

## **Влияние времени проведения занятий на концентрацию внимания у студентов**

*Сукач Артур Вадимович, Жуковская Татьяна Викторовна*

*Белорусский государственный медицинский университет, Минск*

*Научный(-е) руководитель(-и) – кандидат биологических наук, доцент Замбржицкий Олег Николаевич, Белорусский государственный медицинский университет, Минск*

### **Введение**

Сегодня проблемы, связанные с развитием внимания у студентов, вызывают беспокойство и у педагогов, и у психологов. Внимание - это важнейшее качество человека, которое характеризует процесс отбора нужной информации и отбрасывание лишней. В человеческий мозг ежесекундно поступают тысячи сигналов из внешнего мира. Если бы не существовало внимания (своеобразного фильтра), то наш мозг не смог бы избежать перегрузки.

### **Цель исследования**

Определить влияние длительности проведения занятий на концентрацию внимания у студентов.

### **Материалы и методы**

Для определения степени сосредоточенности внимания студентов мы применили так называемый «тест Струпа», в котором использовали тексты (слова) напечатанные черными и отличными от черного (цветными) чернилами. Отмечали время (сек), затраченное испытуемыми на чтение черных и цветных слов, а также количество сделанных ими ошибок в начале и конце учебного занятия.

### **Результаты**

Установили, что время затраченное студентами на чтение цветных слов в начале занятия, в 2 – 2,5 раза больше, чем время, затраченное на чтение черных слов. Эти показатели увеличиваются в 3 – 3,5 раза в конце занятия, причем, до 50% испытуемых совершают от 1 до 6 ошибок при чтении текста.

### **Выводы**

Время проведения занятий и комфортность визуальной среды в учебных классах оказывают воздействие на психологическое самочувствие студентов, показатели концентрации их внимания и работоспособности. Проведение учебного занятия по общей гигиене длительностью (5 часов) нецелесообразно.