

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/nauchno-issledovatel'skaya-rabota/209370>

Тип работы: Научно-исследовательская работа

Предмет: Педагогика

Введение 3

Глава 1. Теоретические аспекты исследуемой темы 5

1.1. Умственная работоспособность, особенности 5

1.2. Факторы, влияющие на умственную работоспособность 6

1.3. Особенности умственной работоспособности учащихся 10

Глава 2. Цель, задачи, методы и организации исследования.....15

2.1. Цель исследования 15

2.2. Задачи исследования 15

2.3. Методы исследования 15

2.4. Организация исследования 16

Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение 18

3.1. Результат исследования умственной работоспособности студентов, занимающихся умственной трудовой деятельностью 18

3.2. Результат исследования умственной работоспособности студентов, занимающихся физической трудовой деятельностью 20

3.3. Результаты сравнения показателей умственной работоспособности студентов, занимающихся умственной и физической трудовой деятельностью 21

3.4. Практические рекомендации учащимся 23

Заключение 27

Список литературы 29

В определенной степени эффективность умственной работоспособности зависит от личностных качеств, особенностей нервной системы и темперамента.

В определенной степени эффективность работоспособности зависит от личностных качеств, особенностей нервной системы и темперамента. Итак, для лиц с хорошей работоспособностью характерна подвижность торможения, преобладание процесса внутреннего возбуждения.

Наряду с этим, успешность работоспособности может быть обусловлена такой типологической характеристикой, как «настойчивость», которой больше обладают люди с преобладанием внутреннего и внешнего торможения.

Работу, требующую повышенной концентрации внимания, более успешно выполняют люди, у которых слабая нервная система с преобладанием внешнего торможения или уравновешенностью, а также инертностью нервных процессов.

Задания, не требующие повышенного внимания, лучше выполняют лица с инерцией возбуждения, большой силой нервной системы, с преобладанием внутреннего торможения. При выполнении учебной работы монотонного характера снижение работоспособности наблюдается быстрее у лиц с сильной нервной системой, чем у лиц со слабой нервной системой.

Интерес к эмоционально привлекательной учебной работе увеличивает продолжительность ее выполнения. Эффективность работы оказывает стимулирующее влияние на поддержание более высокого уровня работоспособности. При этом мотив похвалы, наставления или порицания может быть чрезмерным по силе воздействия и вызывать такие сильные переживания к результатам работы, что никакие волевые усилия не позволят с ними справиться, что приводит к снижению эффективности. Поэтому условием высокой работоспособности является оптимальное эмоциональное напряжение.

Установка также влияет на эффективность работы. В определенной степени снижение умственной работоспособности можно представить как процесс гашения установки. В условиях относительно кратковременного умственного труда снижение работоспособности может быть угасанием ее новизны.

Было обнаружено, что люди с высоким уровнем невротизма обладают более высокой способностью к усвоению информации, но меньшим эффектом от ее использования по сравнению с людьми с более низким уровнем невротизма [10].

1. Бодров, В. А. Профессиональное утомление: фундаментальные и прикладные проблемы / В. А. Бодров. - М.: Когито-Центр, 2017. - 690 с.
2. Вера Степановна Макеева, Управление работоспособностью человека в различных условиях внешней среды // В. С. Макеева, 2013. — Академия безопасности и выживания, 2013г.
3. Вегнер Л.А. Методы изучения умственного развития и организация действий. // Дефектология, 2001. - №4. - С.87-95.
4. Волкова Т. Н. Развитие памяти и внимания. - М., 2006.
5. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека: Учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. - М.: ИЦ Академия, 2013. - 496 с.
6. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека: Учебник / И.В. Гайворонский. - М.: Academia, 2018. - 128 с.
7. Ермолаев Ю. А. Возрастная физиология [Текст]. - М.: Спорт Академ Пресс, 2001. - 444 с.
8. Занько, Н.Г. Физиология человека: Учебное пособие / Н. Г. Занько. - М.: Академия, 2018. - 304 с.
9. Копаев, В. Здоровье и работоспособность человека / В. Копаев. - М.: Знание, 2015. - 475 с.
10. Косицкий, Г.И. Физиология человека: Учебник для вузов / Г.И. Косицкий и др. - М.: Альянс, 2015. - 544 с.
11. Лучезарнова, Евдокия Государственное устройство. Работоспособность (+ CD) / Евдокия Лучезарнова. - М.: Ритм 25, РАДАТС, 2018. - 906 с.
12. Навакатилян, А. О. Возрастная работоспособность лиц умственного труда / А. О. Навакатилян, В.В. Крыжановская. - М.: Здоров'я, 2016. - 208 с.
13. Психофизиология. Учебник для вузов// Под ред. Ю. И. Александрова. - СПб: Питер, 2007. - 463 с.
14. Ратанова, Т.А. Диагностика умственных способностей детей. Учебное пособие. Гриф Российской Академии образования / Т.А. Ратанова. - М.: Флинта, 2010. - 214 с.
15. Рыбников О. Н. Психофизиология профессиональной деятельности/ учебник для вузов [Текст]. - М: Академия, 2010. - 467 с.
16. Сапин, М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). Учебник / М.Р. Сапин. - М.: Academia, 2018. - 704 с.
17. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник / А.С. Солодков, Е. Б. Сологуб. - М.: Советский спорт, 2012. - 620 с.
18. Судаков, К.В. Физиология человека: Атлас динамических схем / К. В. Судаков, Ю.Е. Вагин, В. В. Андрианов. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009. - 416 с.
19. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека. Учебник / Н.И. Федюкович. - Рн/Д: Феникс, 2019. - 479 с.
20. Швырев, А.А. Анатомия и физиология человека с основами общей патологии / А.А. Швырев. - Рн/Д: Феникс, 2016. - 144 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/nauchno-issledovatel'skaya-rabota/209370>