

На правах рукописи

Синицын Максим Владимирович

**ЭРГОНОМИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ
ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ
РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ**
(на материале исследования средних специальных учебных заведений)

**Специальность 19.00.03 – психология труда,
инженерная психология,
эргономика**

АВТОРЕФЕРАТ

**диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук**

Ярославль – 2007

Работа выполнена на кафедре психологии и педагогики образования
взрослых Тверского государственного университета

Научный руководитель - доктор психологических наук, профессор
Жалагина Татьяна Анатольевна

Официальные оппоненты: доктор психологических наук, профессор
Кашапов Мергалияс Мергалимович,
Ярославский государственный университет
им. П.Г. Демидова

кандидат психологических наук
Голубева Тамара Алексеевна,
Тверской индустриально-экономический
колледж им. Коняева

Ведущая организация – Ивановский государственный университет

Защита состоится « » сентября 2007 года в 12 часов на заседании
диссертационного совета Д 212.002.02 в Ярославском государственном
университете им. П.Г. Демидова по адресу: 150057, г. Ярославль, проезд
Матросова, д.9

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке Ярославского го-
сударственного университета им. П.Г. Демидова

Автореферат разослан « » августа 2007 года

Ученый секретарь
диссертационного совета

Клюева Н.В.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Реформирование системы образования в Российской Федерации, переход учебных заведений на новые условия экономических отношений, расширение спектра предоставляемых образовательных услуг, развитие информационных технологий, систем непрерывного многоуровневого образования – все это требует совершенствования как материально-технической базы, так и учебно-воспитательного процесса среднего специального учебного заведения (ссуза). В связи с этим совершенствование системы среднего профессионального образования в области подготовки практикоориентированных специалистов является важнейшим условием успешности проведения реформ.

Необходимость дополнительных разработок и внедрения в учебную работу техникумов психологических, эргономических, психофизиологических и социально-психологических программ научной организации умственного труда (НОУТ) студентов диктуется рядом особенностей, обусловленных, с одной стороны, спецификой объекта учебно-воспитательной деятельности, которым является студент среднего специального учебного заведения, с другой стороны, спецификой предмета этой деятельности – процесса обучения и воспитания в ссузе.

На наш взгляд, к особым условиям обучения и воспитания в ссузе, не получившим до сих пор должного исследования, относятся: сочетание получения полного среднего образования с профессиональной подготовкой, недостаточный уровень государственного финансирования системы средних специальных учебных заведений, психологические и физиологические особенности развития личности студента ссуза и ряд других.

В настоящее время имеются работы ряда авторов, посвященные процессам адаптации студентов и психологии профессиональной деятельности педагогов, воспитателей, кураторов. Однако работ по НОУТ студента учебных заведений профессиональной подготовки практически нет.

Мы не отрицаем возможности использования в деятельности по НОУТ студента ссуза многочисленных разработок по НОУТ ученика средней или студента высшей школы, но применение их без учета специфики системы средних специальных учебных заведений будет неправомерно в виду наличия вышеперечисленных особых условий, определяющих организацию учебно-воспитательного процесса ссуза.

Таким образом, исследование развития научных знаний об эргономических, психологических и психофизиологических факторах повышения интеллектуальной работоспособности студентов ссузов, а также потребность практики в рекомендациях по оптимизации деятельности и сохранении их здоровья в современных условиях, определяют актуальность и выбор темы данной диссертации.

Целью работы является исследование и научное обоснование факторов, обеспечивающих повышение результативности интеллектуального труда студента ссуза; разработка условий, принципов и механизмов их применения; формулировка рекомендаций по психологическим, психофизиологиче-

ским, эргономическим и социально-психологическим аспектам НОУТ студентов, профилактике утомления, привитию навыков здорового образа жизни.

Исходя из цели исследования, поставлены следующие **задачи**:

1. Охарактеризовать уровень разработанности проблемы психологических, социально-психологических, психогигиенических, психофизиологических факторов, влияющих на повышение интеллектуальной работоспособности студента в работах отечественных и зарубежных ученых. Определить возможность их применения в условиях ссуза.
2. Выявить психологические условия и пути НОУТ, способствующие успешному овладению знаниями и укреплению здоровья студентов.
3. Изучить и интерпретировать зависимость внедрения гностического компонента валеологического образования студента и его интеллектуальной работоспособности.
4. Разработать и обосновать в исследовании необходимость внедрения в учебно-воспитательный процесс ссуза программы формирования валеологического мировоззрения студента.

В качестве **гипотез** исследования были выдвинуты предположения:

- перенос общих закономерностей НОУТ студента на столь специфические условия обучения, каковыми являются условия обучения в ссузе, возможен при условии их модификации с учетом особенностей контингента и будет способствовать повышению интеллектуальной работоспособности студентов;
- усиление гностического компонента в направлении валеологизации процесса обучения обеспечит успешное формирование «компетентности здоровьесберегающих технологий», навыков культуры умственного труда, эффективное овладение знаниями, укрепление здоровья студентов.

Объект исследования – учебно-воспитательный процесс в средних специальных заведениях.

Предмет исследования – психологические и эргономические факторы повышения результативности труда студента ссуза.

Методологической основой работы являются представления отечественных и зарубежных психологов в области:

- общеметодологических принципов познания (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн и др.);
- комплексного изучения человека как субъекта трудовой деятельности (Л.С. Выготский, А.Д. Глоточкин, Б.Ф. Ломов, Н.Ф. Талызина, Е.А. Милерян, Ю.М. Забродин, А.Ф. Шикун и др.);
- закономерностей высшей нервной деятельности (И.П. Павлов, Н.Е. Введенский, А.А. Ухтомский, В.М. Бехтерев, Б.М. Теплов, В.Д. Небылицын);
- учета психологических и социально-психологических факторов в оптимизации умственной деятельности и профилактики утомления (Ю.П.

Фролов, Н.Е. Бачериков, А.Ф. Шикун, И.В. Ребельский, О.Г. Тимофеева и др.).

Методы исследования. В ходе решения поставленных задач и проверки гипотез исследования был проведен теоретический анализ психологической литературы по теме исследования, анкетирование, тестирование, сбор анамнеза, наблюдение, беседа, анализ продуктов учебной деятельности студентов ссузов, экспертная оценка. В качестве инструментария также использованы специфические методы эргономики: замеры чистоты и состава воздуха, температуры, освещенности, цветового фона интерьера, размеров мебели в аудиториях и комнатах общежитий техникумов города Твери.

Научная достоверность и обоснованность полученных результатов обеспечивалась их опорой на диалектическое применение фундаментальных теоретико-методологических положений, использованием комплекса методов, адекватным поставленным целям и задачам, всесторонним анализом результатов с использованием математических методов обработки эмпирических данных.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

- выявлена возможность применения общих закономерностей НОУТ студента вуза в системе средних специальных учебных заведений, которая обязательно должна опираться на специфику ссузов;
- использован комплексный подход к рассмотрению научных и учебно-методических рекомендаций по психологическим, социально-психологическим и психофизиологическим аспектам оптимизации умственного труда студентов и профилактики утомления;
- разработана, экспериментально обоснована и рекомендована программа формирования валеологического мировоззрения студента, влияющая на его интеллектуальную работоспособность.

Теоретическая значимость заключается:

- в обогащении психологии труда данными о возможности применения принципов НОУТ, разработанные Н.Е. Введенским, Ю.П. Фроловым и др., в обучении студентов ссузов;
- в обобщении и систематизации факторов, влияющих на продуктивность учебной деятельности и сохранение здоровья студентов ссузов;
- в освещении роли гностического компонента образовательного процесса для формирования у студенческой молодежи установки на здоровый образ жизни.

Практическая значимость исследования определяется тем, что разработана, предложена и реализована система повышения интеллектуальной работоспособности студента ссуза. В соответствии с программой исследования обоснованы рекомендации и выводы, представляющие собой методический материал по внедрению системы НОУТ студента в деятельность ссузов. Через систему Совета директоров ссузов области они доведены до сведения администрации, преподавателей, кураторов техникумов и колледжей Тверского региона.

Положения, выносимые на защиту:

1. Общие закономерности НОУТ, научно обоснованные и разработанные для вузов могут быть перенесены на столь специфические условия обучения, каковыми являются условия обучения в ссузе.

2. Специфические условия процесса обучения в ссузе влияют на основные параметры интеллектуальной работоспособности студентов: уровень произвольной памяти; объем и точность кратковременной памяти; объем и точность кратковременной и долговременной памяти; уровень аналитического мышления и установления закономерностей; уровень логически-понятийного мышления, образования сложных аналогий.

3. В качестве условий повышения интеллектуальной работоспособности студента ссуза следует рассматривать следующие группы факторов: социально-психологические, психофизиологические, психогигиенические, санитарно-эргономические.

5. На основе полученных результатов доказано, что решающим условием повышения интеллектуальной работоспособности студента ссуза является внедрение программы целенаправленного формирования валеологического мировоззрения.

Апробация результатов исследования осуществлялась при организации учебно-воспитательного процесса Тверского кооперативного техникума. Основные положения и результаты диссертационного исследования обсуждались и нашли положительный отклик на Всероссийском образовательном форуме «Образование–2005», Всероссийских научно-практических конференциях: «Психолого-педагогические проблемы повышения эффективности патриотического воспитания школьников и студенческой молодежи» (Тверь, июнь 2004 г.), «Преподаватель ссуза: профессионально-личностные проблемы в условиях модернизации образования» (С.-Пебербург, июнь 2004 г.), «Психологические, педагогические и социальные аспекты сопровождения талантливой молодежи: методология, теория, практика» (Тверь, 31 – 1 ноября 2006 г.), областных научно-практических конференциях преподавателей Тверской области (Тверь 2003, 2004, 2005 г.г.), заседаниях кафедры психологии и педагогики образования взрослых Тверского госуниверситета, научно-практических конференциях психологов Твери (2003, 2004, 2005 гг.), заседаниях Совета директоров Тверской области, педагогических советов и цикловых предметных комиссий Тверского кооперативного техникума.

Структура диссертации. Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы (включающей 120 источников, из них 15 – на иностранном языке), приложения. Текст снабжен таблицами (21) и одним рисунком-схемой. Общий объем диссертации 160 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обосновывается актуальность темы исследования, определяются объект, предмет, цель и задачи, гипотеза исследования, достоверность и обоснованность полученных результатов, показывается научная новизна, теоретическая и практическая значимость диссертационной работы, излагаются основные положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Эргономические и психологические особенности умственного труда студента ссуза» анализируются социально-психологические факторы макро- и микросреды, влияющие на организацию процесса обучения, способствующие созданию условий для повышения интеллектуальной работоспособности студентов ссузов:

- социальный и финансово-экономический статус студента (семьи) и учебного заведения;
- особенности эмоционально-волевой сферы и индивидуально-психологические свойства студента;
- социально-психологический климат в группе;
- методы и формы учебно-воспитательной работы.

Социальный и финансово-экономический статус студента (его семьи) определяется социальной группой, в которой находится студент, уровнем доходов его семьи и некоторыми другими условиями. Полученные данные говорят о том, что независимо от социального происхождения, наблюдается стремление к получению образования, которое позволит молодому человеку занять определенное социальное положение в обществе.

Финансово-экономический статус семьи характеризуется также такими показателями как: рацион питания студента, наличие в распоряжении студентов персональных компьютеров, мобильных телефонов. В целом, большинство студентов не имеют серьезных финансово-экономических проблем, влияющих на процесс обучения и могут необходимое количество времени и физических сил уделять учебе, основанной на правилах НОУТ.

Социальный и финансово-экономический статус учебного заведения определяется:

- состоянием материально-технической базы, престижностью специальностей, численностью студентов, применением инновационных форм обучения, обеспечивающих его непрерывность и др.;
- формой финансирования (бюджетные – государственные и внебюджетные – негосударственные) и соответственно платной или бесплатной формами обучения;
- составом педагогических кадров (уровень квалификации, опыт работы, перспективы профессионального роста и др.).

Сегодня в Тверской области действует 41 государственное среднее специальное учебное заведение, 4 негосударственных образовательных учреждения, а также 8 филиалов. Учебные заведения достаточно равномерно распределены по территории области и находятся в 18 районах, что имеет большое значение для удовлетворения региональных образовательных и кадровых потребностей. Значительную роль в подготовке специалистов играют 13 колледжей, что составляет 31,5% от общего количества учебных заведений. Колледжи осуществляют многоуровневую подготовку специалистов и являются, как правило, многофункциональными, многопрофильными образовательными учреждениями.

Что касается состава педагогических кадров, то необходимо отметить высокий уровень квалификации преподавателей средних специальных учеб-

ных заведений. В техникумах и колледжах нашего региона работают 4 доктора наук, 47 кандидатов, 3 профессора, 20 доцентов, более 50 преподавателей имеют звание «Заслуженный учитель РФ».

Существенное влияние на успешность интеллектуальной работоспособности студента оказывают *особенности эмоционально-волевой сферы и индивидуально-психологические свойства личности*.

Эмоциональное благополучие, как показатель психического здоровья, проявляется в:

- положительной самооценке и уважении к себе, как неотъемлемой части самосознания;
- соответствующем возрасту психосоциальном развитии (адаптация к новым условиям, интеллектуальным нагрузкам, умение организовать самостоятельную работу или работу в коллективе);
- эффективных способах удовлетворения потребностей;
- умении переживать неудачи (сохранение позитивного отношения к жизни при получении отрицательного подкрепления, которое является мощнейшим стимулом в удовлетворении потребностей);
- умении приспособиться (смотреть в будущее с интересом, а не со страхом);
- разумной степени независимости (самостоятельное принятие решений, планирование своей жизни);
- умении справляться со стрессом, не прибегая к употреблению алкоголя, табака, наркотиков;
- взаимоотношениях с другими людьми и заботе о них;
- способности эффективно работать.

Формирование навыков НОУТ будет продуктивным в том случае, если студент эмоционально благополучен. Нами обобщены условия и пути формирования эмоционального благополучия студента ссуза.

Одним из признаков эмоционального благополучия студента является умение справляться со стрессом, связанным с учебой, который развивается по двум причинам:

1. Информационные перегрузки и дефицит времени, вызванные стремительным ростом объема научных данных.
2. Нездоровый образ жизни вследствие недостаточной двигательной активности, нарушения питания, вредных привычек.

Стало хрестоматийным представление известного отечественного физиолога Н.Е. Введенского считавшего, что переутомляется не тот, кто много работает, а тот, кто плохо работает. Под понятием «плохо» он подразумевал неправильную организацию труда и, прежде всего, несоблюдение следующих основных *принципов*:

- постепенность*;
- последовательность*;
- систематичность, ритмичность*;
- оптимальное сочетание труда и отдыха*;
- адекватная оценка труда*.

Фактический режим занятий в ссузе построен в соответствии с указанными принципами. Однако многие студенты их нарушают, особенно те, кто сочетает учебу с работой. В такой ситуации полностью игнорируется основополагающий принцип оптимального сочетания труда и отдыха. Нами классифицированы условия, которые будут способствовать предупреждению стресса, связанного с учебой.

Социально-психологические характеристики учебной группы проявляются в характере внутреннего социально-психологического климата, психического состояния студентов – членов группы и степени их сплоченности.

Учебную группу студентов с полным основанием можно назвать рабочей группой - коллективом, так как она соответствует следующим требованиям:

- успешно справляться с возложенными задачами;
- иметь высокую мораль, хорошие человеческие отношения;
- создавать для каждого своего члена возможность развития личности;
- быть способной к творчеству, т.е. как группа давать людям больше, чем может дать сумма того же количества индивидов, работающих в отдельности.

Учебные коллективы различаются между собой психологически по:

- 1)характеру внутреннего социально-психологического климата;
- 2)характеру психического состояния их членов;
- 3)степени их сплоченности.

Из *методов и форм учебно-воспитательной работы*, обеспечивающих НОУТ студента ссуза, нами рассмотрены лишь те, при которых создаются наилучшие условия для интеллектуального труда.

Анализируя проблему повышения интеллектуальной работоспособности и формирования навыков здорового образа жизни студентов ссузов, необходимо отметить роль преподавателей физвоспитания, которые строят валеологическую работу со студентами на основе предложенных нами принципов:

- формирование индивидуальной культуры здоровья, независимо от получаемой специальности;
- раскрытие сути понятия «здоровье» и составляющих его качеств;
- привитие валеологического мировоззрения и установки на здоровье – главной человеческой ценности;
- изучение теоретических основ знаний о здоровом образе жизни как важнейшем факторе здоровья;
- формирование чувства ответственности за свое здоровье;
- изучение методов самодиагностики здоровья и его укрепления;
- исследование влияния факторов здорового образа жизни на интеллектуальную работоспособность, эмоциональное и психическое здоровье.

Период обучения в ссузе является одним из этапов умственного развития, а его успешность зависит от эффективности интеллектуальной работоспособности. Эргономика определяет умственный труд как деятельность, связанную с приемом и переработкой информации, требующую преимущественного напряжения внимания, сенсорного аппарата, памяти, а также акти-

вации процессов мышления, эмоциональной сферы. Учеба – разновидность умственного труда. Организация продуктивного процесса обучения учитывает в совокупности процессы физического, полового и умственного развития, условия, в которых осуществляется обучение и воспитание, а также факторы на них влияющие.

Влияние **психофизиологических факторов** на интеллектуальную работоспособность исследовалось нами в связи с тем, что студенты средних профессиональных учебных заведений согласно современной возрастной классификации относятся к переходному периоду от подросткового возраста к возрасту ранней юности: 15-18 лет (юноши), 14-17 лет (девушки), который характеризуется интенсивными морфофункциональными и психофизиологическими перестройками организма и адаптационными проблемами.

Указанные преобразования тесно связаны с изменениями функций эндокринной и нервной систем и их взаимодействий: устанавливаются новые взаимоотношения между этими сферами; происходит их гармонизация и стабилизация, что создает условия для оптимизации регуляторных процессов.

В основе интеллектуального развития лежат как биологические, так и социальные факторы, доли вклада которых в процессы развития индивидуального разума различны: на ранних этапах онтогенеза преобладает роль биологических факторов, затем их участие уравнивается, а по мере взросления индивида начинает преобладать роль социальных факторов. В раннем юношеском возрасте созревают практически все структуры нервной системы, определяющие восприятие, переработку и хранение поступающей информации.

Центральное новообразование ранней юности - профессиональное и личностное самоопределение. В течение следующих стадий развития, вплоть до периода зрелости, эти тенденции продолжают развиваться. Приоритетным «приобретением» этого возраста следует признать продолжение формирования и окончательное созревание механизмов абстрактного мышления и интеллектуализация всех сфер деятельности.

Интеллектуальное развитие студентов, продолжающееся в процессе обучения в вузе, должно направляться и контролироваться преподавателем с учетом индивидуальных особенностей развития психических познавательных процессов обучаемых (ощущения, восприятия, воображения, памяти, мышления, речи).

В третьем параграфе первой главы проанализированы основные условия, составляющие группу **психогигиенических факторов**, влияющих на организацию учебно-воспитательного процесса среднего профессионального учебного заведения (режим труда и отдыха, суммарная умственная нагрузка, рациональное, сбалансированное питание, жилищно-бытовые условия, занятия спортом, формы досуга, вредные привычки).

Рациональный *режим труда и отдыха* является основой оптимизации умственной деятельности и профилактики утомления. Наблюдения показывают, что из года в год в техникум приходят студенты со слабым здоровьем, неуравновешенной психикой, неумением организовать свое время, со слабы-

ми знаниями, низкой мотивацией к профессии. Поэтому процесс НОУТ студента следует начинать с организации режима его труда и отдыха.

С учетом биологического и социального ритмов и выполнения основных требований физиологии и гигиены, подбирается индивидуальный рациональный распорядок дня студента.

Рациональное, сбалансированное питание. Исследованиями биоритмологов установлены различия во времени возникновения пищевых потребностей между представителями разных суточных биоритмов и показана связь ритма возникновения этих потребностей с суточными ритмами работоспособности и физиологических функций.

Для того чтобы вписаться в режим работы учебного заведения, не вызвав конфликта с врожденным биоритмом суточной жизнедеятельности, необходимо организовать свой образ жизни так, чтобы он в ключевых сферах совпадал с биоритмом. Прежде всего, это касается режима занятий в сочетании с отдыхом (включая сон) и режима питания. Нарушения режима могут привести к десинхронозу и, как следствие, к неврозам, нарушению пищеварения, функций работы сердечно-сосудистой системы и т.п.

Итак, рациональное питание обеспечивает организм основными пищевыми веществами, что способствует максимальной работоспособности студента и сохранению им на долгие годы высокой активности, бодрости и жизнерадостности.

Жилищно-бытовые условия являются важным фактором, обеспечивающим НОУТ. Соблюдение вышеназванных условий по соблюдению режима дня и отдыха, рационального, сбалансированного питания, выполнения упражнений утренней гимнастики, приема водных процедур во многом определяются условиями проживания.

Занятия спортом. Исследования показывают, что двигательную активность следует рассматривать как эволюционный фактор, обеспечивающий развитие организма, его адаптацию к окружающей среде и оптимизацию жизнедеятельности.

Практика показывает, что образ жизни большинства студентов относится к малоподвижному. Это значит, что все отрицательные последствия гиподинамии, касающиеся растущего и развивающегося организма, непременно скажутся на его физическом, умственном и половом развитии. Для избежания этого достаточно включить в распорядок дня оптимальный режим двигательной активности.

Вредные привычки. В учебных заведениях разработаны программы, направленные на предотвращение распространения среди молодежи алкоголизма, табакокурения и наркомании.

Принципы, на которых основываются эти программы, предусматривают:

- осознание смысла собственной жизни;
- осознание ближайшей и отдаленной цели, являющейся побудительной силой активной деятельности;
- активная жизненная позиция в достижении цели и активная деятельность;

- учет личностных свойств и качеств при выборе профессии;
- воспитание чувства собственного достоинства;
- соблюдение правил ЗОЖ.

Санитарно-эргономические факторы организации учебно-воспитательного процесса ссуза включают три группы:

1 группа – непосредственные факторы:

- а) условия макросреды (воздух, вода, почва, радиация, геоструктуры, природно-климатические явления);
- б) условия микросреды (вместимость и наполняемость кабинетов, аудиторий, их освещенность, комфортность, интерьер и экстерьер и др.);

2 группа – опосредованные факторы (промышленность и транспорт);

3 группа – косвенные факторы (политика, экономика, здравоохранение).

Научное представление о влиянии окружающей среды на жизнедеятельность организма сформулировал И.М. Сеченов: «Организм без внешней среды, поддерживающей его существование, невозможен, поэтому в научное определение организма должна входить и окружающая среда обитания». Наука, изучающая взаимодействие человека как био-психо-социального существа со сложным многокомпонентным окружающим миром, с постоянно усложняющейся динамической средой обитания дает четкое представление о важной роли экологии в жизнедеятельности человека. Студент, являясь субъектом экологического окружения, подвержен влиянию различных факторов.

Здоровье человека (по данным Всемирной организации здравоохранения) зависит на 50-55% от образа жизни, на 20-23% от наследственности, на 20-25% от состояния окружающей среды (экологии) и на 8-12% от работы системы здравоохранения. Безопасность среды обитания определяет совокупность непосредственных, опосредованных и косвенных факторов.

Первую группу *непосредственных санитарно-эргономических факторов* составляют условия макросреды и условия микросреды среднего специального учебного заведения. Триада прямого экологического действия «загрязненные воздух, вода, почва», влияя на человека, одновременно вызывают необратимые изменения, разрушающие его организм.

Условия микросреды, существования студента как субъекта образовательного процесса, обеспечиваются соблюдением требований, предъявляемых к зданиям, сооружениям учреждений образования (СНиП и СанПиН).

- достаточная просторность рабочего места (норматив учебной площади на одного студента);
- выбор и расположение мебели, обеспечивающей удобное положение человека во время занятий (сохранение осанки, расстояние до глаз, цвет, вид, материал изготовления мебели и т.п.);
- возможность смены положения тела (сидя, стоя);
- соответствие учебной мебели размерам обучаемого, требованиям гигиены к материалам изготовления, удобному положению спины, высоте рабочей поверхности стола (парты);
- уровень освещенности при естественном, смешанном и при искусственном освещении (хороший, удовлетворительный, неудовлетворительный);

- соблюдение специальных требований к цвету предметов (доска, мел, поверхность стола, стен, пола, потолка);
- легкость восприятия информации с доски;
- влияние окружающих условий на уровень шумов в учебных аудиториях, источники шума (за пределами учебного заведения, в соседних аудиториях);
- тепловой комфорт в аудиториях (температура воздуха, влажность, движение воздуха, тепловое излучение);
- соблюдение требований безопасности и эффективности при проведении занятий в компьютерных лабораториях (клавиатура, мышь, дисплей).

К *опосредованным санитарно-эргономическим факторам*, влияющим на организацию учебно-воспитательного процесса ссуза, относятся промышленные предприятия и транспорт.

В группу *косвенных санитарно-эргономических факторов* входят политика, экономика, здравоохранение. Относительно организации здравоохранения в системе среднего специального образования нашего региона положительным является то, что в соответствии с Трудовым кодексом РФ ежегодно все студенты ссузов проходят полное медицинское обследование, в техникумах постоянно работает фельдшерская служба, оказывающая первую медицинскую помощь и профилактическую работу. В техникумах постоянно действуют стоматологические кабинеты.

В результате изучения и обобщения эргономических и психологических положений о возможности применения НОУТ студента в ссузе в комплексе с анализом наличия этих условий в техникумах и колледжах Твери, на материале которых выполнялась работа, можно сделать следующие выводы:

- социальный и финансово-экономический статусы студента и современного среднего профессионального учебного заведения отвечают условиям, необходимым для НОУТ студента;
- применяемые в учебно-воспитательном процессе ссуза методы и формы организации учебно-воспитательной работы по формированию эмоционально-волевой сферы, индивидуально-психологических свойств студента, ВСПК учебной группы обеспечивают НОУТ студента;
- представители раннего юношеского возраста практически имеют достаточно развитую биологическую основу, создающую условия для формирования и развития познавательных психических процессов: восприятия, внимания, мотиваций, эмоций, памяти, мышления;
- к изменению психофизического состояния студента приводят явления, вызванные такими негативными условиями окружающей среды как загрязненный воздух, вода и почва, радиация, транспорт, промышленность, недоброкачественные продукты, а также предметы и помещения, с которыми студент находится в непосредственном контакте. Это говорит о необходимости валеологизации всех уровней организации и подготовки специалистов за счет внедрения в учебный процесс ссуза «Программы формирования валеологического мировоззрения студента».

Обобщая имеющийся опыт и полученные нами в результате исследования данные, можно назвать четыре группы факторов, влияющих на организацию учебно-воспитательного процесса ссуза:

- 1) социально-психологические;
- 2) психофизиологические;
- 3) психогигиенические;
- 4) санитарно-эргономические.

Каждая группа факторов включает условия, определяющие возможность применения правил НОУТ студента в ссузе (рис.1).

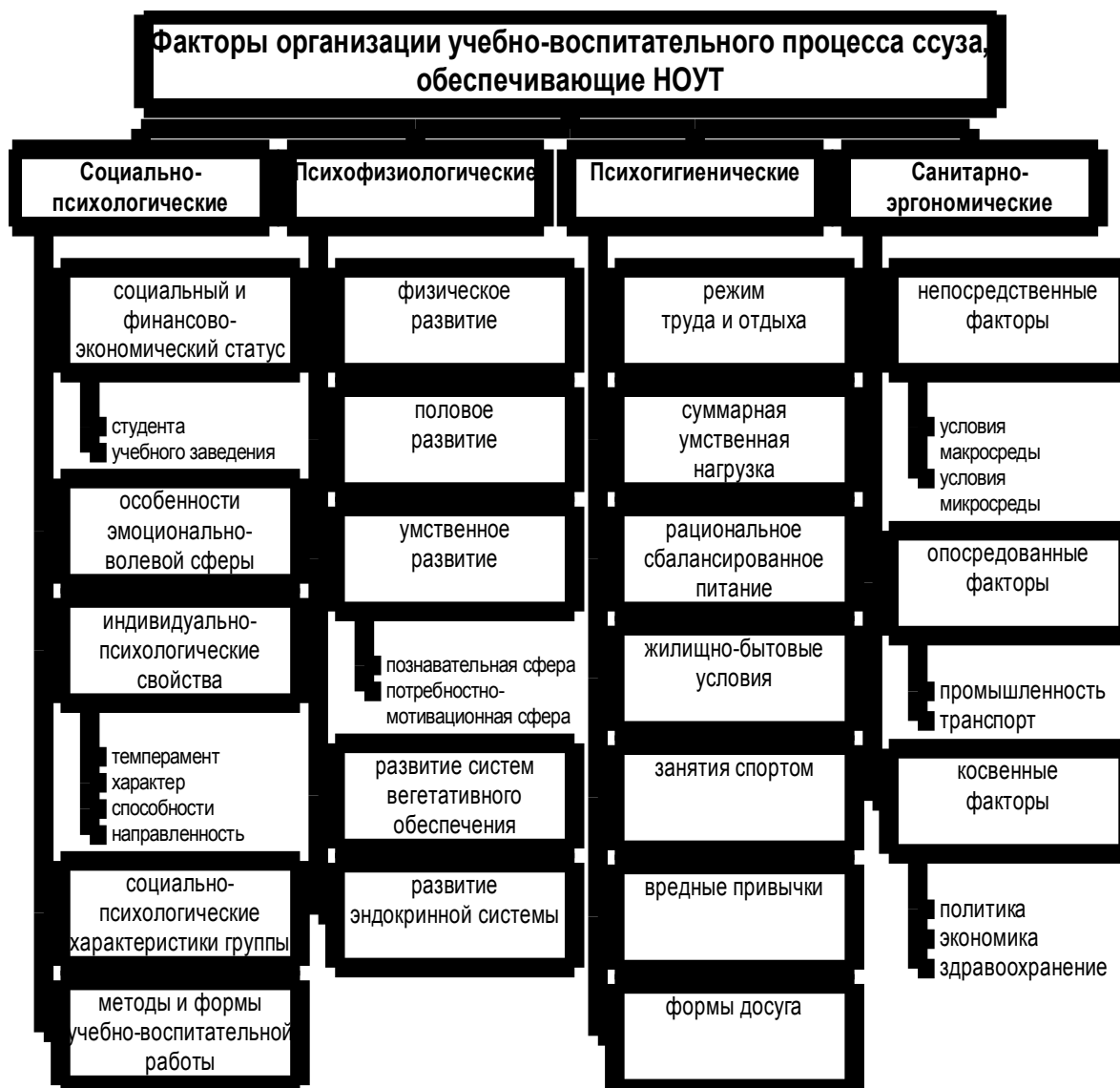


Рис.1. Структурная схема оптимизации учебно-воспитательного процесса ссуза

Выявив условия обучения студентов средних специальных учебных заведений, можно сформулировать их специфические особенности:

1. Сочетание получения полного среднего образования с профессиональной подготовкой. Цель любого учебного заведения профессионального профиля среднего уровня образования – подготовка специалистов отнюдь не ра-

бочих профессий, а техников, технологов, мастеров, бухгалтеров, юристов и т.д. Наряду с этим ссуз выполняет функции школы, завершая изучение гуманитарных и естественнонаучных дисциплин по программе 10-11 классов. Такое сочетание обучения и профессиональной подготовки требует специфических форм и методов организации учебной деятельности.

2. *Недостаточный уровень государственного финансирования системы средних специальных учебных заведений* вынуждает руководство ссузов вводить платные формы обучения, при поступлении на которые проводится только собеседование. Таким образом, ряды студенческой молодежи техникумов пополняются слабо подготовленными абитуриентами.

3. *Необходимость учета психологических и физиологических особенностей развития личности студента ссуза*, который находится на переходном этапе из подросткового в ранний юношеский возраст. Студент ссуза выполняет следующие объемы учебной нагрузки в неделю: аудиторная - 36 часов; изучение дисциплин дополнительной квалификации - до 6 часов; самостоятельная работа - не менее 12 часов. Психофизиологическое развитие подростка не обеспечивает необходимого ресурса для выполнения такого объема нагрузки, в связи с чем возникает угроза развития учебного стресса, снижения уровня здоровья и т.п..

4. *Особенности контингента поступающего на учебу:*

- слабый уровень подготовки к обучению (преобладание низкого и ниже среднего уровней развития логически-понятийного мышления; слабо развитые память, речь, воображение и т.п.);
- низкий уровень дисциплины, наличие вредных привычек в виде употребления наркотиков, алкоголя, курения;
- при среднем уровне материального достатка зачастую неблагоприятная обстановка в семье, отсутствие внимания и заинтересованности в судьбе подростка со стороны родителей;
- неосознанность выбора профессии, так как большинство студентов идут в техникум потому, что их не оставляют в старших классах школы, а в техникум берут всех, кто готов платить за обучение.

5. *Почти полное отсутствие обоснованных научно-исследовательских разработок организации психологического сопровождения учебно-воспитательного процесса в средних специальных учебных заведениях.* В настоящее время имеются работы ряда авторов – руководителей и преподавателей ссузов, посвященных процессам адаптации студентов и психологии профессиональной деятельности педагогов, воспитателей, кураторов. Однако работ по НОУТ студента учебных заведений профессиональной подготовки практически нет.

Изучив взгляды отечественных и зарубежных психологов на проблему НОУТ студента, логично выполнение исследования по следующим направлениям:

- наличие условий для внедрения НОУТ студента в системе ссузов;
- возможность повышения интеллектуальной работоспособности студента ссуза за счет формирования его валеологического мировоззрения;

- экспертная оценка приоритетных направлений по созданию условий НОУТ студента, обеспечивающих повышение его интеллектуальной работоспособности.

Во **второй главе** «Анализ влияния психологических и эргономических условий на повышение интеллектуальной работоспособности студента ссуза» исследованы и научно обоснованы факторы, обеспечивающие повышение результативности интеллектуального труда студента ссуза. Основной задачей, решаемой на экспериментальном этапе, явилось выявление психологических условий и путей НОУТ, способствующих успешному овладению знаниями и укреплению здоровья студентов при помощи:

- изучения и анализа условий обучения в ссузе, обеспечивающих повышение интеллектуальной работоспособности студентов;
- экспертной оценки и ранжирования факторов организации учебно-воспитательного процесса ссуза по степени влияния на НОУТ студентов.

Исследование наличия и степени развитости условий, обеспечивающих научную организацию умственного труда студентов средних профессиональных учебных заведений, осуществлялось по направлениям, теоретически обобщенным в первой главе (рис. 1), опираясь на различные методы психологии труда: беседу, анкетирование, формирующий эксперимент, экспертную оценку, интервьюирование, наблюдение, анализ результатов деятельности.

Исследование проводилось на базе трех Тверских ссузов: кооперативный техникум (ТКТ), индустриально-экономический колледж им. Коняева (ТГИЭК), педагогический колледж (ТПК). В анкетировании приняли участие 430 респондентов: 230 студентов второго курса, в том числе 79 юношей, и 200 студентов 3 курса, из них 65 юношей.

Для анализа *социального и финансово-экономического статуса студента (его семьи)* нами изучались личные дела студентов, проводились анкетирование и опрос. Это позволило выявить, что 43% обучаемых происходят из семей служащих, примерно столько же (39,7%) – из семей рабочих и работников, занятых в сфере сельскохозяйственного производства. Социальный статус 17,3% студентов строго не определяется, так как часто один из родителей является рабочим, а другой служащим. Из общего числа семей служащих 18% составляет группа, занятая частным предпринимательством. Полученные данные говорят о том, что независимо от социального происхождения наблюдается стремление получения образования, которое позволит молодому человеку занять определенное социальное положение в обществе.

Обучение в ссузах платное, следовательно, для этого семья должна иметь определенный уровень денежных доходов. В большинстве случаев (87%) плату за обучение вносят родители студентов, они же оплачивают их проживание в общежитии или на квартире. В ряде случаев студенты сами оплачивают свое обучение, так как сочетают учебу с работой (9% студентов работают постоянно, а 29,5% - периодически сочетают работу с учебой).

Об уровне доходов можно судить и по рациону питания (анкетирование, беседа): у 75% студентов он включает в себя ежедневное потребление белков, углеводов, жиров и витаминов в достаточном количестве.

Финансово-экономический статус характеризуется также наличием в распоряжении студентов персональных компьютеров (27,8%), мобильных телефонов (76,1%). Подавляющее большинство студентов ссузов одеты модно и современно.

К сожалению, нельзя сказать, что семьи студентов техникумов имеют высокий уровень материального достатка (опрос). Так как среди форм досуга и отдыха большинство из них могут позволить себе только посещение дискотек (70,0% студентов) и 1-2 автобусные экскурсии в год в Москву или другие близлежащие города (Великий Новгород, Санкт-Петербург, Сергиев Посад и т.п.). Посещение платных спортивных секций и тренажерных залов доступно 14,3% студентов. Только 2,4% из общего числа обучающихся в техникуме ежегодно отдыхают на оздоровительных курортах или пансионатах в России или за рубежом. Это говорит о среднем уровне материального достатка семей, в которых они проживают.

Как отмечалось в первой главе, *социальный и финансово-экономический статусы современного среднего профессионального учебного заведения* отвечают условиям, необходимым для НОУТ.

Изучение *особенностей эмоционально-волевой сферы и индивидуально-психологических свойств студента* позволяет говорить о том, что способность эффективно трудиться завершает перечень признаков эмоционального благополучия потому, что она является интегральным показателем психического здоровья. Формирование навыков НОУТ будет продуктивным в том случае, если студент эмоционально благополучен. В исследовании нами предложены способы создания условия эмоционального благополучия студента в процессе обучения. Анализ причин, нарушающих эмоциональное благополучие студента ссуза, позволил нам сформулировать перечень условий, которые будут способствовать предупреждению стресса, связанного с учебой.

Результаты исследования *внутреннего социально-психологического климата* (ВСПК) в студенческих группах показывают, что 20,5% студентов оценивают ВСПК как неустойчиво благоприятный; показатели благоприятного ВСПК присутствуют у 55,0% респондентов; остальные 24,5% считают, что ВСПК носит ярко выраженный неблагоприятный характер. Необходимо отметить, что процент студентов, оценивающих ВСПК как благоприятный выше на третьем курсе (63,0%), чем на втором (47,0%). Это объясняется тем, что для появления таких характеристик коллектива как сплоченность и взаимопонимание требуется определенный период времени. Таким образом, в целом по техникуму, в большинстве групп (72%) определены показатели благоприятного ВСПК.

Показатели ВСПК в студенческих группах коррелируют с результатами умственной деятельности, в качестве характеристик которой мы определили средний балл успеваемости и качественную успеваемость по группе (табл. 1).

Таблица 1

Результаты исследования ВСПК, среднего и балла
и качественной успеваемости

Курс	Благоприятный ВСПК	Неустойчиво благоприятный ВСПК	Средний балл	Качественная успеваемость
Второй	47%	22%	3,9	69%
Третий	63%	19%	4,2	78%

Исследуя такой фактор организации учебно-воспитательного процесса как *методы и формы учебно-воспитательной работы*, нами выявлена особая роль преподавателей физического воспитания в повышении умственной работоспособности и формировании навыков здорового образа жизни студентов средних профессиональных учебных заведений.

Мы считаем, что наши студенты должны стать не только грамотными специалистами, но и здоровыми людьми. Для организации валеологической работы со студентами нами разработана **ПРОГРАММА формирования валеологического мировоззрения студента** на основе следующих принципов:

- формирование индивидуальной культуры здоровья, независимо от получаемой специальности;
- раскрытие сути понятия «здоровье» и составляющих его качеств;
- привитие валеологического мировоззрения и установки на здоровье – главной человеческой ценности;
- изучение теоретических основ знаний о здоровом образе жизни как важнейшем факторе здоровья;
- формирование чувства ответственности за свое здоровье;
- изучение методов самодиагностики здоровья и его укрепления;
- исследование влияния факторов здорового образа жизни на умственную работоспособность, эмоциональное и психическое здоровье.

Программа рассчитана на 80 часов занятий, половину из которых составляет самостоятельная работа студента. Из 40 часов аудиторных занятий 18 часов – практические. Итоговый контроль знаний, умений и навыков осуществляется в форме защиты рефератов по теме самостоятельно проведенного исследования.

Эффективность результативности разработанной ПРОГРАММЫ проводилась в экспериментальной и контрольной группах. В ходе исследования в экспериментальной группе (27 студентов) еженедельно проводились теоретические и практические занятия по «Программе формирования валеологического мировоззрения студента» в объеме 3 академических часов. В контрольной группе (26 студентов) занятия по ПРОГРАММЕ не проводились. В ходе эксперимента на начальном и окончательном этапах в каждой группе испытуемых определялись показатели интеллектуальной работоспособности:

- уровень произвольной памяти;

- объем и точность кратковременной памяти;
- объем и точность кратковременной и долговременной памяти;
- уровень аналитического мышления и установления закономерностей;
- уровень логически-понятийного мышления, образования сложных аналогий.

Статистический анализ полученных данных, проведенный с помощью критерия χ^2 - угловое преобразование Фишера, показал достоверность полученных данных на уровне статистической значимости $p \leq 0,05$:

на начальном этапе эксперимента не выявлено достоверных различий по исследуемым психологическим признакам в контрольной и экспериментальной группах;

на начальном и заключительном этапах эксперимента не выявлено достоверных различий по исследуемым психологическим признакам в контрольной группе;

на заключительном этапе эксперимента выявлены достоверные различия по исследуемым психологическим признакам в контрольной и экспериментальной группах;

на начальном и заключительном этапах эксперимента выявлены достоверные различия по исследуемым психологическим признакам в экспериментальной группе.

Однако необходимо отметить, что замеры, проведенные спустя 4 месяца после окончания эксперимента, показали некоторый спад при сохранении положительной динамики в экспериментальной группе по сравнению с контрольной.

Для исследования и анализа условий НОУТ студента ссуза по группе *психогигиенических факторов* студентам второго и третьего курсов вышеназванных учебных заведений были предложены разработанные нами анкеты с целью изучения:

- направленности, отношения к учебе;
- применения научно-организованных методов самостоятельной работы над учебным материалом;
- основных показателей состояния здоровья студентов и соблюдения ими условий здорового образа жизни;
- развития гностических основ учебно-познавательной деятельности;
- жилищно-бытовых условий;
- рационального распределения времени между учебной деятельностью, досугом, отдыхом (режим дня).

Соблюдение *режима труда и отдыха* (анкета 2) обеспечивает поддержание оптимального уровня интеллектуальной деятельности. Данные наших исследований по соблюдению режима труда и отдыха показывают, что:

- не имеют четкого распорядка дня 69,1% респондентов;
- ложатся спать позже 24 часов 56,0%;
- встают позже 10 часов утра 30,9%, все студенты, обучающиеся во вторую смену;
- всегда планируют свой день и этапы выполнения работы 17,9%.

Студент, занятый умственным трудом, вынужден для достижения положительного результата удлинять свое рабочее время, уменьшать время отдыха, что требует повышенного расхода нервно-психической энергии. По полученным данным у 76 (17,7%) студентов ночной сон составляет 6 часов и менее; 42,6% с трудом просыпаются и долго входят в рабочий ритм. Беседы и интервьюирование выявили в качестве основных причин нарушений режима и распорядка дня, дефицита сна следующие:

- значительный объем домашних заданий;
- аудиторские занятия, включая курсы дополнительного профессионального образования составляют 8 часов в день, при нагрузке – 6 часов; таким образом, суммарная умственная нагрузка (с учетом самоподготовки) занимает 12 и более часов;
- неорганизованность, отсутствие силы воли, целеустремленности, дисциплинированности;
- наличие вредных привычек.

Результаты анкетирования (анкета 1) показали *направленность, отношения к учебе, суммарную умственную нагрузку*: не успевают качественно изучать материал 53,0%; испытывают трудности при подготовке к занятиям 35,3%; самоконтроль в процессе усвоения материала постоянно применяют 14,4%, не применяют 69,1%, частично применяют 13,5%; учат материал, потом стараются понять 42,1%; считают достаточным усвоить дефиниции 47,0%; не делают установки на запоминание 45,1%; усваивают материал в один прием 70,0%; приступают к практическим заданиям без изучения теории 53,0%; усваивают одновременно теорию с выполнением практических заданий 10,0%; изучают сначала теоретическую часть 37,0%.

Как видно из полученных результатов, изучение учебного материала, владение логическими операциями и осмысление учебной информации осуществляется студентами на недостаточном уровне. Большинство студентов формируют свои знания бессистемно, что приводит к низкому уровню усвоения информации, излишним затратам времени, то есть к дополнительным психофизическим нагрузкам.

Рациональное и сбалансированное питание (анкета 2) играет важную роль в сохранении соматического и психологического здоровья. Поэтому нарушения режима питания, недоедание и нерегулярный прием пищи оказывает отрицательное влияние на интеллектуальные процессы и эмоциональное состояние студента (табл. 2).

Таблица 2

Особенности режима питания

Особенности питания	Человек	%
Ежедневно съедают хотя бы один фрукт	236	54,9
Ежедневно едят салаты из овощей	112	26,0
Регулярно принимают поливитамины	77	17,9
Ежедневно употребляют кисломолочные продукты (кефир, йогурт, творог, ряженка и т.п.)	195	45,3

Имеют четырехразовое питание	83	19,3
Завтракают, обедают и ужинают в одно и то же время	96	22,3

Жилищно-бытовые условия (анкета 2) являются важным фактором, обеспечивающим НОУТ. Соблюдение режима дня и отдыха, рационального, сбалансированного питания, выполнение упражнений утренней гимнастики, прием водных процедур во многом определяются условиями проживания. Таким образом, жилищно-бытовая обстановка является важным фактором обеспечения нормальной интеллектуальной работоспособности. Наши исследования показали, что жилищно-бытовые условия студентов ссузов имеют следующую характеристику (табл.3):

Таблица 3

Характеристика жилищно-бытовых условий студентов

Показатели	Условия	Человек	%
Проживание	Дома	216	50,2
	В общежитии	145	33,7
	На квартире	69	16,0
Бытовые условия, условия для подготовки к занятиям	Отдельная комната	181	42,1
	Комната делится с братом (сестрой), подругой (другом)	239	55,6
	Имеется рабочее место	91	44,4

Как видно из данных таблицы 5, более 30% студентов проживают в общежитии, то есть после поступления в техникум у них произошло изменение общего жизненного стереотипа.

Исследования, проведенные совместно с коллегами из других техникумов Твери подтвердили наши данные о том, что 45-75% поступивших студентов-первокурсников испытывают значительные трудности адаптации к новым условиям. У 12% студентов адаптация протекает сложно и длительно, вплоть до окончания второго семестра.

Важно в организации быта студентов обеспечить наличие рабочего места, в идеале оборудованного персональным компьютером с выходом в Интернет. В настоящее время место для занятий имеют 42,1% опрошенных студентов.

Занятия спортом (анкета 2) в нашем исследовании мы рассматриваем как фактор, обеспечивающий НОУТ студента, – вариант двигательной активности, способствующий поддержанию и сохранению его здоровья.

Студентам, решившим улучшить свою физическую форму, предлагаются разработанные нами тренировочные программы, при выборе которых учитываются пол, возраст, уровень подготовленности, здоровья, интересы, наличие и занятость тех или иных тренажеров и снарядов.

Количество студентов, посещающих спортивные секции, значительно возросло в последние 3-5 лет вследствие привлечения студентов к проведению научно-исследовательской работы по изучению условий ЗОЖ и влияния

на здоровье вредных факторов. Таким образом, можно отметить повышение заинтересованности самих студентов в сохранении и улучшении показателей здоровья и, следовательно, создании наилучших условий для НОУТ.

Проведенное нами анкетирование показало степень распространения *вредных привычек* (анкета 2) среди студентов ссузов: курят 46%; употребляют наркотики 3,7%; употребляют алкоголь (в том числе пиво) 66,3%. И, если в отношении наркотиков нами получены недостаточно правдивые ответы, то употребление алкогольных напитков и курение студенты не скрывают, считая это нормальным явлением жизни.

Выявлена зависимость между закаливанием организма и простудными заболеваниями; занятием утренней гимнастикой, активным отдыхом и усвояемостью учебного материала. Регулярно используют утреннюю гимнастику 9,1%, занимаются спортом только на уроках физкультуры 55,4%, посещают спортивные клубы и секции 32,6% студентов техникумов.

Среди опрошенных респондентов достаточно большой процент (39,8%) «практически не болеют»; 19,8% имеют хронические заболевания и освобождены от занятий физкультурой или занимаются в спецгруппе; 20,7% три и более раз в течение учебного года болеют ОРВИ. Общее самочувствие студентов находило отражение в усвояемости учебной информации: только 32,1% студентов успевают качественно изучать учебный материал; 24,0% испытывают трудности при подготовке к занятиям.

В организации умственного труда необходимо учитывать и установку слушателя на учебу, связанную с самочувствием:

- у 34,4% респондентов после занятий часто болит голова;
- 62,6% чувствуют усталость, хотят спать во время занятий;
- только 26,0% идут в техникум с удовольствием;
- во время занятий чувствуют бодрость, желание трудиться 18,1% студентов.

Основными *способами отдыха, проведения досуга* (анкета 2), кроме занятий в спортивных секциях, студентов являются:

- чтение художественной литературы – 34,9%;
- посещение дискотек – 80,9%;
- посещение театров, музеев, библиотек – 20,0%;
- походы – 46,0%.

Состояние недостаточного и неполного восстановления интеллектуальной работоспособности усугубляется постоянным увеличением информации, необходимостью совмещения учебы с работой, так как обучение для ряда студентов осуществляется на платной основе (11,2% респондентов работают постоянно, а 27,9% - периодически сочетают работу с учебой). Все это в сочетании со сложностью процесса адаптации может привести к возникновению конфликтных, эмоционально-стрессовых ситуаций и стрессовых состояний.

Исследование по группе *санитарно-эргономических факторов* осуществлялось в направлении исследования факторов микросреды

Замеры, проведенные в аудиториях, лабораториях, библиотеках ссузов, участвовавших в исследовании, подтвердили соблюдение норм санитарно-гигиенических условий. Об этом же свидетельствуют акты проверок, проводимых инспекторами СЭС г. Твери.

Для определения значимости условий (рейтинг), влияющих на НОУТ студента и определения значимости каждой группы условий нами использован экспертный метод. В качестве экспертов были приглашены директора техникумов и колледжей Твери и области, всего 29 человек. Бланк экспертной оценки предусматривал балльную оценку условий, влияющих на организацию учебно-воспитательного процесса ссуза. Экспертам предлагалось также дополнить недостающие, на их взгляд, условия. Согласованность мнений экспертов при обработке полученных результатов подтверждена с помощью коэффициента конкордации (W), а также при помощи метода χ^2 - критерий Пирсона.

Анализ распределения мнений экспертов по каждой группе факторов организации учебно-воспитательного процесса ссуза позволил выделить наиболее значимые из них (табл. 4).

Таблица 4

Рейтинг условий НОУТ студента ссуза

Факторы организации учебно-воспитательного процесса ссуза, обеспечивающие НОУТ студента							
Социально-психологические		Психофизиологические		Психогигиенические		Санитарно-эргономические	
Место	Наименование условия	Место	Наименование условия	Место	Наименование условия	Место	Наименование условия
2	Социальный и финансово-экономический статус учебного заведения	3	Физическое развитие	2	Режим труда и отдыха	2	Условия макросреды (воздух, вода, почва, геоструктуры, природно-климатические явления)
3	Социальный и финансово-экономический статус студента	4	Половое развитие	4	Рациональное, сбалансированное питание	1	Условия микросреды (емкость, наполняемость кабинетов, комфортность...)
8	Особенности эмоционально-волевой сферы преподавателя	1	Умственное развитие (познавательная сфера)	5	Жилищно-бытовые условия	6	Промышленность
5	Особенности эмоционально-волевой сферы студента	2	Умственное развитие (потребностно-мотивационная сфера)	1	Суммарная умственная нагрузка	7	Транспорт
7	Индивидуально-психологические свойства преподавателя	5	Развитие систем вегетативного обеспечения	6	Занятия спортом	5	Политика
1	Индивидуально-психологические свойства	6	Развитие эндокринной системы	3	Вредные привычки	4	Экономика

	Студента						
6	Социально-психологические характеристики учебной группы			7	Формы досуга	3	Здравоохранение
4	Методы и формы учебно-воспитательной работы						

Проведенное исследование показало, что наилучшим образом в ссузах обеспечиваются условия группы санитарно-эргономических факторов: вместимость, наполняемость кабинетов, состояние воздушной среды, освещенность, комфортность, интерьер и экстерьер.

Руководители ссузов, выступившие в роли экспертов, имеют в своем распоряжении инструментарий (финансовые и экономические) возможности создания в учебном заведении условий, обеспечивающих НОУТ студента.

Заключение содержит аргументы, подтверждающие гипотезы, а также **выводы**:

1. Полученные результаты позволили подтвердить выдвинутые гипотезы о том, что возможен перенос общих закономерностей НОУТ студента на столь специфические условия обучения в ссузе при условии их модификации с учетом особенностей контингента. Это способствует повышению интеллектуальной работоспособности студентов. Усиление гностического компонента в направлении валеологизации процесса обучения обеспечивает успешное формирование «компетентности здоровьесберегающих технологий», навыков культуры умственного труда, эффективное овладение знаниями, укрепление здоровья студентов.

2. Обоснована необходимость исследования основных подходов, принципов и методов организации и планирования учебно-воспитательного процесса ссуза, обусловленная потребностью изучения индивидуально-психологических особенностей студента, микросреды, в которой он находится, с целью уменьшения морально-психологических нагрузок на личность обучаемого, укрепления его здоровья.

3. Сделан анализ сложившихся взглядов на социально-психологические, психофизиологические, психогигиенические и санитарно-эргономические факторы и выявлена необходимость их пересмотра с учетом социально-экономических изменений в положении студенческой молодежи в работах отечественных и зарубежных ученых.

4. Научная организация умственного труда в ссузе – это деятельность преподавателей и студентов, опирающаяся на новейшие исследования в области психологии, психофизиологии, социальной психологии, педагогики и гигиены, современные информационные технологии и направленная на максимальную оптимизацию процесса обучения и воспитания при наименьших затратах сил и средств и сохранности здоровья обучаемых и обучающихся.

5. Систематизированы условия и пути внедрения системы НОУТ в учебно-воспитательный процесс среднего профессионального учебного заведения.

6. Теоретически обоснована и практически апробирована «Программа формирования валеологического мировоззрения студента», показана роль гностического компонента образовательного процесса в формировании у студенческой молодежи установки на успешность обучения и здоровый образ жизни.

7. Принципиальное значение имеет дальнейшие изыскания в области НОУТ по психологическим, психофизиологическим, эргономическим и социально-психологическим факторам с созданием условий для практической проверки и совершенствования новых подходов и механизмов повышения эффективности учебы и улучшения быта студенческой молодежи ссузов. Реализация этих направлений означает создание в ссузах благоприятного социально-психологического климата для познавательной деятельности студентов. На решение этих задач должны быть направлены новейшие открытия в области психологической и эргономической наук.

На основе этих и других выводов можно сформулировать *практические рекомендации*:

1. Поскольку в комплексе мероприятий по внедрению в учебно-воспитательный процесс ссуза научных и учебно-методических предложений по НОУТ особое значение отводится задаче сохранения здоровья студенческой молодежи, видится целесообразным введение в систему среднего профессионального образования «Программы формирования валеологического мировоззрения студента».

2. Наши исследования показали, что работу по созданию условий НОУТ в ссузах следует начинать с системы повышения квалификации работников образования. В связи с этим полученные результаты через управление средних специальных учебных заведений Департамента образования Тверской области доведены до сведения руководства техникумов и колледжей области и рекомендованы к применению.

3. Содержащиеся в исследовании научные результаты, рекомендации и выводы являются предпосылкой для дальнейшего исследования взаимосвязи и взаимного влияния факторов НОУТ студента ссуза.

Основные результаты работы отражены в следующих публикациях автора:

Публикация в издании, рекомендованном ВАК:

1. Сеницын М.В. Валеологизация образовательного процесса как основа эмоционального благополучия студента // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова научно-методический журнал. Серия психологические науки: Акмеология. Образование. 2007. – С.28-33.

Другие научные публикации:

1. Сеницын М.В., Филинова И.М. Социально-психологические условия и гностические особенности обучения в среднем профессиональном учебном заведении // Краеведческая психология. Выпуск №4, Тверь, 2004. – С.179-186.

2. Сеницын М.В., Филинова И.М. Самостоятельная исследовательская работа студентов по формированию валеологического мировоззрения // Краеведческая психология. Выпуск №4, Тверь, 2004. – С.187-190.

3. Сеницын М.В. О задачах повышения умственной работоспособности студента ссуза // Краеведческая психология. Выпуск №5, Тверь, 2005. – С.141-146.

4. Сеницын М.В. Исследование путей повышения умственной работоспособности студента ссуза // Краеведческая психология. Выпуск №5, Тверь, 2005. – С.146-154.

5. Сеницын М.В. Формирование валеологического мировоззрения студента как условие научной организации умственного труда // Психологические, педагогические и социальные аспекты сопровождения талантливой молодежи: методология, теория, практика. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Тверь, изд-во Научная книга, 2006. – С. 183-187.