

СУТОЧНЫЙ БИОРИТМ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА УСВАИВАЕМОСТЬ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА СТУДЕНТАМИ

Твардовский И.А., Чобан Г.С. (Одесская государственная академия строительства и архитектуры, г. Одесса, Украина)

В природе все явления протекают со своей цикличностью. Для человека определяющим является суточный биоритм [1].

Суточный биоритм начинается с дневного, который берет свое начало с восходом солнца и заканчивается с его заходом, переходя в ночной биоритм, который в свою очередь заканчивается новым восходом солнца, рождающим новый день и новые сутки (рис.1).

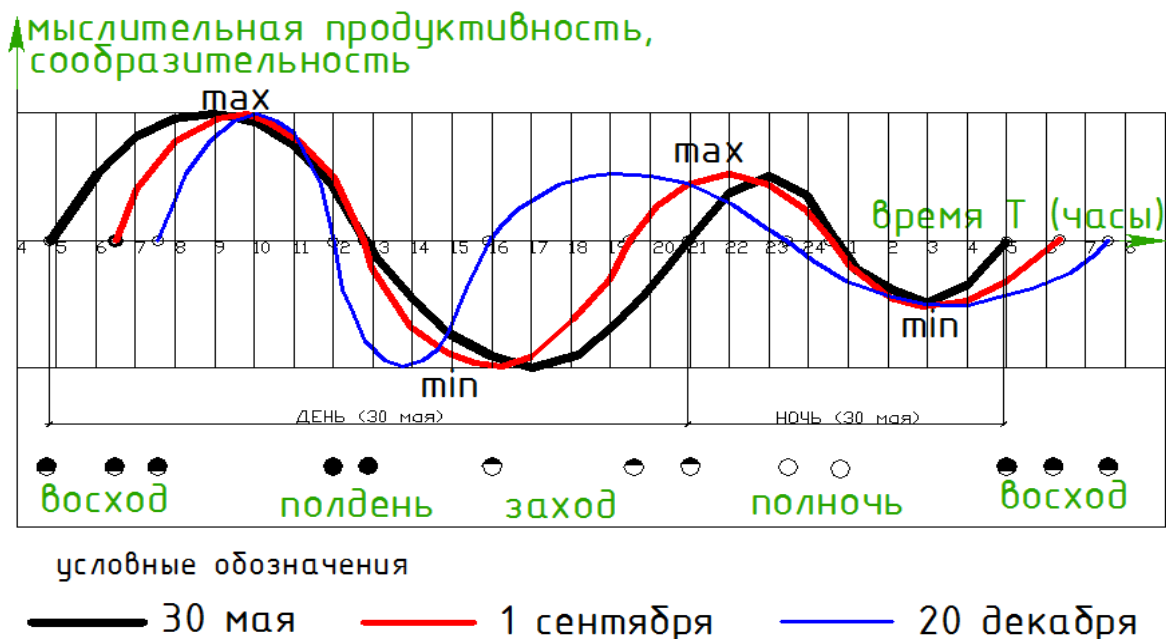


Рис 1. Изменение мыслительной продуктивности и сообразительности

в зависимости от времени суток и времени года

Из графика видно, что по времени суток 1-я и 2-я пары попадают на максимальный уровень интеллектуальной восприимчивости, 3-я и 4-я пары приходятся на нисходящую ветвь синусоиды.

Исследования, проведенные в течении первого семестра, подтвердили достоверность приведенных графиков. По полученным данным усваиваемость студентами учебного материала на 1-ой и 2-ой парах

составила 85-90%, тогда как эти же студенты на 4-й паре усвоили учебный материал на 65-70%.

Исходя из выше приведенного можно сделать вывод, что занятия по дисциплинам, определяющим инженерную подготовку наших выпускников необходимо планировать в учебном процессе на 1-ой и 2-ой парах.

1. Кузнецов Ю.Ф. Биоритмы человека: физический, эмоциональный, интеллектуальный.- М. Амрита-Русь, 2008, - 352 с.