

УДК 614

***ВЛИЯНИЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ ОБСТАНОВКИ НА
РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА.***

Бадыкова А. Л.

Студент

Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Барышева М. М.

Студент

Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Толмачёв Д. А.

Доктор медицинских наук, доцент,

Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Аннотация.

В данной статье рассматривается влияние окружающей обстановки на работоспособность студентов медицинского Вуза. Целью нашего исследования является анализ факторов, воздействующих на концентрацию внимания, сосредоточение на учебной работе студентов медиков. По результатам анонимного анкетирования было выявлено, что у 73,8% опрошенных работоспособность в течение дня находится на среднем уровне. На вопрос о создании рабочего пространства 63,4% учащихся предпочитают чистоту и

минимализм. На вопрос про степень эффективности обучения с другими людьми 52,4% считают оптимальным сочетание группового и индивидуального обучения.

В настоящее время наиболее остро стоит вопрос о повышении умственной работоспособности студентов при сохранении их нервно-психического здоровья.

Ключевые слова: умственная работоспособность, студенты, концентрация внимания, исследование, проблема.

***INFLUENCE OF THE ENVIRONMENT ON THE PERFORMANCE OF
MEDICAL STUDENTS.***

Badykova A. L.

student,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Barysheva M. M.

student,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Tolmachev D. A.

Speaker of Medical Sciences, Associate Professor,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Abstract: This article examines the impact of the environment on the performance of medical students. The purpose of our study is to analyze the factors affecting concentration and focus on academic work of medical students. According to the results of an anonymous survey, it was found that 73.8% of respondents have an average performance level during the day. When asked about creating a workspace, 63.4% of students prefer cleanliness and minimalism. When asked about the effectiveness of learning with other people, 52.4% consider a combination of group and individual learning to be optimal.

Currently, the most pressing issue is how to improve student's mental performance while maintaining their mental health.

Key words: mental performance, students, concentration, research, problem.

Актуальность.

Проблема поддержания умственной работоспособности и концентрации внимания студентов становится всё более актуальной с каждым днем. [7] Неправильное создание окружающей обстановки приводит к быстрой утомляемости, снижению сосредоточения и мотивации, неусидчивости.[5]

Образ жизни студентов подразумевает активную учебную деятельность. [6] Её необходимо поддерживать на должном уровне. [1,3] В настоящее время наиболее остро стоит вопрос о повышении умственной работоспособности студентов при сохранении здоровья. [2,4].

Материалы и методы исследования.

Для достижения предложенной цели был проведен анонимный опрос среди 252 студентов 4 курса Ижевской государственной медицинской академии.

Результаты исследования.

Нами проведено исследование, в котором участвовали студенты 4 курса медицинского Вуза. По результатам опроса, было выявлено, что у 73,8% опрошенных работоспособность в течение дня находится на среднем уровне. 23,8% людей оценили свою работоспособность высокой и 2,4% низкой.

На вопрос о том, мешает ли фоновый шум при сосредоточении на учебной работе, 52,4% ответили, что всё зависит от вида шума (включённый телевизор, разговоры одногруппников). 21,4% опрошенных могут легко сосредоточиться на своей работе даже если есть фоновый шум, а 26,2% необходима полная тишина.

Среди опрошенных студентов 85,7% легче всего сконцентрироваться сидя за своим рабочим столом. Практически каждый третий (35,7%) опрошенный предпочитает заниматься сидя на кровати, 26,2% лёжа на кровати и 11,9% в пекарне или кофейне.

Иногородние студенты отметили, что в общежитии/на квартире в городе Вуза им проще сосредоточиться на своей учебной работе (52,4%), тогда как 16,7% лучше заниматься дома в родном городе. Родом из Ижевска оказались 31,0% опрошенных.

На вопрос о создании рабочего пространства 64,3% учащихся предпочитают чистоту и минимализм, тогда как 35,7% выбирают творческий беспорядок, который придаёт им больше сил и мотивации.

Половина опрошенных (50,0%) пробовали учиться на улице, но при этом им было сложно удерживать внимание на работе, тогда как 21,4% ярче запоминают информацию вне дома. 28,6% не пробовали заниматься на улице.

31,0% комфортнее заниматься при искусственном освещении, 31,0% при естественном, 38,0% при любом и комбинированном.

На вопрос про степень эффективности обучения с другими людьми 35,7% опрошенных предпочитают заниматься в полном одиночестве. 11,9% лучше запоминают материал при групповом обучении и 52,4% считают, что оба способа хороши.

Выводы.

Подробное изучение влияния окружающей обстановки студентов на их умственную работоспособность имеет важное значение для разработки методов удержания концентрации при сохранении нервно-психического состояния организма. Таким образом, для достижения максимальной продуктивности необходимо содержать рабочее пространство в чистоте, использовать естественное освещение, которое поможет избежать утомления глаз и избавиться от постороннего отвлекающего шума. Опрошенные отметили, что для наилучшей усвояемости учебного материала следует совмещать групповые и индивидуальные занятия.

Рекомендации.

По итогам проведенного анкетирования нами были выдвинуты следующие рекомендации для студентов:

- 1) Использовать естественное освещение.
- 2) Совмещать групповые и индивидуальные занятия.
- 3) Содержать учебное пространство в порядке.
- 4) Использовать эргономичную мебель.

5) Создавать оптимальную температуру и влажность окружающего воздуха.

Библиографический список

1. Невдашова А. С., Овдиенко Н. В. Исследование умственной работоспособности студентов медицинского Вуза / Невдашова А. С., Овдиенко Н. В., Мелихова Е. П., Натарова А. А., Васильева М. В. // Молодежный инновационный вестник. - 2017. - №2. - С.263-264.

2. Давлятчина А. Р. Динамика умственной работоспособности студентов// Актуальные проблемы педагогики и психологии на современном этапе. - 2018 г. - С. 42-45.

3. Федорова Е. О., Григорович О. А. Динамика умственной работоспособности студентов, 2011 г. С.225-226

4. Лисицын Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014. С.208.

5. Малахова К. В., Карпов Н. В. Оценка умственной работоспособности студентов очной формы обучения в течение учебного года // Актуальные проблемы биологии и экологии. 2019 г., С.158-162.

6. Габбасова Г. М. Исследование факторов риска развития гиподинамии у студентов 4 курса ИГМА / Габбасова Г. М., Иванова А. А., Толмачёв Д. А. // Дневник науки. – 2024. – №2 (86). – EDN MDGNMD.

7. Атласова А. Э. Влияние гиподинамии на здоровье студентов медицинской академии / Атласова А. Э., Гатауллина К. М., Толмачёв Д. А. // Дневник науки. – 2024. – №4 (88). – EDN TFJAUN.

Оригинальность 78%