

**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 насухо 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 отдохивают, 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, развиваются в许多方面. 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.