View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk
brought to you by CORE

МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ КЛИНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ

УДК 794:[159.9:61-057.87]

ВЛИЯНИЕ ТИПА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ НА РЕЗУЛЬТАТ ИГРЫ В «БЫСТРЫЕ» ШАХМАТЫ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Аксенцов А.Г., Романов И.В., Харкевич М.В.
УО «Витебский государственный медицинский университет»

Введение. Определение основных свойств нервной системы имеет большое значение. Это имеет прямое отношение как к теоретическим, так и к прикладным исследованиям. Большинство лабораторных методов, разработанных для того, чтобы проводить диагностику основных свойств нервной системы требуют определенных условий проведения и специализированной аппаратуры. Поэтому для обычного исследователя они являются очень трудоемкими. Существует теппинг-тест, который является не таким точным, как различные экспресс-методики, проводимые на дорогостоящей аппаратуре, но достаточно точный для определения выносливости нервной системы у студентов медицинского профиля, занимающихся шахматами [1].

Сила нервных процессов является показателем работоспособности нервных клеток и нервной системы в целом. Сильная нервная система выдерживает большую по величине и длительности нагрузку, чем слабая. Методика проведения теппинг-теста основана на определении динамики максимального темпа движения рук.

Для организации тепинг-теста понадобятся листы бумаги А4, на которых будут изображены по два в ряд шесть равных прямоугольников. Также среди инвентаря обязательно наличие секундомера и ручки. Затем студент садится перед расчерченным листом бумаги. По команде надо будет начать стучать ручкой по квадратам в указанном порядке от 1 до 6, заполняя каждый квадрат просто точками. При этом нельзя облокачиваться на стол, рука должна быть на весу. Начинать работу (стучать) необходимо по команде «Начали!». На каждый квадрат отводится по пять секунд, а потом, по команде «Дальше!» переходить к следующему квадрату. Задача поставить в квадрате как можно больше точек.

Полученные в результате варианты динамики максимального темпа могут быть условно разделены на пять типов:

- **выпуклый тип** – темп нарастает до максимального в первые 10-15 секунд работы; далее к 25-30 секундам он может снизиться ниже исходного уровня, то есть того уровня, который наблюдался в первые 5 секунд работы; этот тип кривой свидетельствует о наличии у испытуемого сильной нервной системы;
- **ровный тип** – максимальный темп удерживается примерно на одном уровне в течение всего времени работы; этот тип кривой характеризует нервную систему испытуемого как нервную систему средней силы;
- **нисходящий тип** – взятый испытуемым максимальный темп снижается уже со второго 5-секундного отрезка и остается на сниженном уровне в течение всей работы; этот тип кривой свидетельствует о слабости нервной системы испытуемого;
- **промежуточный тип** – темп работы снижается после первых 10-15 секунд; этот тип расценивается как промежуточный между средней и слабой силой нервной системы – средне-слабая нервная система;

- **вогнутый тип** – первоначальное снижение максимального темпа сменяется затем кратковременным возрастанием темпа до исходного уровня; вследствие способности к кратковременной мобилизации такие испытуемые также относятся к группе лиц со средне-слабой нервной системой [3].

Цель исследования. Определить влияние типа нервной системы на результат игры в «быстрые» шахматы у студентов-медиков.

Материал и методы. В педагогическом эксперименте принимали участие 13 студентов (7 юношей, 6 девушек) группы спортивной секции по шахматам УО «ВГМУ». Возраст испытуемых составил от 17 до 21 года [2].

В нашей работе были использованы следующие методы исследования: анализ специальной научно-методической литературы, математико-статистический анализ, теппинг-тест, педагогический эксперимент.

Результаты и обсуждение. Результат игры в «быстрые» шахматы мы определили с помощью блицтурнира. Участники имели приблизительно одинаковый уровень подготовки (I-II разряд). Игры в соревнованиях проходили по следующим правилам: время игры составляло 3 минуты; участники играли по круговой системе. За победу давалось 1 очко, за ничью – 0,5 очка, за поражение – 0 очков. Победитель определялся по большему количеству набранных очков. Юноши и девушки играли в разных игровых группах. Полученные результаты у юношей в теппинг-тесте: 2 юношей имеют промежуточный тип нервной системы, в соревнованиях они заняли 6 и 7 места; ровный тип – 2 юношей, которые заняли 4-5 место и 3 место; 1 юноша имеет вогнутый тип, занял 4-5 место; выпуклый тип имеют 2 шахматиста, занявшие 1 и 2 места. Полученные результаты у девушек в теппинг-тесте: 1 девушка имеет промежуточный тип нервной системы, в соревнованиях она заняла 6 место; ровный тип – 2 девушки, которые заняли 4 и 5 места; выпуклый тип имеют 3 шахматистки, занявшие 3 призовых места.

Выводы. Проведенный педагогический эксперемент (на основе теппинг-теста) показал, что студенты с сильной или средней нервной системой выступили в блицтурнире успешней, чем студенты со слабой и средне-слабой нервной системой.

Таким образом, занимающиеся с сильной нервной системой имеют преимущество в игре «быстрые» шахматы по сравнению с шахматистами со слабой и средне-слабой нервной системой. Соответственно, сила нервной системы не дает преимущества в более протяженных по времени играх, но имеет в значенеие в цейтноте партии.

Литература:

1. Романов, И.В. Определение уровня физического здоровья у студентов группы спортивного совершенствования по шахматам / И.В. Романов, А.Г. Аксенцов // Мед. образование в XXI веке: компетентностный подход и его реализация в системе непрерывного медицинского и фармацевтического образования : сб. материалов Респ. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – Витебск : ВГМУ, 2017. – С. 220–223.
2. Романов, И.В. Определение уровня физической подготовленности студентов фармацевтического факультета / И.В. Романов, А.Г. Аксенцов // Достижения фундам., клин. медицины и фармации : материалы 72 науч. сессии сотрудников ун-та, Витебск, 25–26 янв. 2017 г. / Витеб. гос. мед. ун-т ; редкол. А.Т. Щастный (гл. ред.) [и др.]. – Витебск : ВГМУ, 2017. – С. 593–595.
3. Соломин, В.П. Психологическая безопасность / В.П. Соломин, О.В. Шатрова. – М. : Дрофа, 2008. – 288 с.