

Динамика умственной работоспособности студентов 2 курса Белорусского государственного медицинского университета

Калевич Анна Александровна, Костеневич Юлия Дмитриевна

Белорусский государственный медицинский университет, Минск

*Научный(-е) руководитель(-и) Гантарь Марина Игоревна, Белорусский
государственный медицинский университет, Минск*

Введение

Изучение динамики умственной работоспособности студентов видится необходимым для оптимизации режима обучения и воспитания, для разработки мер по активному целенаправленному влиянию на развитие обучающихся, повышению их работоспособности и функциональных возможностей основных физиологических систем.

Цель исследования

Изучить динамику умственной работоспособности студентов 2-го курса Белорусского государственного медицинского университета.

Материалы и методы

Исследование умственной работоспособности проводилось при помощи корректурных буквенных проб Анфимова. Для исследования объема и скорости переработки зрительной информации использовались таблицы с кольцами Ландольта. Уровень умственной работоспособности и его изменение в динамике учебной деятельности определялись по методу Э.Крепелина, взаимосвязь между вниманием и работоспособностью – с помощью методики В.Некрасова.

Результаты

Анализ полученных данных показал, что: в течение учебного дня наблюдается снижение уровня умственной работоспособности (от первого к третьему занятию). Причем, от первого ко второму занятию происходило увеличение количественных показателей концентрации внимания, объема и скорости переработки зрительной информации. Концентрация внимания достигает своих максимальных значений во второй половине первого учебного занятия. Скорость переработки, объем зрительной информации максимально возрастают к началу второго занятия; в течение недели умственная работоспособность во вторник и среду повышается, а затем начинает постепенно снижаться к субботе. Аналогичные изменения происходят с показателями скорости переработки и объема зрительной информации; в течение семестра наблюдается постепенное повышение умственной работоспособности на протяжении двух первых месяцев семестра, достигнув своего максимума в начале ноября, после чего наблюдается снижение концентрации внимания, увеличение количества допущенных ошибок от середины к концу семестра. Скорость переработки информации достигает своего максимума в начале октября, объем зрительной информации – наибольших показателей во второй половине семестра и достигает своего пика в начале декабря.

Выводы

Изучение динамики умственной работоспособности студентов в течение дня, недели, семестра, анализ ее комплексной оценки по совокупности показателей позволяет считать десятичасовую учебную нагрузку в сочетании с временем необходимым на самоподготовки предельной, превышение которой приводит к выраженному напряжению основных физиологических систем.