

БӨЛІМ: БИОЛОГИЯ

ПРОВЕДЕНИЕ СРАВНИТЕЛЬНОГО АНАЛИЗА ХАРАКТЕРА, ПОВЕДЕНИЯ ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ В ПЕРИОД ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ И В ПЕРИОД ПОСЛЕ 2-Х ЛЕТ

ЖАРИЯЛАНДЫ
24.05.2023СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/139373/>**Сагидоллаева М. А.**

Цель исследования — дать сравнительную оценку изменения характера и поведения питания старшекласников при дистанционном обучении и нормальном формате обучения.

Материалы и методы исследования

Данные для исследовательской работы были собраны в городе Атырау в весенние месяцы 2023 года. Объектами исследования были выбраны учащиеся данной школы в возрасте 15-18 лет. А в опросе, проведенном в 2021 году, участвовало 89 школьников. Это связано с тем, что в 2021 году подготовка магистерской работы проводилась среди учащихся данной школы. Поэтому в процессе продолжения работы наиболее эффективной и удобной группой считается оценка изменения характера питания школьников после 2 лет.

В связи с продолжением магистерской работы в 2023 году, в 2021 году выбранные для изучения школы были проведены в средней школе имени Б. Нысанбаева и школе-гимназии № 35. Подростковый возраст проводился на основе списка, представленного районным отделом образования, а также классными руководителями учащихся 9-11 классов выбранных школ. В исследовании приняли участие мальчики, девочки.

Методы исследования

- информационно-аналитический метод;
- выявлен уровень информированности по питанию среди подростков методом анкетирования;
- реализован метод статистической экспертизы через программы экспертизы

SPSS и EXCELL.

Результаты исследования

Общее количество проведенных исследований составило 92 подростков, 9 классов составило 69,6% (64, 95% СА 58,9-78,5), 10 классов 18,5% (17, 95% СА 11,4-28,2), 11 классов 12% (11, 95% СА 0,64-0,20). По мнению подростков, наиболее рациональным является 3-х сезонное питание 66,3% (61, 95% СА 55,6-75,6). Остальные показатели составили 4 сезонных 23,9% (22, 95% СА 15,9-34,1) и 5 сезонных 9,8% (9, 95% СА 0,48-18,2). Глядя на эти показатели, мы видим, что школьники не придерживаются 5-ти сезонного режима питания, ограничиваются только 3-х сезонным режимом питания. Наибольшее внимание, по мнению подростков, уделили обеду 48% (44, 95% СА 37,4-58,4), отметив правильность употребления пищевого продукта в цветное время, затем 41% (38, 95% СА 31,2-52,05). Отметив эти результаты, мы полностью убедились, что подростки не знают о важности завтрака.

На следующее место, по мнению подростков, было выбрано и обозначено мнение о том, что завтрак во время еды не имеет большого значения, в центре внимания не стоит. Из них был получен ответ о том, что число тех, кто в обязательном порядке употребляет продукты завтрака, составляет 39,10% (36, 95% СА 28,2-49,1), а остальные подростки потребляют лишь в разы 45% (41, 95% СА 41,9 — 63,3). Согласно установленному ответу, нами установлено, что школьники не полностью знакомы с источниками информации о важности завтрака. По вопросу о том, какой вид пищи использовать для продуктов завтрака, 50% (46, 95% СА 39,4-60,5) употребляют яйца, мясо, молочные продукты, а остальные 43% (40, 95% СА 33,3-54,2) употребляют каши, плодово-ягодные продукты. Был получен ответ о том, что 68,5% подростков (63, 95% СА 57,8-77,5), отмечавших, что обед является важным сезоном в питании, употребляли жидкую пищу и двусмысленную пищу по-разному, а остальные 16,3% (14, 95% СА 0, 88-24, 5) Обязательно употребляли вторичную пищу.

В ходе дистанционного обучения мы получили ответы об изменении режима питания у 45,7% (42, 95% СА 35,3-56,3) участников опроса, учащихся школ и 45,7% (42, 95% СА 35,3-56,3) остались прежними. По мнению подростков, характер питания также значительно изменился в ходе дистанционного обучения на 40,2% (37, 95% СА 30,2-50,9).

Кроме того, мы были знакомы с подходами не только к закускам, но и к типам блюд быстрого приготовления, к частоте употребления таких продуктов, как суши, пицца, гамбургеры. Мы получили ответ, что 36% (33, 95% СА 26,3-46,6) потребляли нормально один раз в месяц, 30% (28, 95% СА 21,4-41,02) потребляли редко один раз в 3 месяца и 26% (24, 95% са 17,7-36,4) потребляли чаще. Число подростков, которые вообще не употребляли, составило всего 8% (7, 95% СА 0,33-15,5). По результатам вопроса мы

выяснили, что у подростков высокая одержимость продуктами быстрого приготовления, преобладает зависимость.

В результате выявления изменения хода дистанционного обучения в весе учащихся школ мы наблюдали, что подавляющее большинство из них сохранило неизменный вес 62% (57,95% СА51,2-71, 7), а остальные 33% (30, 95% СА 23,4-43,2).

Подводя итоги опроса, мы решили обобщить вопросительное отношение подростков к образу жизни, определив уровень знаний о том, как вести опрошенный образ жизни. Согласно полученному результату, количество подростков, которые следуют, составило 43,5% (40, 95% СА 33,3-54,2), а количество учащихся школ, которые не следуют, составило 45,7% (42, 95% СА 35,3-56,3).

Заключение

1. Правильное питание обеспечивает ребенка всеми необходимыми питательными веществами и энергией в оптимальном количестве, способствует укреплению здоровья и профилактике заболеваний. Это также необходимо для обеспечения нормальной физической и умственной работоспособности, повышения способности к обучению и улучшения успеваемости в школе.
2. Из 92 учащихся, принявших участие в опросе по заданному вопросу, почти 50%, то есть 42 подростка ответили об изменении режима питания, а при дистанционном формате обучения количество учащихся, у которых изменился режим питания, составило 53%, 46 учащихся. При этом об изменении характера питания подтвердили более половины-52,9%, то есть 55 подростков. А в 2021 году количество учащихся с изменением характера питания подтвердило 40,2%.
3. В ходе дистанционного обучения среди подростков школьного возраста мы убедились, что нарушения пищевого поведения (40-44%), несвоевременное потребление завтрака (7%), повышение уровня потребления закусок(10,7%) проявились у школьников.
4. В первую очередь отмечено своевременное поступление в организм подростков необходимых нутриентов и их недостаточность (63,4%). Причина-несоблюдение подростками режима питания в процессе дистанционного обучения, халатное отношение к пищевому поведению.

Использованная литература

1. Du Toit A. Outbreak of a novel coronavirus // Nat. Rev. Microbiol. 2020. Vol. 18, N 3. P. 123.
2. Wang W., Tang J, Wei F. Updated understanding of the outbreak of 2019 novel

- coronavirus (2019-nCoV) in Wuhan, China // J. Med. Virol. 2020. Vol. 92, N 4. P. 441-447.
3. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
 4. URL: <http://viro-logical.org/t/novel-2019-coronavirus-genome/319>; Wuhan-Hu-1, GenBank accessionNo.MN908947.
 5. WHO Coronavirus disease (COVID-19) outbreak. URL: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>.
 6. Ramaiah A., Arumugaswami V. Insights into cross-species evolution of novel human coronavirus 2019-nCoV and defining immune determinants for vaccine development // bioRxiv. 2020 Jan 1.
 7. Cui J., Li F., Shi Z.L. Origin and evolution of pathogenic coronaviruses // Nat. Rev. Microbiol. 2019. Vol. 17, N 3. P. 181-192.
 8. Woo P.C.Y., Lau S.K.P., Lam C.S.F. et al. Discovery of seven novel mammalian and avian coronaviruses in the genus delta-coronavirus supports bat coronaviruses as the gene source of alpha-coronavirus and betacoronavirus and avian coronaviruses as the gene source of gamma-coronavirus and delta-coronavirus // J. Virol. 2012. Vol. 86, N 7. P. 3995-4008.
 9. Lee N., Hui D., Wu A. et al. A major outbreak of severe acute respiratory syndrome in Hong Kong // N. Engl. J. Med. 2003. Vol. 348, N 20. P. 1986-1994.
 10. Lu R., Zhao X., Li J., Niu P. et al. Genomic characterisation and epidemiology of 2019 novel coronavirus: implications for virus origins and receptor binding // Lancet. 2020. Vol. 395, N 10 224. P. 565-574.
 11. Sevajol M., Subissi L., Decroly E. et al. Review Insights into RNA synthesis, capping, and proofreading mechanisms of SARS-coronavirus // Virus Res. 2014. Vol. 194. P. 90-99.
 12. Shi H., Han X., Jiang N. et al. Radiological findings from 81 patients with COVID-19 pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study // Lancet Infect. Dis. 2020. Vol. 20, N 4. P. 425-434.
 13. Yi Y., Lagniton P.N.P., Ye S., Li E., Xu R.H. COVID-19: what has been learned and to be learned about the novel coronavirus disease // Int. J. Biol. Sci. 2020. Vol. 16, N 10. P. 1753-1766.
 14. Huang C., Wang Y., Li X. et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China // Lancet. 2020. Vol. 395, N 10 223. P. 497-506.
 15. CHANGDE-NHC: Epidemic Bulletin. URL: http://wjw.changde.gov.cn/zhdw/wjdt/content_720891.
 16. Широбоков В. П. Медицинская микробиология, вирусология и иммунология. Винница : Нова Книга, 2015. С. 504-505.

17. Широбоков В. П. Медицинская микробиология, вирусология и иммунология.
Винница : Нова Книга, 2015. С. 504–505.

ҚМ АА Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.