

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені Г. С. Сковороди



ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ СТУДЕНТІВ ПРИРОДНИЧОГО ФАКУЛЬТЕТУ

Випуск 9

Харків
2016

методами Р.М. Баєвського [Коц В.П., 2014; Коц С.М., Коц В.П. 2015]. Адаптаційний потенціал системи кровообігу визначався після фізіометричних досліджень розрахунковим методом [Субота Н.П., Коц С.М., 2005].

Отримані антропометричні та фізіометричні дані використовуються для підрахунку АП. Статистична обробка даних проводилась за Т-критерієм Ст'юдента.

Як показали дослідження, найбільша кількість осіб з аритмічним біоритмологічним типом має вище середнього та високі можливості кардіореспіраторної системи (7,5 % і 21 % відповідно). Відмічена найбільша кількість студентів із задовільною адаптацією серед аритміків – 42%; а в осіб з вечірнім типом дещо менше – 38%, в осіб з ранковим біоритмологічним типом – 34 %. Напруга механізмів адаптації була характерна для 64% респондентів з ранковим біоритмологічним типом, відповідно в осіб із аритмічним біоритмологічним типом в 52 % теж відмічено напругу механізмів адаптації.

Беручи до уваги результати наших досліджень, було надано рекомендації студентам щодо режиму та способу життя досліджуваних. Треба визнати необхідність широкої інформованості щодо впливу біоритмів на організм, яка у свою чергу обумовлює мотивацію і певного рівня рухову активність для забезпечення високого рівня фізичного розвитку, здоров'я, життєдіяльності людини, і дотримання інших складових правильного режиму праці та відпочинку і способу життя.

Дружинінська Марія

ПОРІВНЯННЯ ШВИДКОСТІ АУДИОМОТОРНОЇ РЕАКЦІЇ У ПЛАВЦІВ РІЗНОГО РІВНЯ КВАЛІФІКАЦІЇ

Науковий керівник – к.б.н., проф Т.Є.Комісова

Психофізіологічна діагностика застосовується у всіх сферах діяльності людини: медицині, педагогіці, освіті, трудовій діяльності, комерційних структурах, армії, міліції, психологічних консультаціях, під час проведення судово-психологічних експертиз. Питання психодіагностики індивідуальних особливостей спортсменів є також невід'ємною частиною у спорті, сучасний рівень розвитку якого диктує необхідність пошуку найбільш важливих напрямів вдосконалення системи тренування для досягнення високих результатів на змаганнях найвищого рангу. Дослідження психофізіологічних станів дає додаткову інформацію про загальний функціональний стан спортсмена. Структура обстеження спортсменів складається з трьох основних блоків дослідження психофізіологічного стану: - визначення регуляторної компоненти; - визначення сенсомоторної компоненти; - визначення психічної компоненти (схвалено Комісією з біоетики Державного науково-дослідного інституту фізичної культури і спорту, протокол №3 від 05.07.2008).

Вивчення психофізіологічних показників та їх врахування у підготовці окремо взятого спортсмена сприяє поліпшенню якості тренувального процесу, дозволяє визначити індивідуальні резерви організму.

У цьому зв'язку, обрана тема досліджень представляє певний інтерес та є актуальною.

Метою нашої роботи було вивчення швидкості аудіо-моторної реакції у спортсменів-плавців різного рівня підготовки.

Дослідження проводилися в м. Харкові в басейні «Акварена» під час Чемпіонатів та Кубків України з плавання. Обстежувана група складалася зі спортсменів, що були кандидатами та членами збірної команди України з плавання, мали звання КМС, МС, МСМК, ЗМС. Загальна кількість респондентів становила 22 чоловіка.

Обстежувані спортсмени були розділені на дві групи: плавці високої кваліфікації, що є членами збірної команди України з плавання та спортсмени-плавці, що є кандидатами до збірної команди і мали звання КМС та МС.

Під час дослідження було встановлено, що плавці вищої кваліфікації (члени збірної України) мали статистично достовірно менший час відповіді на звуковий подразник у порівнянні зі спортсменами другої групи ($306 \pm \text{мс}$ та $416 \pm \text{мс}$, відповідно, $p \leq 0,01$).

Отримані дані свідчать, що плавці вищої кваліфікації характеризуються більш ефективним сенсомоторним реагуванням за рахунок посилення активації механізмів саморегуляції.

Іваненко Анна

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОРОТКОЧАСНОЇ ЗОРОВОЇ ПАМ'ЯТІ В СТУДЕНТІВ ПРИРОДНИЧОГО ФАКУЛЬТЕТУ

Науковий керівник – к.б.н., доцент С. М. Коц

Чому одні люди легко запам'ятовують побачений предмет, а інші ні? Виявляється, вся справа в зоровій пам'яті. Хтось може без труднощів візуально запам'ятати і навіть «відтворити» в пам'яті побачене, а іншій людині буде складно це зробити.

У психології пам'ять розглядається як одна із основних властивостей особистості. Короткочасна пам'ять забезпечує «збереження» і «відтворення» побаченої картинки через кілька секунд після її нетривалого сприйняття. Відображення побаченого відбувається з високою точністю та швидко фіксується. Після закінчення деякого часу враження зникають, і вже зовсім скоро людина не може що-небудь пригадати з не так давно побаченого.

Зорова пам'ять – це здатність людини та інших тварин сприймати й утримувати в пам'яті зорові образи, відтворювати їх у своїй свідомості з тією чи іншою метою.

Учені виділяють різні типи пам'яті: наочно-образний тип – людина краще запам'ятовує осіб, картини, кольори і предмети; словесно-логічний тип – володар цієї пам'яті легко запам'ятовує поняття, формули, різного роду словесні формулювання; проміжний тип – люди однаково добре запам'ятовують і образний, і словесний матеріал.

Метою нашої роботи було дослідження параметрів короткочасної зорової пам'яті студентів природничого факультету ХНПУ імені Г. С. Сковороди.

Реципієнтам природничого факультету віком від 20 до 21 років було запропоновано пройти методику «Пам'ять на зображення». Цей тест призначений для оцінки короткочасної зорової пам'яті, її обсягу та точності. Завдання полягало в тому, що досліджуваним упродовж 20 сек демонстрували таблицю з 16-ма різними картинками, які треба запам'ятати, і після того, як таблиця буде закрита, за одну хвилину записати назви картинок на бланк. У ході експерименту було встановлено, що студенти природничого факультету мають задовільний рівень короткочасної зорової пам'яті (30-49%), що є нормою, але результат міг би бути і кращим.

Для покращення та зміцнення пам'яті є добре відомий метод – мнемоніка. Один із найпростіших та ефективних способів тренування пам'яті – це запам'ятовування віршів, спочатку коротких, а далі – довгих. А також, як це не дивно – частіше вирішувати ребуси, кросворди, грати в шахи.