

Егорова Наталья Анатольевна

студентка

ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный

университет им. М.К. Аммосова»

г. Якутск, Республика Саха (Якутия)

ПОНЯТИЕ РАБОТОСПОСОБНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ОБЩЕЖИТИИ)

***Аннотация:** в статье показан анализ работоспособности студентов. В работе показывается, насколько выявлена работоспособность у студентов и насколько они справляются с усталостью.*

***Ключевые слова:** работоспособность, студенты, общежитие.*

Работоспособность – потенциальная возможность индивида выполнять целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени. Работоспособность зависит от внешних условий деятельности и психофизиологических ресурсов индивида [1, с. 1].

Можно выделить работоспособность максимальную, оптимальную и сниженную. В процессе деятельности происходит изменение уровня работоспособности, описываемое с помощью кривой работоспособности, показывающей зависимость эффективности деятельности от времени ее выполнения [2, с. 22].

В общежитии проживают 569 студентов. В корпусе проживают студенты физико-технического института и финансово-экономического института. Студентов Финансово-экономического института, проживающих в общежитии, примерно составляет 170.

Мы провели анкетирование на 20 человек. Из 20 человек 7 мужского пола, 13 женского. Источником информации является социологический опрос, т.е. анкетирование с закрытыми вариантами ответа. В генеральную совокупность входят все студенты общежития. Число единиц выборочной совокупности составляет 20 человек.

Возрастная структура опрошенных: 17–19 – 45%, 20–22 – 40%, 23–26 – 15%.

14 студентов из 20 ответили, что часто выполняют работу, которую можно было передать другим, остальные делают это редко. Это означает, что они берутся за одно дело и не отходят от этого, пока не закончат его. Стремление получить навыки, опыт и знания у них, кажется, уже есть.

Часто из-за занятости обедают наспех 7 студентов, 9 – редко, 4 – очень редко. Обычно студенты обедают на ходу, нет времени нормально поесть в столовой или еще где-то. У всех, кажется, такое бывает. Но не только в студенческое время бывает такое, но и когда пойдут работать.

10 человек ответили, что периодически выполняют вечером ту работу, которую не успели выполнить днем; 7 человек – часто и только 3 – редко. Это потому, что студенты обычно учатся до вечера и выполняют работы только вечером. И только если закончат раньше, могут сделать его днем.

12 ответили, что не были бы более физически крепкими и здоровыми, если бы были менее усердны в учебе, остальные затруднились ответить. Так, если хорошо учиться, то необязательно быть в плохой физической форме. Можно в свободное время или вечером ходить на тренажерные залы и т. д. Студенты совмещают это и то, и поэтому не согласны с этим вопросом.

На 7 вопрос 11 ответили, что для них не характерно то, что уровень работоспособности в последнее время стал падать, 9 – затруднились ответить, 1 – да. Это также показывает их работоспособность, они высоко оценивают свою работоспособность, это хороший показатель.

11 студентов подстраивают свой режим жизни под нужды учебы когда как, 2 ответили – да, 7 – нет. В большинстве случаев студенты подстраивают свой режим. Например, засыпают рано, если с утра раньше учатся или всегда обедают после обеда, потому что не успевают вовремя поесть, пообедать.

9 студентов на десятый вопрос ответили, что способны заставить себя работать в любых условиях, 11 ответили – когда как. Это показывает, что респонденты нуждаются в работе и могут работать в любых условиях. Показывает их целеустремленность, желание найти работу и частично работоспособность.

На 11 вопрос семь студентов ответили, что их раздражают люди, которые отдыхают, в то время как они работают; 11 человек ответили когда как и только два студента ответили, что их это не раздражает. Этот вопрос показывает их понятие о работе, о их выполнении.

Также еще есть несколько вопросов, в которых показана их работоспособность.

По проведенному нашему исследованию, можно сделать вывод, что работоспособность студентов, проживающих в общежитии среднего уровня. Потому что, по нашим данным, они стараются учиться, получить знания, навыки, они совершенствуются во многом, развивают себя во многих сторонах деятельности. Они преодолевают себя, свои страхи, чтобы быть успешными в будущем. Студенты не только уделяют все свое время учебе, но и успевают находить время для друзей, участвуют в различных мероприятиях, соревнованиях, конкурсах, занимаются своими любимыми занятиями. Это все характеризует их работоспособность. Но временами работоспособность может снизиться, потому что могут и отказаться от какой-либо деятельности или могут все вовремя не успевать и их уровень работоспособности снизится. В большинстве случаев, студенты не проявляют внимание к понятию «работоспособность». Они не пытаются понять это, не составляют свой режим дня, недели и т. д.

Список литературы

1. Работоспособность // Википедия: свободная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Работоспособность> (дата обращения: 03.11.2016).
2. Мазуренко И. Как измерить работоспособность кадрового менеджмента / И. Мазуренко // Кадровик. Кадровый менеджмент. – 2012. – №12. – 31 с.