

А. В. Сукач, Т. В. Жуковская
**ВЛИЯНИЕ ВРЕМЕНИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ НА КОНЦЕНТРАЦИЮ
ВНИМАНИЯ У СТУДЕНТОВ**

Научный руководитель канд. биол. наук, доц. О. Н. Замбржицкий
Кафедра общей гигиены,
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Резюме. *Внимание - это важнейшее качество человека, которое характеризует процесс отбора нужной информации и отбрасывание лишней. Если бы не существовало внимания (своеобразного фильтра), то наш мозг не смог бы избежать перегрузки. Поэтому в нашей работе мы занялись вопросами концентрации внимания у студентов.*

Ключевые слова: *тест, Струп, время, внимание, студенты.*

Resume. *Attention - this is the most important quality of a person, which characterizes the process of selecting the right information and discard unnecessary. If there were no focus (a kind of filter), then our brains would not be able to avoid overload. Therefore, in our work we do in the millet attention span of the students.*

Keywords: *test, Stroop, time, attention, students.*

Актуальность. 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 каждую секунду поступают тысячи сигналов из внешнего мира. Если бы не существовало внимания (своеобразного фильтра), то наш мозг не смог бы избежать перегрузки.

Цель: определить влияние длительности проведения занятий на концентрацию внимания у студентов.

Задачи:

1. Определить степень сосредоточенности студентов во время занятий, путём специализированного тестирования.
2. Проанализировать результаты данного тестирования.
3. Сделать выводы на основании анализа полученных данных.
4. Дать собственные рекомендации.

Материал и методы. Для определения степени сосредоточенности внимания

студентов мы выбрали так называемый «тест Струпа». Нами применен классический вариант теста. Студентам было предложено прочитать два варианта текста. В первом варианте испытуемым предлагалось прочитать текст напечатанный черными чернилами. Во втором варианте названия слов были напечатаны цветными чернилами, отличными от истинного названия цвета. Мы фиксировали время прочтения черных и цветных строк, а также отмечали количество ошибок, сделанное испытуемым во время прочтения текстов. Исследования проводили в начале и в конце пятичасового занятия. В эксперименте приняли участие 3 группы испытуемых: группа 1 – студенты 2 курса медико-профилактического факультета в количестве 75 человек; группа 2 – студенты 5 курса медико-профилактического факультета в количестве 47 человек; группа 3 – студенты 6 курса медико-профилактического факультета в количестве 20 человек. Общее количество испытуемых 142 человека.

Результаты и их обсуждение. Установлено, что время прочтения чёрных слов в конце занятия больше, чем время прочтения в начале у 46,25 % испытуемых. Время прочтения чёрных слов в конце занятия равно времени прочтения чёрных слов в начале занятия у 27,9 % испытуемых. Время обработки прочтения чёрных слов в конце занятия меньше времени прочтения чёрных слов в начале занятия у 25,85 % испытуемых. Время прочтения цветных слов в конце занятия больше, чем время прочтения цветных слов в начале занятия у 68,16 % испытуемых. Время прочтения цветных слов в конце занятия равно времени прочтения цветных слов в начале занятия у 8,84 % испытуемых. Время прочтения цветных слов в конце занятия, меньше времени прочтения цветных слов в начале занятия у 23 % испытуемых. Исходя из выше перечисленного, нами было установлено, что в каждой группе прослеживается увеличение времени чтения как чёрного, так и цветного текста в конце занятия, а также увеличение количества ошибок, совершённых в конце занятия. Что свидетельствует о снижении внимания в конце пятичасового занятия у студентов 2-го, 5-го и 6-го курсов. Исходя из полученных данных, мы выяснили, что время прочтения, как цветного, так и чёрного текста, у испытуемых 2 и 3 групп, в 1,1 – 1,2 раза больше, чем время, затраченное испытуемыми 1 группы, как в начале, так и в конце занятия, однако количество ошибок, наоборот, у 1 группы в 1,3 – 2,4 раза больше количества таковых у групп 2 и 3. Установили, что время, затраченное студентами на чтение цветных слов в начале занятия, в 2,2 раза больше, чем время, затраченное на чтение черных слов. Время, затраченное на чтение чёрных слов в конце занятия, в среднем на 0,2 секунды больше, чем в начале. А время, затраченное на чтение цветных слов в конце занятия, в среднем на 1,5 секунды больше, чем в начале. Причем, до 81% испытуемых совершают от 1 до 6 ошибок при чтении текста. Из которых, при чтении чёрных слов в конце занятия, в среднем на 0,4 ошибки больше, чем в начале. А при чтении цветных слов в конце занятия, на 1 ошибку больше, чем в начале.

Выводы:

1. Время проведения занятий и комфортность визуальной среды в учебных

классах оказывают воздействие на психологическое самочувствие студентов, показатели концентрации их внимания и работоспособности, об этом свидетельствует снижение времени, затраченного испытуемыми на прочтение чёрного и цветного текстов в конце пятичасового занятия, а также увеличение количества ошибок при прочтении испытуемыми текста в конце пятичасового занятия.

2. Проведение учебного занятия по общей гигиене длительностью (5 часов) нецелесообразно.

3. Для увеличения показателей концентрации внимания студентов и их работоспособности на протяжении всего занятия, рекомендуем внести корректировки в учебный план.

A. V. Sukach, T. V. Zhukovskaya
EFFECT OF TIME OF CLASSES FOR STUDENTS CONCENTRATION
Tutor associate professor O. N. Zambrzhitsky
Department of General Hygiene,
Belarusian State Medical University, Minsk

Литература

1. Гамезо, М.В. Атлас по психологии: Информ.-метод. пособие курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 276 с.
2. Лурия, А.Р. Лекции по общей психологии / А.Р. Лурия. – СПб.: Питер, 2012. – 320 с.
3. Психология: Учебник для педагогических вузов / Под ред. Б.А. Сосновского. – М.: Издательство Юрайт; ИД Юрайт, 2010. – 660 с.
4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии, 2-е изд. / С.Л. Рубинштейн – СПб.: Питер, 2002. – 720 с. – (Серия «Мастера психологии»).
5. Столяренко, Д. Д. Основы психологии. Ростов н / Д: Издательство «Феникс», 1997. — 736 с.