

ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ «РЕАВИЗ»
КАФЕДРА РЕАБИЛИТОЛОГИИ И СЕСТРИНСКОГО ДЕЛА
ДИСЦИПЛИНА «Психология и педагогика»

Теория деятельности и предмет психологии

Выполнил: обучающийся
129 группы 1 курса
стоматологического факультета
Мухарямов И.А.

Проверила: ст. преподаватель
Береснева О.Е

РАБОТА

- это целенаправленная деятельность,
- связанная с использованием нервномышечной системы
- или нервно — психической активности.



Физиологическая стоимость работы

- Определяется совокупностью напряжения физиологических систем при выполнении работы

Работоспособность

- потенциальная или реальная
возможность человека
- выполнять максимально
возможное количество работы
- с определенным качеством на
протяжении заданного времени.

Факторы, определяющие работоспособность

Внутренние:

- тренированность,
- величина функциональных резервов,
- особенности транспортного и метаболического обеспечения функций,
- эмоциональный фон.

Внешние:

- условия труда,
- температура,
- освещенность,
- шум,
- вибрация,
- состав воздуха,
- сменность работы,
- режим труда и отдыха.

Изменение работоспособности

- Как правило работоспособность колеблется в течении дня, недели, месяца, года
- Эти колебания близки к синусоидальным.

Повышение работоспособности

- Осуществляется путем тренировки систем координации
- процессов транспортного и метаболического обеспечения деятельности.

Определение физической работоспособности

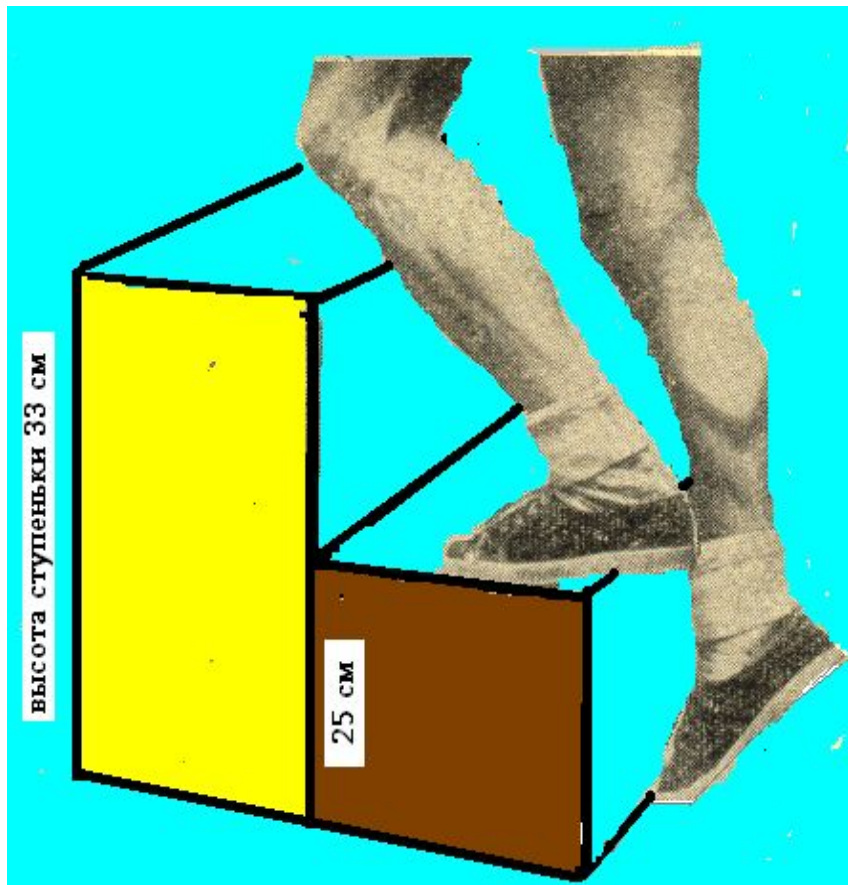
1. По минутному потреблению кислорода

- (определяет аэробную работоспособность).
- Дает представление о внутреннем дыхании, т.е. о работе дыхательной, ССС систем , тканевом дыхании
- Показатель позволяет оценить транспортное и метаболическое обеспечение функций.

- 2) по количеству труда за определенное время;
- 3) по показателям физиологических систем при выполнении трудовой операции.

Метод дозированных физических нагрузок

Степэргометрия



- Тест PWC_{170}
- (ОТ СЛОВ POWER WORKING CAPACITY)
- Позволяет определить потенциальную работоспособность при условии, что ЧСС у испытуемого достигнет 170 в минуту.

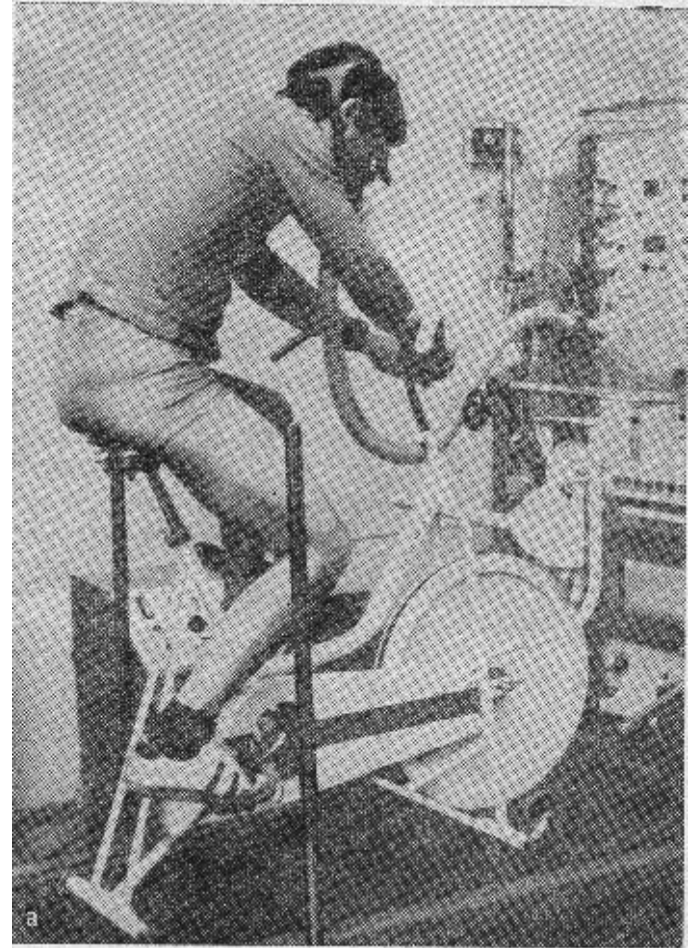
Обследование на тредбане

- Это бегущая дорожка, приводимая в движение мотором.



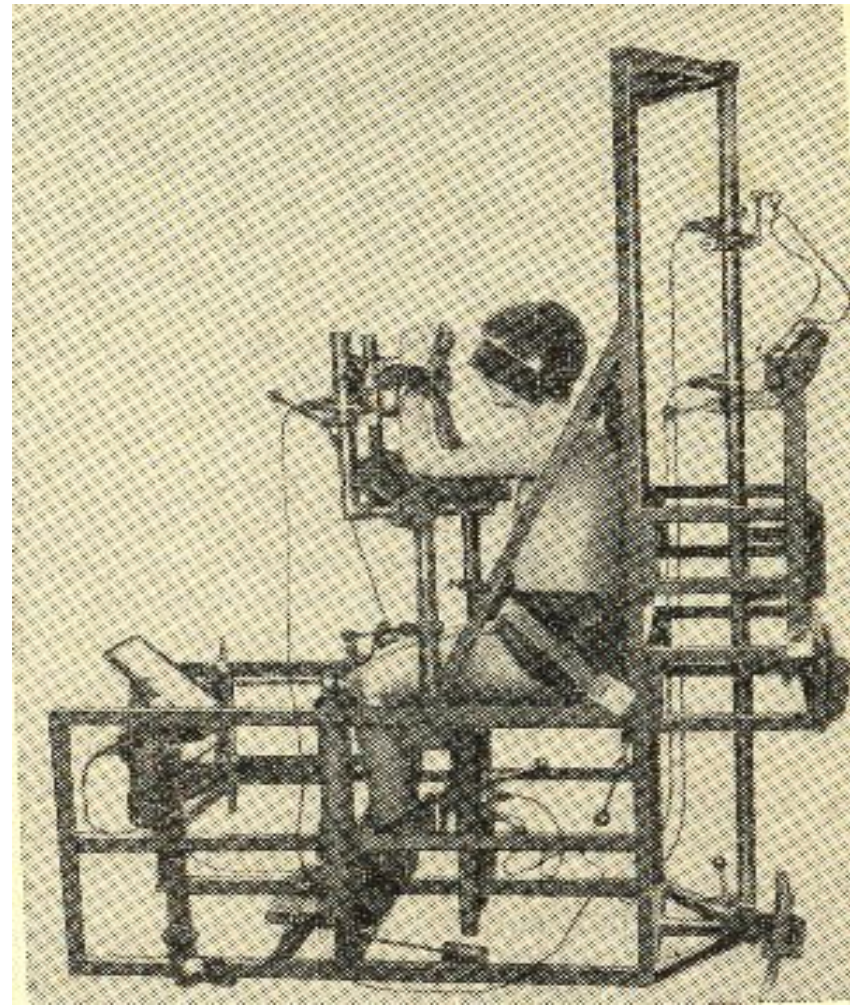
Велоэргометрия

- При проведении такого обследования дозируется величина и продолжительность нагрузки.
- Исследуются показатели ССС:
- ЧСС, АД, непрерывно записывается ЭКГ.
- Можно исследовать потребление кислорода



Измерение силы мышц

- Динамометрическая установка для измерения силы различных мышечных групп



Принципы оценки умственной работоспособности

- оценка включает:
- 1) определение объема кратковременной памяти;
- 2) определение устойчивости внимания;
- 3) определение продуктивности умственного труда;
- 4) особенности мышления.