

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.