

УДК: 612.017.2:378.6-057.875

М. В. Громько, А. А. Жукова, Я. И. Фащенко

*Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
г. Гомель, Республика Беларусь*

АНАЛИЗ АДАПТАЦИИ К УЧЕБНОЙ НАГРУЗКЕ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Введение

Как известно, студенты младших курсов в процессе обучения испытывают повышенное нервное напряжение и чувство утомления, особенно это касается учащихся медицинских вузов. У студентов 2-го курса продолжают формироваться и совершенствоваться такие качества как: способность учиться самостоятельно, готовность к эффективному обучению и владению своими индивидуальными особенностями познавательной деятельности, умение правильно распределять свое рабочее время для самостоятельной подготовки [1]. Отсутствие рационально обоснованного режима труда и отдыха, необходимых навыков самостоятельной работы, неумение разумного планирования своего времени, зачастую приводит к проблемам с успеваемостью [2]. Быстрота протекания процессов адаптации студентов к условиям функционирования учебного заведения, к специфике обучения в нем, к режиму его работы, является необходимым условием, определяющим успешность обучения.

Проблема повышения мотивации к учебе требует также и от преподавателя нового подхода к ее решению, разработки более совершенных методических приемов обучения. Чтобы снизить нервное напряжение, возникшее при адаптации к вузовскому обучению и повысить мотивацию к учебе, необходимо найти новые эффективные средства побуждения учащегося к продуктивной познавательной деятельности и активному освоению материала [3, 4].

Цель

Анализ адаптации студентов к учебной нагрузке и выявление факторов, мешающих успешной учебе.

Материалы и методы исследования

Исследования проводились на базе Гомельского государственного медицинского университета, кафедры биологической химии и кафедры нормальной и патологической физиологии. В группу исследуемых вошли 102 студента 2 курса лечебного факультета в возрасте 19–21 года. Респонденты были разбиты на 4 группы, различающиеся по полу и успеваемости. По успеваемости были сформированы две группы: в первую группу вошли студенты, успевающие хорошо (имеющие средний балл – 7–9), а вторую составили студенты, имеющие удовлетворительную успеваемость (4–6 баллов). Для достижения цели исследования студентам было предложено анонимное анкетирование.

Статистическая обработка результатов исследования проводилась с использованием компьютерной программы Microsoft Excel 2016. При сравнении групп использовался непараметрический критерий χ^2 Пирсона. Результаты анализа считались статистически значимыми при $p < 0,05$.

Результаты исследования и их обсуждение

Опрос респондентов показал, что эффективной адаптации к учебной нагрузке больше всего мешает накопившаяся за время учебы усталость. Этому мнения придерживались 89 % студентов обоих полов, имеющих хорошую успеваемость и 76 % –

удовлетворительную. Среди девушек так считают 85,0 %, а среди юношей 82,8 %. Очевидно, что высокая загруженность и интенсивность обучения студентов медицинских ВУЗов, нехватка времени для отдыха и сна способствует хронической усталости, что отрицательно сказывается на мотивации к учебе. Результаты опроса представлены в виде диаграммы на рисунке.



Рисунок – Результаты анкетирования студентов с разным уровнем успеваемости по выявлению причин, мешающих успешной учебе

Следующим по значимости отрицательным фактором, мешающим учебной деятельности, респонденты назвали лень (57 % – с хорошей успеваемостью и 70 % – с удовлетворительной). Скорее всего, лень является следствием выше указанной усталости, а не признаком, характеризующим большинство опрошенных. Телефон как помеху в учебе указали 31 % юношей и 43,8 % девушек, а также 48 % студентов обоих полов, имеющих хорошую успеваемость и 27 % – удовлетворительную. Причем, имеются статистически значимые различия по поводу влияния телефонов у студентов с хорошей и удовлетворительной успеваемостью ($t = 6,67$, $p < 0,01$). Действительно, современные гаджеты способствуют отвлечению внимания, особенно молодых и энергичных людей, интересы которых охватывают множество сфер жизни.

Несправедливость в оценке знаний в большей степени волнует студентов, успевающих хорошо и отлично (15 %), видимо это связано с повышенными требованиями к себе и высоким уровнем тревожности. Среди студентов, имеющих удовлетворительную успеваемость, только 5 % считают, что несправедливые оценки знаний имеют влияние на учебу. Имеется статистическая достоверность различий ($t = 12,46$, $p < 0,001$) у девушек с разным уровнем успеваемости в отношении критерия – несправедливой оценки знаний. При этом среди девушек с высоким уровнем успеваемости – 18 %, а среди девушек, успевающих удовлетворительно – 4,3 % считают несправедливость оценки значимым поводом, мешающим учебе. Несоответствие приложенных усилий и полученного результата в виде оценки приводит к возникновению у ответственных студентов беспокойства, переживаний и способствует развитию стресса. Люди, которые считают себя недооцененными, значительно меньше удовлетворены учебой, что может повлечь за собой снижение мотивации.

Среди причин, которые мешают успешной учебе практически единодушно, среди студентов, различающихся по уровню успеваемости, была названа недостаточность интереса к заданию – 25 % (с хорошей успеваемостью) и 27 % (с удовлетворительной успеваемостью). Критерий «оторванность предмета от жизни» считают мешающим учебе 19 % студентов с удовлетворительной успеваемостью и 8 % – с хорошей успеваемостью.

Исходя из полученных результатов опроса следует принять к сведению, что неадекватная оценка знаний студента преподавателем может неблагоприятным образом сказываться на мотивацию к учебе и особенно студентов, имеющих хорошую успеваемость.

Выводы

Анализ данных, полученных в результате анкетирования, показал, что на адаптацию студентов к учебной нагрузке, в первую очередь оказывает влияние накопившаяся усталость, второй по значимости испытуемые указали лень. Причем, респонденты, имеющие удовлетворительную успеваемость, чаще отмечают зависимость от лени, чем студенты, успевающие хорошо. Студенты, имеющие хорошую успеваемость, чаще считают фактором, мешающим учебе – неудовлетворенность оценкой знаний.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Литвинова, Ю. А. Адаптация к учебной нагрузке студентов медицинского вуза // Гигиена и санитария. – 1980. – № 5. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-k-uchebnoy-nagruzke-studentov-meditsinskogo-vuza> (дата обращения: 02.12.2022).
2. Соломатина, Т. Б. Социальная адаптация студенческой молодежи в процессе профессионального образования: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.08 / Т. Б. Соломатина; Рос. междунар. акад. туризма. – М., 2001. – 204 с. [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.dslib.net/profobrazovanie/socialnaja-adaptacija-studencheskoj-molodezhi-v-processe.html> – Дата доступа: 2.12.2022.
3. Жукова, А. А. Студенческое самоуправление как эффективный способ повышения мотивации к учебе / А. А. Жукова, Е. А. Федосенко // Университетская наука: взгляд в будущее: Сборник научных трудов по материалам Международной научной конференции, посвященной 85-летию Курского государственного медицинского университета. В 2-х томах, Курск, 07 февраля 2020 г. / Под редакцией В. А. Лазаренко. – Курск: Курский государственный медицинский университет, 2020. – Том II. – С. 748–751.
4. Мормужева, Н. В. Мотивация обучения студентов профессиональных учреждений [Текст] // Педагогика: традиции и инновации: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, декабрь 2013 г.). – Челябинск, 2013. – С. 160–163.

УДК:612.014

К. Д. Карчевская, Е. М. Курак

Учреждение образования

«Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»

г. Гомель, Республика Беларусь

ОЦЕНКА ВЕГЕТАТИВНОГО ТОНУСА И АДАПТИВНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ БИОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА

Введение

Важными факторами, определяющими состояние здоровья каждого человека, являются адаптационные возможности и запас функциональных резервов, которые напрямую зависят от состояния регуляторных систем организма, и в частности, от характеристик вегетативной нервной системы. Адаптационные резервы играют огромную роль в периоды высокой физической активности и эмоционального напряжения и обусловлены взаимодействием симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы [1]. На адаптационные резервы влияет индивидуальное состояние вегетативного тонуса индивида, в основе состояния которого лежит тоническая равнозначность симпатического и парасимпатического отделов или преобладание одного из них. В период обучения в ВУЗе в условиях длительной работы при действии комплекса отрицательных факторов (психоэмоциональное напряжение, гиподинамия, утомление зрительного или слухового анализаторов) возникает нарушение вегетативного обеспечения физической и психической деятельности, что выражается в снижении работоспособности