельности.

*Цель* исследования состоит в том, чтобы проанализировать возможности применения метода проектов на занятиях по английскому языку.

Основными *задачами* в работе являются:

Изучить работы, имеющиеся по данной теме;

Раскрыть понятие «метод проектов»;

Рассмотреть вопрос классификации проектов;

Рассмотреть этапы разработки проекта на примере проекта «Айхал».

**Метод проектов в обучении английскому языку**

Проект – специально организованный преподавателем и самостоятельно выполняемый учащимися комплекс действий по решению значимой для учащегося проблемы, завершающихся созданием продукта. Под методом проекта мы понимаем комплексный обучающий метод, который дает возможность учащимся проявлять самостоятельность в планировании, организации и контроле своей деятельности.

Метод проектов был разработан в 20-х годах прошлого века американским педагогом Х.В. Килпатриком на основе концепции «обучения посредством делания» Джона Дьюи, американского философа и педагога, профессора Колумбийского университета. Общий принцип заключался в установлении непосредственной связи учебного материала с жизненным опытом учащихся. Джон Дьюи утверждал, что учащийся усваивает материал не просто слушая и воспринимая органами чувств, а как результат возникшей у него потребности в знаниях, и, следовательно, обучаемый является активным субъектом своего обучения. Основная цель метода проекта - предоставление учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач и проблем, которые требуют интеграции знаний из различных предметных областей. Учителю в проекте отводится роль координатора, эксперта, дополнительного источника информации. (1)

В обучении языку метод проектов стал активно применяться в конце 80-х годов прошлого века. С этого времени ведущие издательства США и Европы выпускают методические пособия по использованию проектов в преподавании языков.

Проекты, предназначенные для обучения языку, обладают как общими для всех проектов чертами, так и отличительными особенностями, среди которых главными являются следующие:

* Использование языка в ситуациях, максимально приближенных к условиям реального общения;
* Акцент на самостоятельной работе учащихся (индивидуальной или групповой);
* Выбор темы, вызывающей интерес для учащихся и непосредственно связанной с условиями, в которых выполняется проект;
* Отбор языкового материала, видов заданий и последовательности работы в соответствии с темой и целью проекта;
* Наглядное представление результата.

Таким образом, метод проектов - это целенаправленная, во многом самостоятельная деятельность учащихся, осуществляемая под гибким руководством учителя, направленная на решение исследовательской или социально значимой прагматической проблемы и на получение конкретного результата в виде идеального и/или материального продукта.

Иными словами, итогом работы над проектом может быть как *идеальный* продукт (сделанное на основе изучения информации умозаключение, выводы, сформированные знания), так и *материальный* (страноведческий коллаж, альбом, туристический проспект).

В настоящее время существует множество классификаций проектов. (5)

Наиболее проработанная типология проектов представлена в работах Е.С.Полат, исследователя в области современных технологий обучения иностранным языкам. Она определяет метод проектов как «определенным образом организованная поисковая, исследовательская деятельность учащихся, индивидуальная или групповая, которая предусматривает не просто достижение того или иного результата, оформленного в виде конкретного практического выхода, но и организацию процесса достижения этого результата». Полат классифицирует проекты согласно их признакам:

1. **По признаку доминирующего в проекте метода:**

* *Исследовательские.* Данный тип требует хорошо продуманную систему проекта, четко сформулированные перед началом выполнения проекта цели, заинтересованность каждого участника проекта, социальную значимость, продуманные методы экспериментальных и опытных работ, методы обработки результатов.
* *Творческие.* Такие проекты не имеют детально проработанной структуры, она только намечается и развивается, подчиняясь принятой самими учащимися схеме. Перед разработкой такого проекта следует заранее договориться о желаемых, планируемых результатах. Это могут быть сочинения, стенгазеты, видеофильмы и т.д.
* *Ролево-игровые.* В таких проектах структура также только намечается. Каждый участник выбирает для себя определенную роль, обусловленную характером и содержанием проекта. Это могут быть как литературные персонажи, так и социальные герои, действующие в рамках придуманных участниками ситуаций. Результаты проекта могут быть обговорены заранее, а могут вырисовываться ближе к концу работы.
* *Практико-ориентированные.* Такой тип отличает четко обозначенная с самого начала цель деятельности участников проекта, которая должна быть ориентирована на интересы самих участников. Результатом могут быть газета, документ, видеофильм, звукозапись, спектакль, проект закона и т.д. Здесь требуется хорошо продуманная структура всей деятельности его участников. Во время работы над такими проектами особенно важна хорошая организация обсуждения, корректировки, презентации полученных результатов и возможных способов применения их на практике.

1. **Согласно предметно-содержательной области:**

* *Монопроекты.* Данные проекты лучше проводить по наиболее сложным темам, связанным со страноведческой, социальной тематикой. Они требуют четкой структуризации, четкого обозначения целей и задач, а также знаний, умений, приобретаемых учениками в ходе разработки проекта. Заранее обозначается и форма.
* *Межпредметные проекты.* Такого рода проекты могут объединять как несколько предметов, так и решать достаточно сложные проблемы, например, проблемы сохранения окружающей среды, исследования творчества писателей, работающих в одном жанре и т.д.

1. **По характеру координации проектов:**

* *С открытой координацией.* В таких проектах координатор (педагог) непосредственно участвует в работе, организуя и направляя ее, а также координируя деятельность всех участников.
* *Со скрытой координацией.* Координатор не вмешивается в работу над проектом, но внимательно наблюдает за процессом и может выступить в роли советчика или помощника.

1. **По характеру контактов:**

* *Внутренние или региональные* (в пределах классов одной школы, школ, округов, города).
* *Международные.* Возможность разрабатывать международные проекты совместно с учащимися разных стран и континентов представляют современные информационные технологии. Такие проекты появились недавно и называются *телекоммуникационными* проектами.

Время работы над проектом зависит от сложности темы. По продолжительности выделяют: мини-проекты, краткосрочные, долгосрочные проекты.

Реализация любого проекта подразумевает достижение следующих целей:

* совершенствование навыков языковой компетентности, самостоятельной работы студентов с информационными ресурсами;
* развитие творческих способностей, способностей к сравнению и сопоставлению полученных знаний, анализу информации; развитие познавательной активности;
* воспитание коммуникативной культуры (культуры общения).

Работа над проектом – это, в первую очередь, самостоятельная работа учащегося по решению какой-либо проблемы, требующая умения поставить проблему, наметить способы ее решения, спланировать работу, подобрать необходимый материал и т.д.

В процессе работы над проектом учащийся развивает свои интеллектуальные умения, такие черты характера, как целеустремленность, настойчивость, трудолюбие, приобретает определенные учебные знания, умения, навыки. Это обеспечивает социальную и профессиональную адаптацию в обществе, что немаловажно в сегодняшнем постоянно меняющемся мире.

Метод проектов должен соответствовать следующим требованиям:

1. Наличие значимой в исследовательском плане проблемы или задачи, требующей интегрированного знания, исследовательского поиска для ее решения;

2. Практическая, теоретическая, познавательная значимость предполагаемых результатов;

3. Самостоятельная деятельность учащихся: индивидуально, в паре, в группах на занятии и вне него;

4. Структурирование содержательной части проекта, с указанием поэтапных результатов и распределением ролей;

5. Использование исследовательских методов: определение проблемы, вытекающих из нее задач исследования, выдвижение гипотезы решения обсуждение методов исследования, оформление конечных результатов, анализ полученных данных, подведение итогов, корректировка, выводы.

Для большинства проектов залогом успешного достижения поставленных целей является хорошо продуманная последовательность действий, или система выполнения работы.

Этапы разработки проекта мы подробно рассмотрим на примере проекта «Айхал».

***Проект «Айхал»***

Данный проект был разработан нами совсем недавно и представляет собой комплекс учебного материала, посвященного одному из промышленных предприятий нашей республики по добыче алмазов – Айхальскому горно-обогатительному комбинату.

Учебный материал включает в себя: два текста на английском языке («Поселок Айхал», «Айхальский ГОК»); словарь, содержащий 40 слов профессиональной направленности; задания (на закрепление новой лексики, вопросы по текстам); интервью со студентами о прохождении практики на предприятии.

Проект разработан студентом 3 курса и предназначен для студентов 1 курса соответствующей специальности. Здесь надо отметить, что подготовка проекта, одной из целей которого является разработка учебного материала – дело очень ответственное и сложное. Поэтому для выполнения такой работы привлекается студент с достаточно высокой языковой подготовкой, развитыми навыками чтения, письма, говорения.

Проект «Айхал» является профессионально-ориентированным продуктом и имеет практическую ценность как для самого разработчика, так и для его адресатов-первокурсников.

По типологии, приведенной выше, можно классифицировать данный проект:

* По признаку доминирующего метода: исследовательский, практико-ориентированный;
* Согласно предметно-содержательной области: монопроект;
* По характеру координации: с открытой координацией;
* По характеру контактов: внутренний (внутриколледжный);
* По количеству участников: индивидуальный.

Результатом работы над проектом является достижение целей:

1. Для разработчика проекта: совершенствование языковых навыков чтения, письма, говорения; грамматики; навыков работы с информационными ресурсами; анализа информации; проект потребовал также привлечения собственного жизненного опыта, так как включает своеобразный краткий отчет по пройденной практике.
2. Для адресатов проекта: формирование и развитие навыков чтения, письма; введение новой лексики; повторение грамматики.

Рассмотрим поэтапно работу над проектом.

**1 этап. Поисковый.**  Подбор темы. Выбор проблемы проекта.

В начале работы нами была определена тема проекта. Выбор темы был не случаен, так как студенты колледжа, обучающиеся по специальности «Подземная разработка месторождений полезных ископаемых», ежегодно проходят практику на этом предприятии. Для первокурсников данная тема представляет интерес и практическую ценность: им полезно получить информацию о предприятии, где они будут проходить практику, и где они, возможно, впоследствии трудоустроятся.

Актуальность проекта заключается в том, что результаты выполненного проекта могут быть внедрены в образовательный процесс. Готового учебного материала по данной теме не существует. Учебной литературы для данной специальности для студентов средних специальных учебных заведений очень мало, а для специалистов узкого профиля ее вовсе нет.

**2 этап. Аналитический.** Согласование общей линии разработки проекта. Сбор информации.

Определена цель (проблема) проекта – создание практико-ориентированного учебного материала по теме.

Для достижения цели обозначены следующие задачи:

* *Поиск* имеющейся информации о предприятии;
* *отбор* подходящего материала для данного проекта;
* *обработка* информации для наилучшего восприятия студентами;
* *проведение* опроса-интервью однокурсников;
* *создание* учебного материала в рамках данной темы: учебного текста, словаря терминов, заданий, диалога.

Следующим шагом было составление подробного плана работы над проектом. Затем мы определили, какие навыки должны приобрести учащиеся, которым адресуется продукт проекта. Определены сроки выполнения работы.

Далее, обсуждены пути сбора информации. Надо отметить, что на этапе сбора информации возникли трудности, так как источников оказалось очень мало. Были задействованы различные справочники, литература из личных архивов, Интернет-источники; также проведен опрос студентов для получения информации о пройденной практике.

**3 этап. Практический.** Оформление работы над проектом.

Самый продолжительный и трудоемкий этап.

На этом этапе происходила обработка найденного материала: отбор необходимой информации, которая требовала проверки и значительной обработки. Так, например, история освоения месторождений представлена, в основном, личными воспоминаниями участников тех событий. Воспоминания требовалось структурировать, выделить главное, проверить факты. Сведений о современном предприятии также оказалось меньше, чем нам хотелось бы, и ограничивались только общим описанием предприятия: структура Айхальского ГОКа, направления деятельности, основные даты. Но, учитывая, что данный материал предназначен для первокурсников и будет представлен в рамках темы «Моя будущая профессия», использование таких общих сведений вполне достаточно и оправдано.

Далее, из полученных отрывочных сведений надо было составить связный текст. Было решено создать два текста: первый - о самом предприятии, второй – о поселке Айхал. Проведена обработка предложений: слишком объемные и сложные упрощены для лучшего понимания, так как большинство студентов-первокурсников обладают слабо развитыми навыками чтения.

Затем тексты были переведены на английский язык; при переводе некоторых специальных терминов использовался русско-английский геотехнологический словарь. Начальный вариант текстов на английском составил сам студент, впоследствии он откорректирован вместе с преподавателем. Выполнение данного задания потребовало большой концентрации на грамматике.

Следующей задачей было составление словаря. В словарь включено 40 слов профессиональной направленности, присутствующие в текстах; эта лексика впоследствии пригодится при изучении профессионально-ориентированных тем. Для автора проекта это была хорошая возможность повторить уже знакомые слова и выучить некоторые новые.

Далее, было разработано несколько видов заданий, включающих вопросы по текстам, упражнения на закрепление лексики.

На основе проведенного опроса составлен текст диалога-интервью с однокурсниками. Чтение диалога способствует повторению разговорных конструкций, типов вопросов.

**4 этап. Презентационный.** Выбор формы презентации выбрана заранее.

Презентация проекта состоялась в виде устного доклада перед студентами группы. Был продемонстрирован продукт проекта – учебный материал; рассказано о важности поэтапного планирования работы, актуальности и практической значимости результата проекта.

**5 этап. Контрольный.** На контрольном этапе происходит отчет, оценка результатов проекта и общего хода над ним, анализ ошибок, а также планирование тем будущих проектов.

Проведен анализ-обсуждение с преподавателем: выполнение плана работы над проектом, анализ трудностей и ошибок, собственная оценка результата работы.

В дальнейшем планируется дополнение и усовершенствование материала проекта, подготовка презентации с помощью программы Power Point (для презентации были отобраны фотографии из Интернета и личных ресурсов, к ним будут сделаны пояснительные надписи, а также включено видео – отрывок из экскурсии по предприятию; презентация может сопровождаться устными комментариями на английском). В перспективе возможно создание дидактического пособия.

Вывод: разработанный нами проект является актуальным, результат проекта (учебный материал) может быть использован в образовательном процессе; возможно дальнейшее усовершенствование материала;

**Заключение**

Изучив вопрос применения метода проектов на занятиях по английскому языку и рассмотрев этапы подготовки проекта на конкретном примере, мы пришли к следующим выводам:

Метод проектов – одна из наиболее эффективных форм обучения иностранному языку; он способствует вовлечению учащихся в учебно-практическую деятельность, целью которой является самостоятельное приобретение знаний в процессе решения практических задач или проблем;

Метод проектов подразумевает получение конкретного результата в виде идеального и/или материального продукта;

Существует большое разнообразие типов проектов в соответствии с их признаками;

Поэтапная работа над проектом способствует успешной реализации проектной деятельности.

Цель работы - проанализировать возможности применения метода проектов на занятиях по английскому языку - и задачи данной работы были достигнуты.

**Список использованной литературы**

1.Азимов Э.Г. Словарь методических терминов. М.: Златоуст, 1999.

2.Барменкова О.И. О работе над проектом.//Иностранные языки в школе.-1997.-№3

3.Зимняя И.А., Сахаров Т.Е. проектная методика обучения иностранному языку.// Иностранные языки в школе.-1999.-№3

4.Мартынова Т.М. использование проектных заданий на уроках английского языка.//Иностранные языки в школе.-1999.-№4

5.Полат Е.С. Метод проектов на уроках английского языка.// Иностранные языки в школе.-2000.-№2,3

6.Полат Е.С. Обучение в сотрудничестве.// Иностранные языки в школе.-2000.-№1

7.Теслина О.В. проектные формы работы на уроке английского языка// Иностранные языки в школе.-2002.-№3

**Приложение**

***Aikhal***

*Aikhal is a settlement situated in western part of Yakutia, in Mirninsky region. It is one of the diamond-mining centres of our republic.*

*Aikhal was founded in 1961 in the place where diamond deposits were discovered. It is about 400km away from Mirny. A quarry “Aikhal” gave its name to the settlement. The word “Aikhal” in Yakut means “glory”; the first settlers wanted the quarry and the settlement to be glorious and famous all over the world.*

*The population of Aikhal is about 16000 people, most of them are people of different nationalities. For many years they live and work all together in harmony.*

*At present Aikhal is imaginary divided into two parts which are called “lower Aikhal” and “upper Aikhal”. In lower part there are many old wooden houses; modern buildings made of concrete are concentrated in the upper part.*

*The main enterprise in Aikhal is Aikhalsky Mining and Processing Plant, where more than 5000 people work.*

*There is also Building Trust Company and other enterprises which are the parts of the Joint-Stock Company “ALROSA”.*

*In Aikhal there are two secondary schools, a Centre of additional education, Music school and some other educational institutions.*

*In its early days Aikhal was planned to be “a town under cupola”, with covered galleries having no analogues in the world. That fantastic plan did not come true, but still Aikhal is a nice settlement, which glorifies the first explorers of diamond deposits.*

автор: Саввинова Марина

студент 1 курса ГОУ СПО «Нюрбинский колледж»

руководитель: Иннокентьева Мария Александровна

преподаватель английского языка

ГОУ СПО «Нюрбинский колледж»

**Использование Интернет-ресурсов в самостоятельном изучении английского языка**

**Аннотация**

В данной работе рассматривается вопрос применения Интернет-ресурсов в самостоятельном изучении английского языка. При выполнении работы проведено анкетирование студентов с целью анализа использования сети Интернет в образовательных целях. С учетом полученных результатов приводятся рекомендации по использованию ресурсов Интернет для изучения языка.

В работе рассматривается вопрос применения Интернет-ресурсов в самостоятельном изучении английского языка.

Гипотеза

Известно, что навыки самостоятельного приобретения знаний являются необходимымусловием для успешного овладения языком. Самостоятельное изучение языка представляется наиболее эффективным с помощью Интернет-ресурсов. В наше время глобальная сеть Интернет приобретает все новые области применения. Практически каждый студент пользуется ее ресурсами. В каких целях используют сеть студенты колледжа? Мы предполагаем, что в основном для общения и развлечения, использование ресурсов в целях самообразования мало распространено. Чтобы ответить на этот вопрос, мы проводим анкетирование. Кроме того, мы проводим обзор литературы по теме работы, обзор основных Интернет-ресурсов, использующихся в изучении иностранных языков. Далее, мы постараемся определить преимущества Интернет-ресурсов перед традиционными средствами обучения. Далее планируется на основе данных анкетирования сделать выводы и привести некоторые рекомендации по работе с Интернет-ресурсами в изучении английского языка.

**Введение**

Новые информационные технологии в наше время достигли такого размаха, что практически не осталось сфер человеческой жизни, не затронутых глобальной сетью Интернет. Интерес к Интернету продолжает расти, он становится неотъемлемой частью жизни большинства людей всего мира. Сегодня в условиях всемирной глобализации развитие информационных технологий приводит к образованию новых способов использования Интернета.

Информатизация коснулась и образовательного процесса, в частности, преподавания иностранных языков. Различные средства мультимедийных технологий и ресурсы глобальной сети Интернет не только расширяют возможности преподавателя, оптимизируют изучение языков, делают его увлекательным процессом открытия мира иностранного языка и культуры, но и являются неисчерпаемым источником возможностей для самостоятельного изучения языка.

В данной работе речь пойдет не столько о выполнении заданий ***самостоятельной работы, включенной в программу*** по дисциплине, но в большей степени о том, какими способами возможно улучшить свои знания по иностранному языку и приобрести новые при ***самостоятельном изучении языка*** с помощью ресурсов Интернет.

***Актуальность*** данной работы состоит в том, что навыки самостоятельного приобретения знаний являются *необходимым* условием для успешного овладения языком; известно, что, даже исправно посещая аудиторные занятия и выполняя положенные задания, но, не имея при этом достаточной мотивации, учащийся не добьется такого успеха, как если он сам, самостоятельно и без принуждения, будет стремиться к получению новых знаний, умений и навыков.

***Цель*** данной работы – изучить вопрос применения Интернет-ресурсов в самостоятельном изучении английского языка и дать рекомендации.

***Задачи:***

* Изучить сведения, имеющиеся по теме использования Интернет-ресурсов в обучении иностранным языкам – статьи, доклады, освещающие данный вопрос;
* Провести обзор основных Интернет-ресурсов, помогающих в самостоятельном изучении языка;
* Выявить преимущества пользования Интернет-ресурсами;
* Провести анкетирование студентов колледжа с целью изучения вопроса использования сети Интернет;
* Исходя из полученных данных, сделать выводы и предложения по работе с ресурсами Интернет.

***Значимость*** работы и ее практическая ценность состоит в том, что в ней проведен обзор ресурсов сети Интернет, полезных в изучении языка; анкетирование выявило опыт и предпочтения студентов по работе в сети Интернет и помогло сформулировать предложения по оптимальному использованию его ресурсов, и, таким образом, результаты данной работы могут быть применены на практике.

**Использование Интернет-ресурсов в самостоятельном изучении английского языка**

Практическое овладение иностранным языком предполагает не выучивание наизусть определенного количества правил, а «формирование коммуникативной компетенции», которая «подразумевает способность к общению и межкультурному взаимодействию» (1). Конечной целью обучения иностранным языкам является научение свободному ориентированию в иноязычной среде и умению адекватно реагировать в различных ситуациях, т.е. общению. Чтобы научить общению на иностранном языке, нужно создать реальные, настоящие жизненные ситуации (т.е. то, что называется принципом аутентичности общения), которые будут стимулировать изучение материала и вырабатывать адекватное поведение.

Выделяют несколько наиболее важных задач, которые могут быть реализованы при обучении иностранному языку посредством Интернет-технологий в неязыковом учебном заведении:

* Развитие умений иноязычного общения в разных сферах и ситуациях;
* Формирование и совершенствование языковых навыков;
* Развитие навыков самостоятельной и исследовательской работы студентов;
* Повышение мотивации и создание потребности в изучении иностранного языка;
* Реализация индивидуального подхода посредством учета индивидуальных особенностей обучающихся;
* Формирование коммуникативных навыков и культуры общения (2)

Но здесь необходимо отметить, что в образовательных учреждениях технического профиля на изучение иностранного языка отводится ограниченное количество часов, которое часто бывает недостаточным для высококачественной иноязычной подготовки специалиста. В связи с этим возрастает значение самостоятельного изучения иностранного языка. И в этом большую помощь студенту могут оказать почти безграничные возможности сети Интернет, так как Интернет – это не просто огромная база данных, хранилище информации, а целое образовательное пространство, и его разнообразные ресурсы позволяют овладеть языком, начиная с нуля. Более того, используя Интернет, учащийся не просто приобретает знания, но и применяет их на практике, что, как известно, гораздо более важно.

В самостоятельной работе с Интернет-ресурсами можно выделить два направления (1):

1. ***работа с информацией, предоставляемой Интернет-источниками.***

*Поиск информации* в качестве дополнительного учебного материала осуществляется студентом самостоятельно (при помощи поисковых систем) или по ссылкам, предлагаемым преподавателем. Сюда входит, например, поиск материала по грамматике; поиск информации для доклада, реферата; к этой же группе можно отнести обучающие программы и программы для контроля (тесты);

1. ***интернет-коммуникация***, т.е. *общение*, которое происходит посредством электронной почты, форумов и т.п. Коммуникация может быть синхронной и асинхронной. Синхронная коммуникация – общение двух или более участников в режиме реального времени с помощью программ - мессенджеров (текстовое общение, или чат), голосового общения и видео конференций. Асинхронная коммуникация – общение в несовпадающих временных отрезках. Средствами передачи информационных сообщений могут служить электронная почта, гостевая книга, форум.

Наиболее благоприятным представляется сочетание этих двух направлений, так как они способствуют овладению всеми аспектами языка, формированию умений и навыков в различных видах речевой деятельности (фонетика, грамматика, чтение, аудирование, устная, письменная речь, перевод).

**Обзор основных Интернет-ресурсов**

В соответствии с направлениями самостоятельной работы с Интернет-источниками, мы разделим ресурсы на две группы - информативные и коммуникативные. К информативным мы отнесли ресурсы, которые в основном служат для получения какой-либо информации, к коммуникативным – ресурсы, где основной вид деятельности – это общение. Такое разграничение, однако, несколько условно, так как существует множество источников, сочетающих цели получения информации и общения. Конечно, Интернет-ресурсов, как уже говорилось, бесчисленное количество, но мы рассмотрим наиболее распространенные из них.

***Информативные ресурсы.***

***Обучающие источники.*** Обучающие источники помогут при помощи специально разработанного учебного материала приобрести знания в разных аспектах языка. Если раньше в распоряжении учащихся был только учебник (не всегда подходящий по уровню сложности или даже просто неинтересный), то нынешние возможности упрощают изучение, например, грамматики английского языка и превращают его в увлекательный процесс. Есть множество сайтов, где очень просто, подробно и, главное, доходчиво объясняются самые сложные темы. Сюда относятся специальные обучающие программы для изучения английского языка (платные и бесплатные), различные тренажеры, электронные учебники, тестовые и контролирующие программы, аудиоуроки и т.п.

***Новостные источники.*** Интернет представляет возможность читать и смотреть новости многих англоязычных СМИ, таких как CNN или BBC. Служба BBC создала отдельный раздел для изучающих английский – тут можно пройти тесты, прочитать адаптированные новости и многое другое. Специально для русскоговорящих есть эта страничка.

Можно также слушать радио через Интернет. Есть множество программ, например Free Internet TV или Super Internet TV, которые включают в себя каталог радио и ТВ каналов, вещающих через Интернет. Каталог разделен по странам и, соответственно, по языкам.

Многие газеты и журналы имеют электронный вариант. Чтобы получать новости в интересующей области, не обязательно выписывать кучу литературы, а просто посетить страничку в Интернете.

***Справочные источники.*** В сети можно найти разнообразные справочники, словари, энциклопедии, как электронные варианты «бумажных», так и оригинальные. Есть ли смысл говорить, что это очень удобно: одним нажатием кнопки можно узнать значение любого слова, получить исчерпывающую информацию по интересующему вопросу, тем более, что очень многие из таких источников (особенно специализированные словари и справочники) недоступны в библиотеках.

***Ресурсы по интересам.*** Есть сайты, где можно изучать язык, например, слушая музыку. На примере популярных песен не просто приводится перевод песни, но и дается детальный разбор грамматических конструкций, значений конкретного слова. Также очень полезно смотреть фильмы на английском, даже если не полностью понимать речь актеров. Просмотр фильмов позволяет слышать живую современную речь, диалоги воспринимаются в контексте сюжета, эмоциональное воздействие помогает легко запоминать новые слова и фразы, происходит знакомство со сленгом и особенностями культуры.

Те, кто интересуется спортом, могут смотреть спортивные передачи с комментариями на английском языке. Можно также читать книги на английском, посещать музеи, веб-страницы известных людей и многое другое, в зависимости от интересов студента.

***Коммуникативные ресурсы.***

В эффективном изучении английского языка важным элементом является иноязычное общение, то есть применение полученных знаний на практике. Сейчас, для того чтобы познакомиться с носителем языка, не нужно ехать за границу. Полноценное общение можно получить в сети.

К коммуникативным источникам относятся электронная почта, мессенджеры, конференции (видеоконференции, голосовые), англоязычные форумы, чаты, социальные сети, программы Skype, ICQ и др.

Форма общения может быть разной, в зависимости от предпочтений и возможностей изучающего язык. Общение может происходить в письменной форме (обмен текстовыми сообщениями), так и в устной (конференции).

**Преимущества использования Интернет-ресурсов**

В самостоятельном изучении языка можно, конечно, использовать традиционные средства – учебники, справочники, другие печатные издания. Но не всегда они отвечают потребностям и возможностям обучающегося, к тому же зачастую оказываются просто недоступны. Использование же Интернет ресурсов имеет множество преимуществ. Вот некоторые из них:

1. **Подбор материала.** Разнообразие ресурсов сети Интернет огромно. Интернет может оказаться неисчерпаемым источником информации, если, конечно, обладать определенными навыками работы в сети. Студент может подобрать материал, программы или задания, соответствующие:

- его собственному *уровню языковой подготовки*. Не следует брать на себя трудновыполнимые, малопонятные задания, материал, на изучение которого уходит слишком много усилий; также слишком легкие, элементарные задания не способствуют развитию.

- *темпу работы*. У каждого человека – свой темп усвоения материала; некоторые «схватывают на лету», другим же требуется время на осмысление и запоминание.

2. **Удобство.** Самостоятельным изучением языка можно заниматься в удобное для самого студента время и в удобном ему месте с точкой доступа в Интернет; когда обучающийся настроен на работу и не отвлекается на другие дела, продуктивность возрастает. Также самостоятельно определяется объем работы на конкретный промежуток времени; спешка, жесткие временные рамки далеко не всегда способствуют хорошему усвоению материала.

3. **Интересы.** Обучающийся может подобрать ресурсы согласно своим интересам, склонностям. Меломанов могут заинтересовать сайты, где приводятся тексты, перевод и грамматический разбор популярных песен; любителям кино можно посоветовать смотреть фильмы на английском (с субтитрами или без); для тех, кого интересует живое общение, есть также множество способов пообщаться с носителями языка: это форумы, чаты, социальные сети и т.д. При самостоятельном изучении языка главное – заинтересованность в процессе.

4. **Интерактивность** (непосредственное взаимодействие, например, студента и носителя языка) и **аутентичность.** При общении с носителями языка (или с представителями других стран, изучающих английский как иностранный язык) происходит полное «погружение» в языковую среду, т.е. студент учится спонтанно и адекватно реагировать, взаимодействовать с собеседником в различных ситуациях, причем исключительно на английском языке. Книги, газеты, новости, общение на английском языке – все эти аутентичные источники позволяют выучить современный живой язык, а не набор правил.

5. **Возможность знакомиться с культурой, особенностями языкового поведения различных народов** в условиях общения. Сегодня у студентов есть возможность познакомиться с культурой, бытом разных народов не через картинки и тексты из учебников, а через непосредственное общение с жителями других стран. Общение через социальные сети, просмотр фотографий, видеозаписей реальных людей, участие в повседневной жизни собеседника с другого конца планеты гораздо более интересно, чем просмотр специально подготовленных страноведческих фильмов или телепередач. В живом общении раскрывается реальность другого мира.

Преимущества Интернет-ресурсов и в самом деле неоспоримы. Но есть и некоторые недостатки такого способа обучения. Проблемы при самостоятельном изучении языка с помощью Интернет-ресурсов могут возникнуть как у студентов продвинутого уровня, так и слабой языковой подготовки. Во-первых, это отсутствие контроля. То, что на первый взгляд кажется несомненным преимуществом – то есть, возможность заниматься в удобное время - при недостаточной мотивации может наоборот привести к бесконтрольности и бессистемности занятий. Человек постоянно отвлекается, не выполняет задания, требующие внимания и вдумчивости, и в результате не получает никакой пользы. Во-вторых, ошибки. Изучая язык самостоятельно, нужно быть очень внимательным. Если студент допускает ошибку на аудиторном занятии, преподаватель всегда его поправит. Когда же он учится сам, исправить ошибку некому, и неправильная конструкция приживется в речи и письме. Переучиваться сложнее, чем учиться.

Конечно, эти недостатки самостоятельного изучения языка в Интернете можно устранить, если есть настойчивое желание и интерес, как, впрочем, и в любой другой сфере деятельности. Другой вопрос – есть ли желание и интерес? Как используют неисчерпаемые возможности глобальной сети наши студенты? И вообще, есть ли у них такая необходимость? Какие другие проблемы возникают при работе с Интернетом?

**Использование сети Интернет среди студентов колледжа**

Одной из отличительных черт современного общества является его глобальная, повсеместная компьютеризация. Масштабы компьютеризации общества достигли впечатляющих масштабов – 85% жителей планеты имеют постоянный доступ к компьютеру, 45% являются пользователями Интернет. В России более 40% семей имеют широкополосный доступ в Интернет, активно развивается мобильный Интернет, не уступающий по скорости фиксированному (…) Согласно опросу, проведенному в Германии, более 80% всех изучающих английский язык так или иначе используют в процессе обучения различные Интернет-ресурсы (3).

Прежде всего, надо отметить, что уровень языковой подготовки студентов не очень высок. Поступая на первый курс, студенты часто обнаруживают очень слабые, фрагментарные знания по английскому языку. Кроме того, в колледже преобладают специальности технического профиля. По мнению некоторых студентов, знания иностранного языка – не первостепенной важности в их будущей профессиональной деятельности, поэтому они не стремятся получить дополнительные знания по предмету, ограничиваясь лишь аудиторными занятиями. Но дополнительно заниматься им необходимо, потому что, как говорилось выше, если человек хочет овладеть иностранным языком на хорошем уровне, ему надо не только посещать уроки, но и много работать самостоятельно.

Итак, необходимость в дополнительном самостоятельном изучении языка существует. Наибольшее разнообразие ресурсов для этой цели предоставляет Интернет. Возможность получить доступ во всемирную сеть студенты имеют в компьютерном классе. Как же студенты используют эту возможность? Чтобы узнать это, мы провели анкетирование среди обучающихся, и ниже представлены результаты.

Было опрошено 70 студентов 1-3 курсов. Анкета включала 10 вопросов. Список вопросов приведен в приложении к данной работе. Вот основные данные:

* Возможность регулярно пользоваться компьютером есть у 64% студентов;
* Уровень компьютерной грамотности: опытным пользователем ПК считают себя 28%, могут выполнять только простые действия 68% и не умеют вообще работать с компьютером 4%;
* Пользуются какими-либо Интернет-ресурсами 78%, не пользуются Интернетом 22%;
* Из тех, кто не пользуется, 36% говорят, что нет необходимости, у 64% нет возможности;
* Большинство студентов заходят в Интернет: каждый день – 38%, или несколько раз в неделю – 49%
* Социальными сетями пользуются 62%, сайтами по интересам – 33%, игры, развлечения – 28%, и 38% пользуются образовательными ресурсами.
* В образовательных целях пользуются Интернетом 38%, не пользуются 28%, редко пользуются 34%
* Из тех, кто использует образовательные ресурсы, 50% ищут необходимую информацию, 36% скачивают готовые рефераты, курсовые и т.п., заполняют пробелы в знаниях 14%;
* Интернет – это главным образом: общение – для 54%, возможность узнать новое – для 41%, самообразование – для 8%, развлечение – для 23%, пустая трата времени – для 3%;
* На вопрос хотели бы вы пользоваться Интернет-ресурсами для получения новых знаний, обучения, ответили: да, считаю, что это необходимо – 62%, нет, не думаю, что это принесет пользу – 10%, я бы хотел, но нет возможности – 10%, только в случае крайней необходимости - 18%.

Какие мы можем сделать выводы на основе полученных данных? Во-первых, возможность регулярно пользоваться компьютером есть не у всех (чуть больше половины студентов). Это может объясниться тем, многие студенты – приезжие, живут в общежитии, у родственников; кроме того, не у всех тех, кто живет с родителями, есть собственный компьютер.

Большинство студентов, но далеко не все, пользуются Интернетом. Однако большая часть из них использует мобильный Интернет, и, в основном, для общения в социальных сетях, о чем говорят ответы на шестой вопрос. В образовательных целях использует Интернет примерно треть опрошенных, половина из них – для поиска информации, и только малая часть студентов – 14% - для заполнения пробелов в знаниях. К сожалению, многие используют сеть для скачивания готовых работ.

Большинство студентов считают, что Интернет необходим для получения знаний и хотели бы использовать таким образом. Что же мешает нашим студентам использовать Интернет – ресурсы для самообразования? Можно предположить, что низкая обеспеченность и невозможность регулярно получать доступ в сеть. Но, напомним, есть возможность пользоваться компьютером и Интернетом в компьютерном классе. Значит, это не аргумент.

Причиной также может быть занятость в послеобеденное время, когда студент подрабатывает или присматривает за ребенком. Но это единичные случаи. Что же тогда? Низкая учебная мотивация – мы считаем, это главная причина, по которой студенты не пользуются замечательными возможностями, которые предоставляет Интернет.

**Предложения по использованию Интернет-ресурсов**

Как показало исследование, использование возможностей Интернета в образовательных целях среди студентов мало распространено, хотя и представляется крайне необходимым. Что же можно предложить в данной ситуации?

Можно предположить, что не все ресурсы будут достаточно эффективны для работы. К примеру, из-за плохой связи будет довольно сложно организовывать видеоконференции; кроме того, такой вид общения предполагает определенный уровень владения устной речью. Да и просто, организовать конференцию - такая возможность не всегда бывает. Таким образом, на начальном этапе самостоятельной работы с Интернетом мы бы не стали рекомендовать данный вид ресурсов. Далее, книги на языке оригинала осилит далеко не каждый, разве что при большом желании, наличии большого терпения и упорства и отличными навыками чтения. Платные образовательные Интернет услуги, такие как он-лайн занятия с репетитором тоже не подойдут.

Главным при самостоятельном изучении английского языка является правильное определение своего уровня владения языком в начале обучения, мотивация самого изучающего и его заинтересованность в процессе.

Учитывая уровень языковой подготовки студентов, то, что у них практически нет опыта в использовании Интернет-ресурсов для изучения языка и исходя из данных, полученных при анкетировании, будем ориентироваться на три аспекта:

* получение основных языковых навыков (как начало, основа);
* интересы;
* общение.

Для начала, нужно отобрать наиболее оптимальные учебные ресурсы для восполнения пробелов, например, в грамматике; такие источники, где материал изложен в доступной форме, представлены задания соответствующего уровня обученности. Предложить список полезных ссылок вниманию студентов. Главное - знать основные грамматические правила, остальные навыки будут развиваться постепенно, в процессе.

Для студентов старших курсов можно посоветовать различные справочные материалы, такие как профессионально-ориентированные словари, так как в свободном доступе их можно найти только в Интернете. Также можно рекомендовать поиск специальной литературы на профессиональные темы.

Изучение языка более эффективно, если оно происходит на интересующем материале. Так что мы предлагаем использовать англоязычные сайты по интересам. Возможно, не все в них будет понятно с самого начала, но зато будет стремление понять, разобраться. Можно, например, смотреть фильмы. Фильмы, в особенности с субтитрами, смотреть полезно, так как, кроме развития навыков аудирования, они очень хорошо помогают развитию ситуативной языковой интуиции (то есть, зритель-студент, даже не зная каких-либо слов на английском, может догадаться о их значении в контексте конкретной ситуации). Для студентов с невысоким уровнем знания английского языка, возможно смотреть не серьезные фильмы на английском языке, а детские мультфильмы. В мультфильмах не используются сложные обороты, слова, язык там довольно простой, так что это оптимальный вариант для начинающих изучать английский язык.

Можно учиться в процессе игры. Существует огромное количество сайтов, где игра выступает как средство обучения. Играя, можно, к примеру, выучить новую лексику, научиться строить слова и т.д.

Можно улучшить свой английский, слушая песни. Идеальным вариантом будет изучение песен наизусть. Нужно скачать любую песню на английском языке и найти текст этой песни. Включайте песню и пойте вместе с певцом, подсматривая по необходимости в текст. Так можно понять, что поет певец, а переведя незнакомые слова, пополнить словарный запас.

Во время занятий должно быть интересно. Если ресурс (курсы, учебник или компьютерная обучающая программа) оказывается скучными, его необходимо сменить.

Самым популярным ресурсом, согласно результатам анкетирования, являются социальные сети. Практически каждый опрошенный зарегистрирован ВКонтакте, с завидной регулярностью посещает этот сайт и проводит там огромное количество времени. Главной целью использования Интернета многие считают общение. Но в то же время общение в сети во многом приравнивается к развлечению. Можно ли стремление к общению совместить с обучением? Вероятно, можно. Лишь малая часть студентов зарегистрированы в Фейсбуке (Facebook – международная социальная сеть). Между тем, там можно найти друзей - представителей разных стран. Такое межнациональное общение не только способствует совершенствованию языка, но и обогащает, расширяет кругозор, дает возможность узнать много нового о жизни и культуре других народов, понять, что мир огромен и многообразен.

Можно дать и некоторые практические советы, исходя из личного опыта общения в социальных сетях. Например, как найти друзей? Лучше сделать это через сайты или группы по интересам. Можно также оставить сообщение в группах типа «добавь меня в друзья», куда входят люди, желающие завести новые знакомства. Но в таких группах часто встречаются люди, добавляющие друзей только для количества, а не для реального общения.

В Фейсбуке можно встретить людей разного языкового уровня, для некоторых английский язык – родной, язык повседневной речи, для других – иностранный, причем кто-то владеет им хорошо, кто-то не очень. Не стоит стесняться общаться с носителями языка, так как они лояльно относятся к нашим ошибкам; никто не перестанет общаться с собеседником только из-за того, что тот перепутал предлоги или времена. Знать правила полезно. Но распространенное мнение о том, что хорошее знание грамматики перерастает в более высокий уровень владения английским языком, ошибочно. Это особенно справедливо по отношению к разговорной речи. Чтобы развивать разговорные навыки, нужно, в первую очередь, добиваться того, чтобы англоязычные собеседники вас понимали. Бытует мнение, что большую сложность представляет правильное употребление временных форм глаголов. Однако для повседневного общения достаточно знать всего пять-шесть времен. Не стоит бояться ошибки в выборе того или иного времени. Главное — донести смысл.

Не надо стараться разговаривать сложными развернутыми предложениями, употреблять сложные конструкции. Можно начать общение с элементарных фраз. Также нежелательно употреблять сокращения слов, или так называемый Интернет-язык, когда слова употребляются в исковерканном виде. Хотя многие пользуются именно таким языком, но все же большинство говорят «нормальными», правильными фразами.

Существуют программы-переводчики, автоматически производящие перевод предложений по мере их написания. В отдельных случаях ими можно пользоваться, но, если есть стремление улучшить свой английский, все же предпочтительнее к ним не обращаться.

Для того, чтобы такое самостоятельное обучение пошло на пользу, важно заниматься постоянно, регулярно. Это требует, конечно же, усилий воли, терпения. Но хотелось бы еще раз подчеркнуть, что самое главное в успешном овладении языком – желание самого человека. Только тот, кто на самом деле желает общаться на английском и пользоваться им в профессиональной деятельности, достигнет этой цели.

**Заключение**

Итак, цель данной работы – изучить вопрос применения Интернет-ресурсов в самостоятельном изучении английского языка и дать рекомендации – была достигнута. В процессе работы решены поставленные задачи:

* Изучены сведения, имеющиеся по теме применения Интернета в обучении иностранным языкам;
* Проведен обзор основных Интернет-ресурсов, помогающих в самостоятельном изучении языка;
* Выявлены преимущества пользования Интернет-ресурсами;
* Проведено анкетирование студентов колледжа с целью изучения вопроса использования сети Интернет;
* Проанализированы данные анкетирования, и, исходя из полученных данных, сформулированы предложения по работе с Интернет-ресурсами.

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1. использование Интернет ресурсов способствует реализации основных задач обучения иностранным языкам, позволяет овладеть всеми аспектами языка и обеспечивает индивидуализацию и дифференциацию обучения с учетом уровня языковой подготовки и интересов обучающихся.
2. Существует бесконечное разнообразие Интернет-ресурсов, с помощью которых можно усовершенствовать языковые навыки, приобрести новые знания и применить их на практике.
3. Интернет-ресурсы имеют ряд преимуществ перед традиционными средствами обучения;
4. Проведенное анкетирование показало, что использование Интернет-ресурсов в образовательных целях среди студентов колледжа мало распространено;
5. Наиболее оптимальные ресурсы для изучения языка нужно предлагать с учетом уровня обученности и интересов учащихся. В нашем случае мы рекомендуем ориентироваться на получение базовых языковых навыков, интересы и иноязычное общение как средство наиболее эффективного усвоения языка.

**Список использованной литературы**

1. Ажель Ю.П. Изучение иностранных языков с использованием компьютерных технологий.
2. Ажель Ю.П. Особенности внедрения Интернет-технологий при обучении иностранным языкам в неязыковом ВУЗе//Молодой ученый.-2011.-№6.
3. Кулагина Т.М. Использование современных инновационных технологий на уроках иностранного языка//Иностранные языки в школе.-№2.-2001.
4. Полат Е.С. Интернет на уроках иностранного языка//Иностранные языки в школе.-№2.-2001.
5. Полякова Т.Ю. Английский язык для диалога с компьютером/М.:Высшая школа, 1997.

**Приложение**

**Список полезных ссылок**

bbc.co.uk — изучение английского языка с помощью русской службы Британской вещательной корпорации BBC: разговорная лексика, тесты, английский на видео, деловой английский, подкасты и файлы для скачивания;

BBC Learning English

voanews.com — аудиоуроки английского от радиостанции «Голос Америки»;

english-test.net — подготовка к тестам, уроки, конкурсы, активный форум (все на английском);

study.ru — уроки с упражнениями, тесты, коллекция текстов песен, субтитров, рейтинг курсов, форум;

videoenglish.ru — уроки на основе популярных мультфильмов и фильмов, рекламных роликов;

freen.ru — советы по самостоятельному изучению английского языка;

4flaga.ru — курс английского языка для начинающих, в котором применяется ассоциативная методика запоминания слов.

http://www.alleng.ru/texts/mybook/TOP2500.htm Список наиболее используемых слов.

www.audiobooksforfree.com - бесплатные аудиокниги на английском.

Lingvo Tutor -Программа, помогающая изучить большое количество иностранных слов.

LearnWords -Обучающая программа для изучения иностранного языка (слов, фраз, грамматики).

BX Language acquisition -Программа, предназначенная для заучивания произношения и правописания иностранных слов.

Kwiz.Me -Специальный ресурс для изучения наиболее часто встречающихся слов.

www.italki.com -Глобальная языковая сеть.

<http://www.efl.ru> - Онлайн-тесты, игры, статьи, обзоры учебных пособий, советы, форум, каталог ссылок для тех, кто хочет выучить английский язык

<http://www.manythings.org/> - Очень большое разнообразие игр, посвященных изучению английского

<http://LinguaLeo.ru/r/8bfnph>

Тесты

http://www.english-test.net/

Энциклопедии

http://en.wikipedia.org/

http://dictionary.msn.co.uk/

http://www.britannica.com/

http://dictionary.reference.com/

http://thesaurus.reference.com/

http://www.encyclopedia.com/

http://www.allrefer.com/

http://www.ucl.ac.uk/internet-grammar/

http://www.wsu.edu/~brians/errors/errors.html

Фонетика

http://www.fonetiks.org/

Видео

http://www.youtube.com/watch?v=\_ldZS9PL9KE&NR=1

http://www.youtube.com/watch?v=jyN1O-GwALI&feature=related

http://www.youtube.com/watch?v=2B5JHSTOrdU&eurl=http%3A%2F%2Fwww.politicallyincorrect.me.uk%2Fblog.htm&feature=player\_embedded

http://www.youtube.com/watch?v=Uv5cqh26CC0&feature=related

http://www.youtube.com/watch?v=KdxFn8FfauU&feature=related

http://www.youtube.com/watch?v=pgx8WjZ\_0TE

http://www.youtube.com/watch?v=oLrgW8lxOTI&feature=PlayList&p=CD3D7B7A7803BB71&playnext=1&playnext\_from=PL&index=21

http://www.ted.com/index.php/talks/tony\_robbins\_asks\_why\_we\_do\_what\_we\_do.html

http://www.ted.com/index.php/talks/mike\_rowe\_celebrates\_dirty\_jobs.html

http://www.ted.com/index.php/talks/richard\_pyle\_dives\_the\_twilight\_zone.html

http://www.ted.com/index.php/talks/brenda\_laurel\_on\_making\_games\_for\_girls.html

http://www.ted.com/index.php/talks/peter\_ward\_on\_mass\_extinctions.html

http://www.ted.com/index.php/talks/peter\_reinhart\_on\_bread.html

http://www.ted.com/index.php/talks/greg\_lynn\_on\_organic\_design.html

http://www.ted.com/index.php/talks/paul\_moller\_on\_the\_skycar.html

http://www.ted.com/index.php/talks/benjamin\_wallace\_on\_the\_price\_of\_happiness.html

http://www.ted.com/index.php/talks/richard\_preston\_on\_the\_giant\_trees.html

Чаты

http://www.weirdtown.com/find/chat/international\_chats.jsp

http://www.learnenglish.de/englishchat.htm

http://www.englishbaby.com/

http://www.world-english.org/english\_forums\_chat.htm

http://www.englishclub.com/

http://www.tolearnenglish.com/chat.php

Форумы

http://forum.wordreference.com/

http://learnenglishonline.yuku.com/blearnenglishonline

Сайты

http://news.bbc.co.uk/

http://news.sky.com/skynews/UK-News

http://www.guardian.co.uk/uk

http://www.slate.com/

http://www.politicallyincorrect.me.uk/index.html

http://www.rottentomatoes.com/

СОДЕРЖАНИЕ

1. Харитонова М.И. Метантанк как элемент биогазовой установки…………….3
2. Никифоров В.В. Создание электронной книги «Октябрьский наслег»………4
3. Андреев А.А. Алкоголь – это вредная привычка или болезнь?.........................16
4. Ларионов А.Ю. Молодежь и курение……………………………………………27
5. Колесов А.И. Метод проектов в обучении английскому языку……………….42
6. Саввинова М.И. Использование Интернет-ресурсов в самостоятельном

изучении английского языка……………………………………………………..50