

4. Никитенко Е.И. Защита сознания человека – главное условие сохранения и восстановления здоровья молодежи. Тез. Всеукр. наук.-практ. конф. „Тверезість та здоров'я – нашим дітям та суспільству”, 17-18 квітня, 1999р., Харків, 1999, 22-25
5. Павловская-Хохлова О.В. Нейрокосмогенетика как практическая философия. М., Слайдинг, 24 с.

## ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ДЕЯКИХ ЧИННИКІВ СЕРЕДОВИЩА НА РОЗУМОВУ ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ СТУДЕНТІВ

ГРИГОРІЙ ПЕТРОВ

*Дніпропетровський національний університет*

Актуальність. Дослідженню впливу чинників навколишнього середовища на діяльність людини присвячені численні роботи. Особливий інтерес до цієї проблеми виник в останні десятиріччя з появою нових форм праці, де провідну роль відіграють процеси обробки інформації. Деякі чинники навколишнього середовища та їх вплив на розумову та фізичну працездатність досліджені досить ретельно. До них відносяться, наприклад, вологість, температура, атмосферний тиск, наявність CO<sub>2</sub> та O<sub>2</sub>, естетичні, виробничі, гігієнічні чинники тощо. Інші – соціальні, психологічні, просторові – досліджені в суто специфічних умовах ( в космічних станціях, в умовах ізоляції тощо).

Питання залежності розумової працездатності студентів привертала увагу фахівців в різних аспектах. Але вплив на розумову працездатність таких чинників як розмір приміщення, присутність знайомого чи незнайомого колективу, освітлення визначений недостатньо. Важливість дослідження дії цих чинників на розумову працездатність висвітлена в [1], що визначає мету нашого дослідження.

Методи, організація, результати дослідження. Дослідження проводились за участю 50 студентів 1-2 курсів навчання. Всього було проведено три серії експериментів. Для оцінювання рівня розумової працездатності використовували тести Бурдона. Матеріали випробувань оброблялись методами математичної статистики. Метою першої, другої та третьої серії випробувань відповідно було визначення впливу на розумову працездатність чинників: різний розмір приміщення, освітлення 400 лк, 1000 лк, присутність інших людей. Основні добутки досліджень (за прийнятим рівнем значущості 0,05):

- існує вплив просторового чинника на розумову працездатність у 98% студентів, що брали участь в дослідженнях;
- в цілому розумова працездатність в приміщеннях середнього розміру нижча ніж в малих та великих;
- існує залежність між розумовою працездатністю та освітленістю в 100% випадків. В 80% спостерігалось зниження розумової працездатності при збільшенні освітлювання, а в 20% - збільшення;
- існує залежність розумової працездатності від присутності інших людей в 98% випадків. Через те можна дати рекомендації щодо ефективності самостійної праці студентів.

Висновки:

1. Маючи на меті найбільш раціональну організацію учбової праці студентів треба враховувати особливості впливу на розумову працездатність комплексу чинників навколишнього середовища.
2. Враховуючи наявність суто індивідуальних реакцій на чинники навколишнього середовища доречно більш поглиблено дослідити вплив особистих характеристик студентів на динаміку розумової працездатності.

#### ЛІТЕРАТУРА:

Г. Петров Г. Изучение влияния некоторых факторов окружающей среды на умственную работоспособность студентов // Проблемы фізичного виховання студентів: Матеріали Всеукраїнської науково – методичної конференції, що присвячена 85 – річчю Дніпропетровського національного університету. – Дніпропетровськ: ДНУ, 2003.

### ПРОБЛЕМИ УДОСКОНАЛЕННЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

НАТАЛІЯ ГРІДІНА, ВІКТОРІЯ НЕБЕСНА  
*Донецький державний університет управління*

У сучасному суспільстві практично неможливо знайти людину, яка заперечує позитивний вплив занять фізичною культурою на організм. Очевидно, у даний час настає нова хвиля: масове будівництво спортивних споруд, активізація спорту на підприємствах і у родинах. Фізичне виховання є невід'ємною частиною життя й особливо це важливо для осіб студентського віку. До 20-23 років завершується процес формування організму людини, його рухових і вегетативних функцій, тому саме цей період особливо важливий у забезпеченні фізичної і психофізичної готовності студентів не тільки до майбутньої професії, але і життєдіяльності.

У багатьох вищих навчальних закладах Донецької області й України заняття з фізичного виховання не передбачені на старших курсах у зв'язку зі збільшенням кількості годин на спеціальні предмети. Це є величезною проблемою в збереженні достатньої рухової активності студентів та їх здоров'я. У зв'язку з тим, що студентська молодь вісім і більш годин на день проводить сидячи, практично без руху і при мінімальній витраті енергії, у їх організмі відбувається застої крові (особливо у нижніх кінцівках), сповільнюється рухливість грудної клітки, погіршується постачання киснем організму і, як наслідок, порушуються функції серцево-судинної та інших систем.

Разом з тим, до навчального процесу повинні висуватися ряд вимог.

Фізичне виховання є однією з основних частин навчально-виховного процесу, обов'язковою дисципліною, яка викладається на 1-3 роках навчання. Головна задача фізичної культури – зміцнення здоров'я, підвищення розумової і фізичної працездатності студентів, профілактика захворювань. У процесі багаторічних спостережень встановлено, що студенти старших курсів припиняють систематичні заняття фізичними вправами, що негативно впливає на їх працездатність і здоров'я.

Ціль даної роботи – отримати за допомогою анкетного опитування відомості про ставлення студентів старших курсів до занять фізичною культурою і спортом. У