

## Отчет

о проведении профориентационной работы среди школьников 9-го,10-го, 11-го класса в учебно-воспитательном комплексе школы-гимназии №38 им. Райкана Шукурбекова

**Научный руководитель** Кыргызско-Российского Славянского Университета :старший преподаватель кафедры физики, медицинской информатики и биологии - **Калимова Нурима Маджитовна**

**Студенты КРСУ:**

1. Акимова Лейла – Пд 4-24
2. Бакриева Диляра – Пд 4-24
3. Тюреканова Айгерим- Пд 4-24

**Научный руководитель** Кыргызской Государственной Академии им.И.К.Ахунбаева: к.б.н доцент кафедры медицинской биологии, генетики и паразитологии **Солтобаева Жаныл Осмонбековна**

**Студенты КГМА:**

1. Айдыралиева Сайка 31 группа лд2
2. Муханбет кызы Медина 31 группа лд2

**23 января 2025 года** студенты КРСУ и КГМА вместе с научными руководителями прибыли в 8:00 в учебно-воспитательный комплекс школы-гимназии №38 им. Райкана Шукурбекова для проведения профориентационной работы для школьников 9-го, 10-го,11-го классов.

Каждому классу рассказывали отдельно, но программа была одинаковая;

- Студентки КРСУ Акимова Лейла Пд 4-24, Бакриева Диляра Пд-4-24 прочитали профориентационную лекцию на русском языке на тему **«Кыргызско-Российский Славянский Университет»**
- Студентки КГМА Айдыралиева Сайка 31 группа лд2, Муханбет кызы Медина 31 группа лд2 прочитали профориентационную лекцию на русском языке на тему **"Кыргызская Государственная Академия им.И.К.Ахунбаева "**
- Студентки КРСУ Акимова Лейла Пд 4-24, Бакриева Диляра Пд-4-24 прочитали лекцию на русском языке на тему **«Цифровая зависимость и пути борьбы с ней.»**
- Акимова Лейла Пд-4-24, Бакриева Диляра Пд 4-24 провели викторину на закрепление информации, полученную от лекции
- Тюреканова Айгерим Пд-4-24 подвела итоги
- Бакриева Диляра Пд 4-24 вручила грамоты на 1,2,3 место
- Акимова Лейла Пд 4-24 раздала призы
- Выдали информационные листы на тему **«Цифровая зависимость»**

Ученики внимательно слушали студентов и активно участвовали в данном мероприятии. Далее после прочтения презентаций, ученики задавали интересующие их вопросы.

# Информационный буклет на тему «Цифровая зависимость»

Составители: ст. преподаватель Калимова Н.М. Кафедра физики, медицинской информатики и биологии. Медицинский факультет КРСУ (2025)

## Цифровая зависимость



**Цифровая зависимость** - Психологическое расстройство, выражающееся в чрезмерном увлечении цифровыми устройствами (смартфоны, компьютеры, игровые консоли), что приводит к нарушению социальной, эмоциональной и физической жизни.



### ПРИЗНАКИ

- Постоянное желание проверить телефон или социальные сети
- Потеря интереса к реальной жизни, увлечение виртуальной.
- Нарушения сна из-за использования гаджетов перед сном.
- Снижение концентрации и продуктивности.
- Раздражительность при ограничении доступа к устройствам.



Нарушения психического здоровья: тревожность, депрессия.  
Проблемы с физическим здоровьем: ухудшение зрения, боли в шее и спине, ожирение.  
Социальная изоляция и проблемы в межличностных отношениях.

### ПОСЛЕДСТВИЯ

### ПРОФИЛАКТИКА

1. Устанавливайте временные ограничения на использование гаджетов.
2. Делайте перерывы в работе с устройствами каждые 1-2 часа.
3. Замените время в сети на хобби или спорт.
4. Отключайте уведомления в социальных сетях, чтобы снизить их влияние.
5. Обсуждайте проблему с близкими, формируйте здоровые привычки в семье.



**“Цифровой мир должен дополнять жизнь, а не заменять её.”**

Студенты: Акимова Лейла, Бакриева Диляра  
Группа: Пдд-24

## Ученики 9-го,10-го и 11- го класса



## Студентки Акимова Лейла и Бакриева Дилара прочитали лекцию «Цифровая зависимость»



## Провели игры и вручили призы



## Выдали информационные листки

