

УДК 612.017.2 (076.5)
ББК 52.525.5я7+88.23я7
А 45

Рецензент – профессор, доктор медицинских наук Д.Г. Дерябин
Авторы: Е.С. Барышева, С.В. Нотова, Е.В. Кияева,
Н.О. Давыдова, И.И. Черемушникова, Н.В. Гривко

А 45 Алгоритм оценки и коррекции адаптационных резервов
студентов ВУЗА : методические указания /
Е.С. Барышева, С.В. Нотова, Е.В. Кияева, Н.О. Давыдова,
И.И. Черемушникова, Н.В. Гривко; Оренбургский гос. ун-
т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 54 с.

В методических указаниях обобщены результаты научных исследований, направленных на разработку алгоритма оценки и коррекции адаптационных резервов студентов. Методические указания предназначены для студентов, преподавателей, врачей, сотрудников студенческой поликлиники, гигиенистов, сотрудников органов управления здравоохранением и образованием.

УДК 612.017.2 (076.5)
ББК 52.525.5 88.23

© Барышева Е.С.,
Нотова С.В.,
Кияева Е.В.,
Давыдова Н.О.,
Черемушникова И.И.,
Гривко Н.В., 2013
© ОГУ, 2013

Содержание

Введение.....	5
1 Структура процесса адаптации	6
2 Сердечно–сосудистая и дыхательная системы как индикаторы адаптационных возможностей организма	10
2.1 Особенности вегетативной регуляции сердечно-сосудистой системы студентов по показателям вариабельности сердечного ритма.....	11
2.2 Особенности синхронной вегетативной регуляции сердечно-сосудистой и дыхательной систем студентов по показателям кросс-анализа.....	14
2.3 Коррекция нарушений адаптационных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем у студентов ВУЗа.....	15
3 Критерии психофизиологической адаптации учащихся.....	18
3.1 Агрессия, девиантное и аутодеструктивное поведение как показатели нарушения адаптации к процессу образования студентов	21
3.2 Роль функциональной межполушарной асимметрии в процессе адаптации организма	25
3.3 Анализ уровней физического развития и физической подготовленности студентов ОГУ в зависимости от агрессии и полушарного доминирования	27
3.4 Гендерные особенности психофизиологических аспектов адаптации студентов	34
3.5 Коррекция нарушений психологической адаптации студентов в процессе обучения	40
Заключение	41
Список использованных источников.....	42
Приложение А Этические принципы и стандарты при проведении	

психодиагностических обследований.....	45
Приложение Б Методика А. Басса и А. Дарки (в адаптации А.К. Осницкого).	47
Приложение В Методика экспресс-диагностики Невроза К. Хека и Х. Хесса..	52