

АРХІТЭКТАР НА ТЫДЗЕНЬ

Новая анлайн-платформа дазволіць дзецям папрактыкавацца ў любой прафесіі

Як школьніку вызначыцца з будучай прафесіяй? Даверыцца меркаванню сяброў, маніторыць праходныя балы на розныя спецыяльнасці або змірыцца з выбарам бацькоў? Студэнты Беларускага дзяржаўнага ўніверсітэта распрацавалі анлайн-платформу CanBe, якая дазволіць паспрабаваць сябе ў любой прафесіі.

У камандзе — шэсць чалавек: Ілья Мельнік, Алена Давыдчык, Уладзімір і Цімафей Квачы, Максім Масарноўскі і Сяргей Каравай. Усе з факультэта сацыякультурных камунікацый (спецыяльнасць «Прыкладная інфарматыка. Вэб-праграмаванне і камп'ютарны дызайн»).

Чаму ўзнікла ідэя менавіта такога праекта? Ёсць інфармацыя, што кожны другі беларус расчараваны ў атрыманай ім спецыяльнасці. Гэта звязана з тым, што выбар будучай прафесіі выпадае на падлеткавы ўзрост і засноўваецца пераважна на колькасці нулёў у заробку і грамадскай думцы. Школьнікі робяць важны крок у жыцці не заўсёды асэнсавана.

Распрацоўшчыкі праекта па сабе ведаюць, як няпроста вызначыцца з будучым месцам вучобы і працы.

— Я выбіраю хутчэй не прафесію, а спецыяльнасць у ВУ, — кажа Алена. — У гэтым і заключаецца праблема. На пытанне «Кім ты хочаш быць?» я не магла даць канкрэтны адказ. Выбар профілю «фізіят» быў зроблены яшчэ ў 9-м класе, бо з фізікай і матэматыкай у мяне было ўсё добра. Са спецыяльнасцяў, дзе патрабаваліся гэтыя прадметы, шукала тую, на якой будзе пры-

сутнічаць хоць крыху творчасці. Некаторыя з членаў каманды падчас вучобы зразумелі, што хочучы развівацца ў іншай сферы. Напрыклад, Ілья, якому ў школе лёгка давалася інфарматыка, збіраецца працаваць не праграмістам, а відэаграфам, а Сяргей — падацца ў маркетынг.

Са сваёй ідэяй студэнты вырашылі паўдзельнічаць у хакатоне сацыяльных праектаў проста з любові да такіх мерапрыемстваў і спартыўнага інтарэсу (хакатон — гэта «марафон розумаў», дзе спецыялісты з розных сфер разам працуюць над рашэннем нейкай праблемы). А ў выніку сталі фіналістамі конкурсу Social Weekend і атрымалі спонсарскую дапамогу — дзве тысячы рублёў.

Ідэя CanBe заключаецца ў правядзенні тэматычных тыдняў і знаёмстве з нюансамі пэўнай прафесіі. Карыстальнікі анлайн-платформы зможа пачытаць інфармацыю аб спецыяльнасці, паглядзець відэаролік і нават адправіцца ў віртуальную экскурсію, каб паглыбіцца ў рабочую атмасферу. Плюс школьнікам



Каманда праекта.

прагануць наведаць практычныя заняткі — правесці два дні на прадрпрыемстве.

У сакавіку прайшлі пробныя заняткі па прафесіі «крэатыўны дырэктар». А першы тэматычны тыдзень запланаваны на 12—18 чэрвеня. Падчас яго падлеткаў пазнаёмяць з абавязкамі маркетолога. А на выхадныя (17—18 чэрвеня) запрасяць

папрактыкавацца ў мастацтве прасоўвання тавараў у адну з беларускіх абутковых сетак.

У найбліжэйшы час будуць арганізаваны таксама тэматычныя тыдні, прысвечаныя прафесіям журналіста і HR-спецыяліста. У планах — эканаміст, прадзюсар, гукарэжысёр, архітэктар, спецыяліст па нейронных сетках, футуролаг, канструктар робатаў.

— Цяпер мы шукаем тых, хто гатовы правесці практычныя заняткі і падзяліцца ведамі і вопытам са школьнікамі, — кажуць студэнты.

Свой праект яны пачалі рухаць як валанцёры, але ў будучым спадзяюцца яго манетызаваць. Зарабляць, напрыклад, на рэкламе адукацыйных рэсурсаў, шукаць партнёраў. Некаторыя паслугі анлайн-платформы (практычныя заняткі і карту шляхоў развіцця прафесіі) зробяць платнымі. Пры гэтым кошт будзе супастаўляльны з паходам у тэатр ці кавярню.

Паўнацэнны запуск сайта прызначаны на 1 верасня.
Наталля ЛУБНЕЎСКАЯ.
lubneuskaya@zviazda.by



На першых занятках падлеткі спрабавалі сябе ў ролі крэатыўнага дырэктара.

ДВА «ВЫСТРАЛЫ» БЕЗ ПРОМАХАЎ

Праект «Смартфон новага пакалення iPhone» адзінаццацікласніка са сярэдняй школы №11 Уладзіслава Гадалава заваяваў трэцяе месца на міжнародным конкурсе навукова-даследчых праектаў для школьнікаў Intel International Science and Engineering Fair 2017 у Лос-Анджэлесе.

Каманда юных даследчыкаў з Беларусі — пераможцаў конкурсу Belarus Science and Engineering Fair — пяты раз прывозіць прызы і

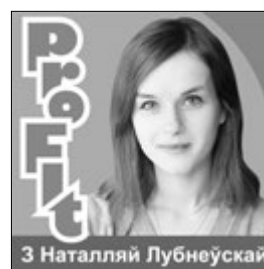
дыпламы з гэтага прэстыжнага конкурсу. Сёлета ўдзел у інтэлектуальных спаборніцтвах прынялі больш за 1 700 школьнікаў з 78 краін свету. Прызавы фонд конкурсу складае не менш як 3 мільёны долараў. На сусветным фінале праекты ацэньваюць больш як 1200 членаў журы, прызнаных прафесіяналаў у сваіх сферах, у тым ліку і лаўрэаты Нобелеўскай прэміі, а таксама вядучыя супрацоўнікі кампаніі Intel і многіх іншых кампаній і агенцтваў. Колькасць наведвальнікаў конкурсу перавышае 10 тысяч чалавек штогод.

Уладзіслаў прывёз у ЗША смартфон новага пакалення iPhone, галоўная перавага якога заключаецца ў рабоце прылады праз аддалены доступ, што стварае высокую ступень бяспекі і адкрывае новыя ўнікальныя магчымасці. Свой праект ён рыхтаваў пад кіраўніцтвам школьнага настаўніка інфарматыкі Уладзіміра Жука. Акрамя дыплама 3-й ступені, работа хлопца была адзначана таксама спецыяльным прызам карпарацыі Oracle — найбуйнейшага вытворцы праграмага забеспячэння ў свеце, пастаўшчыка сервернага абсталявання. Два гады таму Уладзіслаў таксама быў фіналістам Intel ISEF, а яго праект «Сістэма бяспекі Artemis Web Security» атрымаў спецыяльны прыз ад найбуйнейшага ў свеце рэгістратара даменных імёнаў GoDaddy.

Беларусь у Лос-Анджэлесе прадстаўляла таксама вучаніца 10-га класа гімназіі №1 з Жодзіна Аляксандра Кахавец. Дзяўчына прэзентавала журы сваё даследаванне «Сумнік як перспектыўная сыравіна для нацыянальнай фармакалогіі і энергетыкі».

Арганізатарамі конкурсу Belarus Science and Engineering Fair выступаюць Парк высокіх тэхналогій, упраўленне адукацыі Мінскага аблвыканкама, Мінскі абласны інстытут развіцця адукацыі і карпарацыя Intel. У 2017 годзе на рэспубліканскі конкурс было прадстаўлена больш як 137 навуковых і інжынерных работ навучэнцаў з усіх рэгіёнаў Беларусі. У фінал выйшлі 48 работ.

Надзея НИКАЛАЕВА.
nikalaeva@zviazda.by



МАРАФОН ПАХУДЗЕННЯ

Ёсць у беларусаў традыцыя — худзец да лета. Абанемента на фітнес у гэты час разлітаюцца, як гарачыя піражкі ў студэнцкім буфэце, а яблыкі і агуркі становяцца самымі запатрабаванымі прадуктамі. А вы не задумваліся: чаму худзец даводзіцца да кожнага лета? Чаму нельга гэта зрабіць раз і назаўсёды?

Знаёмы нядаўна падзяліўся разважаннем. Ёсць дзве мадэлі паводзінаў: заходняя (папулярная ў нас), дзе галоўнае — мэта, і ўсходняя, дзе важны сам працэс. Дык вось калі справа датычыцца прыгожага цела, лепш прытрымлівацца апошняй. Статыстыка толькі пацвярджае гэту тэорыю. Арганізацыя эканамічнага супрацоўніцтва і развіцця нядаўна назвала краіны з самай вялікай колькасцю жыхароў з атлусценнем. Лідарам рэйтыngu сталі ЗША: 38 працэнтаў амерыканцаў маюць праблемы з залішняй вагай. А найменшы працэнт (усяго толькі 3,7) грамадзян з атлусценнем — у Японіі.

Краіна ўзыходзячага сонца ўвогуле наватар у сферы фітнесу. Пра метады «табата» чулі? Заняткі па гэтай метадыцы доўжацца ўсяго чатыры хвіліны. А яшчэ ў Японіі ёсць фітнес для... немаўлят (кліентам можна стаць ужо ў паўтарамесячным узросце).

З іншага боку, не той клімат у нас, каб дазволіць сабе ўвесць год быць худым. (Жарт у тэму: «Паглядзім яшчэ, што за лета. Можна, не варта худзец?».) Зімой без лішніх кілаграмаў у мароз не вытрымаеш. Дый дыетологі раяць у халодны час года ўключыць у меню сытныя і тлустыя стравы. Можна, не ў такой колькасці, як мы гэта робім, але... А выйсці на прабежку ў дождж і вецер хто адважыцца? Гэта вам не сонечнае марское ўзбярэжжа. Жылі б мы каля акіяна, таксама, магчыма, кожную раніцу пачыналі б з фізкультуры.

А вось як толькі цацяплела, самы час прыгадаць, што актыўны лад жыцця — гэта не толькі кароткія перабежкі ад канапы да халадзільніка і назад. Тым больш магчымасцяў вакол нас — безліч. Варкаўт спрабавалі? У парку імя Марата Казея ў Мінску якраз амаль штодзень праводзяць трэнеры ў кіраўніцтвам інструктараў. У будныя дні (акрамя панядзелка і серады) з 18.00, у выхадныя — з 15.00.

Бясplatныя трэнерыкі прапануе міжнародная фітнес-супольнасць Nike+ Training Club. Аматараў спорту чакаюць па нядзелях. Адзінае — патрэбна папярэдняе рэгістрацыя. Каб не «праспаць» яе, лепш падпісацца на навіны супольнасці: месцы ў зале расхопліваюць за 10 хвілін!

У трэнажоркі летам, дарэчы, ёсць свой плюс. Будзе, дзе памыцца, калі адключаць гарачую ваду. А што, добрая матывацыя — два тыдні без гарачай вады абяцаюць стаць самымі спартыўнымі ў годзе.

Калі сілавая трэнерыкі і бег — гэта не ваша, а быць зграбным хочацца, можна проста часцей адпраўляцца на шпацыр. Каб заставацца здаровым, у дзень рэкамендуецца праходзіць 10 тысяч крокаў. У сярэднім гэта каля пяці-сямі кіламетраў. Не абавязкова пераадольваць іх за раз. У інтэрнэце мужчына падзяліўся вынікамі свайго эксперымента. Спачатку ён правёў працоўны дзень з мінімумам рухаў: рэдкія паходы да кабінета начальніка, ліфт, вечар за камп'ютарам. У выніку — пяць тысяч крокаў. На другі дзень ён дадаў зарадку, шпацыр у абыд і перад сном, а ліфт замяніў прыступкамі. Усяго толькі. За суткі атрымалася 11 тысяч крокаў. Так што быць актыўным кожны дзень цалкам рэальна.

Ёсць яшчэ добрая навіна для дзяўчат, якія мараць сесці на шпагат. Лета — ідэальны час для заняткаў стрэтчынгам. Бо ў цёплы час (і пасля добрага адпачынку) мышцы расцягваюцца лепш. Удзяліце расцяжцы хоць бы 10 хвілін тры разы на тыдзень — і ў канцы жніўня адчуецца сябе гімнасткай.

Калі ж да гэтага лета пахудзецца не паспелі — не адчайвайцеся. Далучыцеся да «марафона» ў наступным годзе. Паверце, удзельнічаў меней не стане. Бо ўсходняя філасофія — добра, але свае традыцыі мацнейшыя.