

УДК 796.011.1

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ РЕГЛАМЕНТИРОВАННОГО ДОСТУПА И НЕОГРАНИЧЕННОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГАДЖЕТОВ СТУДЕНТАМИ РАЗНЫХ ВУЗОВ

Марина Станиславовна Кожедуб¹, старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры,

Анастасия Дмитриевна Лебедь¹, магистрант,

Евгений Павлович Врублевский^{1,2}, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры спортивных дисциплин; научный сотрудник центра ВФСК ГТО.

¹Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины, г. Гомель, Беларусь

²Смоленский государственный университет спорта, г. Смоленск, Россия

Контактная информация для переписки: vtu-evg@yandex.ru

Аннотация. В статье представлен материал, освещающий проблематику гаджетизации и ее роль в жизненных сферах студенческой молодежи. Проведен сравнительный анализ регламентированного доступа и неограниченного использования гаджетов студентами разных вузов. Выявлено, что на физическое и психологическое состояние студентов частое использование гаджетов оказывает неблагоприятное влияние, при этом критерии, выбранные для оценивания воздействия электронных устройств на курсантов и студентов, значительно отличаются. Полученные данные указывают на то, что курсанты благодаря соблюдению режима дня и дисциплине нацелены на саморазвитие и защищены от номофобии, что свидетельствует о положительном влиянии регламентированного доступа к гаджетам. Результаты анкетирования подтверждают и позитивное значение занятий спортом в жизни молодых людей, т. к. двигательная активность позволяет стабилизировать их эмоциональное состояние, помогает поддерживать режим сна и концентрировать внимание на доминантных аспектах учебы в вузе.

Ключевые слова: гаджеты, социальные сети, психологическое состояние, студенты, курсанты, регламентированный доступ, неограниченное использование

COMPARATIVE ANALYSIS OF THE IMPACT OF REGULATED ACCESS AND UNRESTRICTED USE GADGETS BY STUDENTS OF DIFFERENT UNIVERSITIES

Marina Stanislavovna Kozhedub¹, Senior Lecturer of the Department of Theory and Methodology of Physical Education,

Anastasiya Dmitrievna Lebed¹, Master's degree student

Evgeny Pavlovich Vrublevskiy^{1,2}, Grand PhD in Pedagogy, Professor, professor of the Department of Sports Disciplines; researcher at the VFSK TRP Center.

¹Skorina Gomel State University, Gomel, Belarus

²Smolensk State University of Sports, Smolensk, Russia

Contact information for correspondence: vru-evg@yandex.ru

Abstract. The article presents material covering the problems of gadgetization and its role in the life spheres of students. A comparative analysis of regulated access and unrestricted use of gadgets by students of different universities was carried out. It was revealed that the frequent use of gadgets has an adverse effect on the physical and psychological state of students, while the criteria selected for assessing the impact of electronic devices on cadets and students

differ significantly. The data obtained indicate that the cadets, thanks to the observance of the daily routine and discipline, are aimed at self-development and are protected from homophobia, which indicates the positive impact of the regulated access of cadets to them. The results of the survey also confirm the positive importance of sports in the lives of young people, because motor activity helps to stabilize their emotional state, helps to maintain sleep patterns and focus on the dominant aspects of studying at the university.

Keywords: gadgets, social networks, psychological state, students, cadets, regulated access, unrestricted use

Введение. Сегодня все мы, независимо от национальной принадлежности, пола и возраста, живем в новом информационном обществе, в цифровом пространстве, со своими законами, делающими нашу жизнь практически невозможной без мобильных телефонов, компьютеров, планшетов и других гаджетов. Медиакультурная среда выступает стратегическим ресурсом формирования моральных и социальных норм, регулятором общественных отношений, модификатором жизнедеятельности и оперативной адаптации человека к нестабильным условиям современного мира.

Очевидно усиливающееся влияние современных технологий и на процесс формирования мировоззрения подрастающего поколения. Влияние современных информационно-телекоммуникационных технологий в значительной степени обуславливает сокращение воспитательного воздействия родителей в семье и педагогов в образовательных учреждениях [7, 9]. Живое общение все интенсивнее вытесняется виртуальным, утрачиваются духовно-нравственные ценности, в цифровом океане тонут культурные традиции. Переписки в социальных сетях приводят к утрате базовых умений: слушать собеседника, чувствовать его настроение и реагировать, проявлять свои эмоции; общение сводится к обмену мемами, смайлами, фото, ссылками.

Стремительное развитие технического прогресса привело к сегодняшней гаджетизации, обеспечившей каждого из нас мобильными устройствами, позволяющими быть онлайн в любое время и в любой точке мира [3]. Современные исследования свидетельствуют о существовании синдрома постоянного нахождения онлайн, являющегося социальным феноменом. Естественно, он напрямую связан с номофобией и свойственен главным образом подросткам, многие из которых не выпускают гаджет из рук практически круглосуточно и испытывают панику при любой вынужденной, даже кратковременной, «разлуке» с любимым другом – смартфоном [4].

При этом за довольно продолжительный период активного и повсеместного использования новых цифровых средств мы убедились, насколько они функциональны и эффективны практически во всех сферах жизни – это и возможность независимо от времени и места нахождения быть на связи с родными людьми, и безграничный доступ к интересующей информации в глобальной сети Интернет, и постоянно создающиеся полезные приложения, без которых мы уже не можем решить свои обычные социально-бытовые задачи [1, 3].

Анализируя роль современных информационно-телекоммуникационных технологий в становлении подрастающего поколения, прежде всего важно подчеркнуть деструктивное воздействие гаджетизации на молодежь. Стремящиеся к самостоятельности и свободе юноши и девушки занимаются активным поиском путей для самореализации в безграничном виртуальном пространстве, где каждый ищущий находит свою дорожную карту, которая нередко противоречит уже выработанным ценностным установкам, вносит смуту в процесс формирования мировоззрения, дезориентирует в самых значимых сферах жизни [2, 5].

Безусловно, способность обрабатывать много разной информации сразу – один из положительных признаков современного молодого человека с клиповым мышлением, позволяющим быстро включаться в происходящие на любом уровне изменения и воспринимать окружающую действительность яркими, сменяющими одну на другую картинками [1, 6]. Но удастся ли при этом постичь суть процессов и явлений, понять их логику, проникнуть в глубину?

Сегодня молодежи посредством многочисленных медиаконтентов навязываются «фейковые новости» [2, 6], их вводят в заблуждение «правильной» интерпретацией современных политических событий и исторических фактов. Потoki информации лавиной ежедневно обрушиваются на молодых людей, и в этом хаосе очень сложно сориентироваться, сохраняя психическое равновесие, необходимое молодежи для получения знаний [5], которые «...являются главной индивидуальной ценностью в XXI веке. И все должны стремиться в первую очередь к получению точных, полноценных знаний, которые дают возможность иметь представление об окружающем мире и быть защищенным от фейковой информации»[8].

Цель исследования – выявить негативное влияние гаджетизации и произвести сравнительный анализ регламентированного доступа и неограниченного использования гаджетов студентами разных вузов.

Методы исследования: анализ литературных источников, анкетирование, методы математической статистики.

Организация исследования. Среди студентов факультета физической культуры Гомельского государственного университета им. Ф. Скорины (n=68) и курсантов технических специальностей военно-транспортного факультета Белорусского государственного университета транспорта (n=56) проводилось анкетирование с целью определения влияния гаджетов на их психологическое состояние. В опросе принимали участие студенты-юноши I-III курсов обучения, занимающиеся различными спортивными дисциплинами. Из числа респондентов 23% составляли мастера и кандидаты в мастера спорта, 32 % имели первый, а 43% – второй взрослый спортивный разряд.

Результаты исследования и их обсуждение. Каким же занятиям отдают предпочтение студенты факультета физической культуры в свободное время? Оказалось, что у 25% в приоритете сон, 34% – отдыхают с друзьями, 29% – играют в виртуальные игры в гаджетах, а 12% – занимаются саморазвитием (читают или слушают образовательные контенты). В то же время 44% курсантов предпочитают читать книги и изучать что-то новое, 36% – тренируются и 20% – отдыхают.

Информативными стали данные о том, сколько времени в сутки респонденты пользуются гаджетами. Так, в среднем, 26% опрошенных студентов факультета физической культуры взаимодействуют с электроникой более 8 часов, 30% – 3–4 часа и 44% проводят время в гаджетах 5–6 часов в день. У курсантов доступ к мобильным устройствам ограничен – время использования ежедневно с 19.30 до 21 часа.

Какие конкретные действия совершают молодые люди, находясь в виртуальном мире? Более 80% из них «сидят» в социальных сетях – «TikTok», «Instagram», «ВКонтакте», «Telegram», обмениваясь сообщениями, выставляют свои и «лайкают» посты, фото и видео «френдов», как правило, несколько раз в день, а около 20% таким способом общаются с друзьями.

При этом курсанты военно-транспортного факультета благодаря соблюдению режима дня и дисциплине нацелены на саморазвитие и защищены от номофобии. Они не имеют возможности часто «зависать в сетях» (таких только 16%), при этом признают, что

первое время было тяжело привыкнуть к «жизни» без телефона, но сейчас не испытывают в нем большой необходимости.

Выявлено, что 94% студентов факультета физической культуры «листают ленты» и переписываются посредством гаджетов перед сном, а оставшиеся 6% – стараются избавиться от пагубной привычки «зависать в сетях» на ночь. Только 9% ложатся спать в период с 21 до 23 часов, а 59% – засыпают в период с 23 до 24 часов. Остальные 32% – ложатся после полуночи. При этом 68% студентов не высыпаются и на следующий день чувствуют себя вялыми, не отдохнувшими, плохо справляются с поставленными задачами. О пагубном влиянии недосыпания многие из ребят даже не задумываются. Курсанты соблюдают режим дня (в 22:00 у них отбой, в 6:00 – подъем), благодаря чему большинство (91%) высыпается и чувствуют себя отдохнувшими и бодрыми.

Все опрошенные студенты занимаются спортом, испытывая при этом большую физическую и психологическую нагрузку. Ввиду высокой эмоциогенности, характеризующей спортивную деятельность, было интересно выявить, как интернет-среда влияет на эмоциональное состояние спортсменов. Оказалось, что 88% курсантов приходят на тренировку в прекрасном расположении духа. В то же время решающим фактором, формирующим настроение 47% студентов факультета физической культуры, является информация, полученная из интернет-источников.

При возникновении сложностей с эмоциональным состоянием перед соревнованиями 71% курсантов и лишь 49% студентов способны к саморегуляции, и им удается морально настроить себя за короткий промежуток времени. Большинство курсантов военно-транспортного факультета (88%) считают, что режим дня положительно влияет на их настроение и общее состояние. Также 80% полагают, что режим благотворно влияет на качество их сна, а 52% уверены, что вынужденное ограничение гаджетов, в целом, благоприятно влияет на общее состояние их жизнедеятельности.

Итак, проанализировав результаты проведенного анкетного опроса, можно констатировать факт негативного влияния долговременного использования гаджетов на психологическое состояние студентов. Это также подтверждается различными показателями критериев, оценивающих воздействие электронных устройств, у курсантов и студентов, что показано на рисунке.

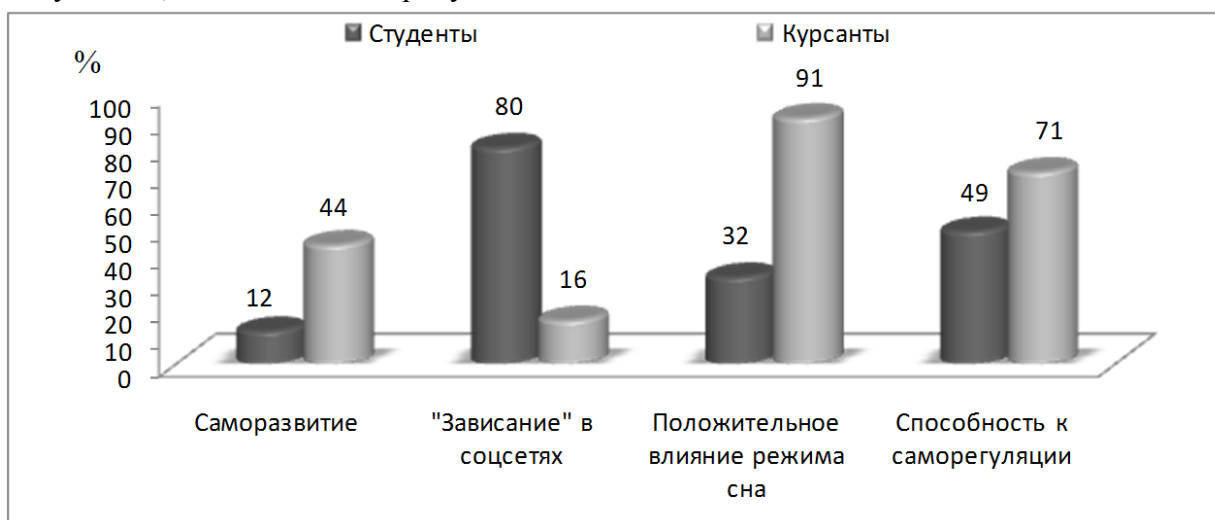


Рисунок. Сравнительный анализ показателей студентов факультета физической культуры и курсантов военных специальностей

Так, стремление к саморазвитию у курсантов на 32% выше, чем у студентов. Анкетированные, у которых ограничено время проведения в гаджетах, «зависают» в соцсетях на 64% меньше, чем студенты, которые имеют безлимитный доступ. Режим дня у курсантов положительно влияет на качество их сна, и 91% курсантов могут «похвастаться» здоровым сном, а у студентов этот показатель ниже на 59%. Способность курсантов к саморегуляции на 22% выше, чем у студентов факультета физической культуры. Данное обстоятельство обуславливается тем, что соблюдение режима дня положительно влияет на психологическое состояние курсантов.

Заключение.

Таким образом, полученные данные позволяют сделать вывод о существенном и возрастающем влиянии гаджетизации на самые важные сферы жизнедеятельности современного человека. Виртуальная среда прочно внедрилась в студенческую и стала ее неотъемлемой частью, заняв прочные позиции по регулированию многих социальных и коммуникационных процессов. По результатам проведенного опроса установлены негативные аспекты воздействия гаджетов на физическое и психологическое состояние студентов. Также выявлено, что курсанты, чье время доступа к Интернету ограничено, практически защищены от номофобии. Спортивная деятельность благоприятно влияет на эмоциональное состояние студентов, улучшает их когнитивные процессы и способствует сохранению психического здоровья молодого поколения в целом.

Литература

1. Измestьева, Н.Н. Клиповое сознание и образовательные технологии: к постановке проблемы / Н.Н. Измestьева // Вестник ИжГТУ имени М.Т. Калашникова. – 2016. – Т. 19, № 1(69). – С. 87–90.
2. Ильченко, С.Н. Как нас обманывают СМИ. Манипуляция информацией. – СПб. : Питер, 2019. – 319 с.
3. Исакова, И.А. Интернет-зависимость как путь к инвалидизации подростков / И.А. Исакова // Инвалиды – инвалидность – инвалидизация : материалы Международной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 27–28 сентября 2018 года. – Нижний Новгород : ООО "Научно-исследовательский социологический центр", 2018. – С. 601–604.
4. Исакова, И.А. Информатизация и гаджетизация современного общества и детства / И.А. Исакова, А.Л. Янак // Цифровой ученый: лаборатория философа. – 2019. – Т. 2, № 1. – С. 131–145. – DOI 10.5840/dspl20192114.
5. Кожедуб, М.С. Взаимосвязь психологического климата в учебной группе с мотивацией студентов к обучению / М.С. Кожедуб // Эпоха науки. – 2021. – № 28. – С. 311–316.
6. Кошель, В.А. «Клиповое мышление» как форма обыденного сознания / В.А. Кошель, А.П. Сегал // Международный академический вестник. – 2015. – № 4(10). – С. 15–23.
7. Лалаева, Е.Ю. Применение цифровых исследований при исследовании дисциплин «Теория и методика избранного вида спорта: спортивная гимнастика» в физкультурном вузе / Е.Ю. Лалаева // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2023. – № 1(43). – С. 151–162.
8. Лякин, А. Константин Эрнст, генеральный директор Первого канала. Москва. Награждение лауреатов премии «Знание» [Электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.1tv.ru/news/2021-12-08/417671> (дата обращения: 08.10.2023).

9. Селиванова, С.Р. Цифровая трансформация коммуникационных процессов сферы физической культуры и спорта / С.Р. Селиванова, Н.В. Стеценко // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2023. – № 3(45). – С. 193–200.

References

1. Izmet`eva, N.N. Klipovoe soznanie i obrazovatel`ny`e tehnologii: k postanovke problemy` / N.N. Izmet`eva // Vestnik IzhGTU imeni M.T. Kalashnikova. – 2016. – Т. 19, № 1(69). – С. 87–90.
2. Il`chenko, C.N. Kak nas obmany`vayut SMI. Manipulyaciya informaciej. – SPb. : Piter, 2019. – 319 s.
3. Isakova, I.A. Internet-zavisimost` kak put` k invalidizacii podrostkov / I.A. Isakova // Invalidy` – invalidnost` – invalidizaciya : materialy` Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii, Nizhnij Novgorod, 27–28 sentyabrya 2018 goda. – Nizhnij Novgorod : OOO "Nauchno-issledovatel`skij sociologicheskij centr", 2018. – С. 601–604.
4. Isakova, I.A. Informatizaciya i gadzhetizaciya sovremennogo obshhestva i detstva / I.A. Isakova, A.L. Yanak // Cifrovoy ucheny`j: laboratoriya filosofa. – 2019. – Т. 2, № 1. – С. 131–145. – DOI 10.5840/dspl20192114.
5. Kozhedub, M.S. Vzaimosvyaz` psixologicheskogo klimata v uchebnoj grupe s motivaciej studentov k obucheniyu / M.S. Kozhedub // E`poxa nauki. – 2021. – № 28. – С. 311–316.
6. Koshel`, V.A. «Klipovoe my`shlenie» kak forma oby`denного soznaniya / V.A. Koshel`, A.P. Segal // Mezhdunarodny`j akademicheskij vestnik. – 2015. – № 4(10). – С. 15–23.
7. Lalaeva, E.Yu. Primenenie cifrovyx issledovaniy pri issledovanii disciplin «Teoriya i metodika izbrannogo vida sporta: sportivnaya gimnastika» v fizkul`turnom vuze / E.Yu. Lalaeva // Fizicheskoe vospitanie i sportivnaya trenirovka. – 2023. – № 1(43). – С. 151–162.
8. Lyakin, A. Konstantin E`rnst, general`ny`j direktor Pervogo kanala. Moskva. Nagrazhdenie laureatov premii «Znanie» [E`lektronny`j resurs] / Rezhim dostupa: <https://www.1tv.ru/news/2021-12-08/417671> (data obrashheniya: 08.10.2023).
9. Selivanova, S.R. Cifrovaya transformaciya kommunikacionny`x processov sfery` fizicheskoy kul`tury` i sporta / S.R. Selivanova, N.V. Stecenko // Fizicheskoe vospitanie i sportivnaya trenirovka. – 2023. – № 3(45). – С. 193–200.

*Статья поступила в редакцию 19.10.23;
одобрена после рецензирования 07.11.23;
принята к публикации 08.11.23.*