розных органаў, устаноў, грамадскіх арганізацый на садзейнічанне здаровага вобраза жыцця. Укладам у гэту задачу павінна стаць і праца кафедр медычнай падрыхтоўкі БДУ і другіх вышэйшых устаноў рэспублікі.

Паляпшэнне эканамічнага стану рэспублікі дазволіць у поўнай меры рэалізаваць намечаныя перабудовы, што ў сваю чаргу акажа ўплыў на нацыянальную культуру рэспублікі.

УПЛЫЎ ФІЗІЧНЫХ ПРАКТЫКАВАННЯЎ З МАСАЖАМ НА ЦЯЧЭННЕ ЭКЗАМЕНАЦЫЙНАГА СТРЭСУ Ў СТУДЭНТАЎ

В.П.Дзядзічкін

У мэтах пошуку зніжэння нервова-эмацыянальнага напружання ў студэнтаў у час здачы экзаменаў намі даследаваны ўплыў фізічных практыкаванняў з масажам і экстракта элеўтэракока на вышэйшыя псіхічныя функцыі. На працягу экзаменацыйнай сесіі з пяці экзаменаў у студэнтаў філалагічнага факультэта універсітэта даследаваўся аб'ем кароткачасовай памяці, канцэнтрацыя і пераключэнне ўвагі і хуткасць аперацый мыслення. Першая група студэнтаў была кантрольнай, другая выконвала комплекс фізічных практыкаванняў з самамасажам, трэцяя атрымлівала экстракт элеўтэракока. Даследаванні праводзіліся да - і пасля экзамена.

Аналізуючы паказчыкі вышэйшых псіхічных функцый, можна сказаць, што да другога экзамена адбываецца актывізацыя функцый памяці, увагі і мыслення. Дастаткова высокія паказчыкі гэтых функцый захоўваюцца і ў час трэцяга і чацвертага экзаменаў. Для пятага экзамена характэрна зніжэнне аб'ема кароткачасовай памяці, што указвае на з'яўленне прыкмет стомы.

Паказчыкі памяці да - і пасля экзамена: першага - 5,0±0,3 і 5,4±0,3 сімвала; другога - 6,0±0,3 і 4,4±0,6; трэцяга - 5,4±0,3 і 4,6±0,5; чацвертага - 5,3±0,4 і 5,0±0,3; пятага - 4,7±0,5 і 5,0±0,3. Паказчыкі ўвагі да - і пасля экзамена: першага - 41,7±2,7 і 30,9±1,7; другога - 33,1±2,0 і 37,5±4,1; трэцяга - 30,0±3,1 і 32,5±2,8; чацвертага - 33,4±2,2 і 29,6±2,0; пятага - 30,3±2,2 і 28,6±5,6 с. Паказчыкі мыслення да - і пасля экзаме-

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

на: першага - $12,4 \pm 2,2$ і $11,7 \pm 2,4$ с; другога - $7,4 \pm 0,1$ і $15,1 \pm 2,9$; трэцяга - $15,6 \pm 3,8$ і $12,7 \pm 1,6$; чацвертага - $8,4 \pm 1,5$ і $10,7 \pm 1,7$; пятага - $10,5 \pm 2,8$ і $7,1 \pm 2,0$ с.

Пад уплывам фізічных практыкаванняў з масажем паляпшаюцца паказчыкі ўвагі і мыслення. Што датычыць дынамікі гэтых функцый на працягу экзаменацыйнай сесіі ў другой групе студэнтаў меньш выражаны зрухі ў пасляэкзаменацыйным стане.

У студэнтаў трэцяй групы паказчыкі памяці, ўвагі і мыслення становяцца роўнымі з такімі ж паказчыкамі ў студэнтаў другой групы. Пры гэтым можна гаварыць, што пад уплывам адаптагенаў адбываецца паступовае зніжэнне нервова-эмацыянальнага напружання ад першага да пятага экзамена.

Такім чынам, пры экзаменацыйным стрэсе адзначаецца актывізацыя ўвагі і мыслення. Пэўная адаптацыя адбываецца да другога экзамена. Да пятага экзамена з'яўляюцца прыкметы стомы. Фізічныя практыкаванні з масажам, а ў большай ступені, адаптагенныя прэпараты паляпшаюць паказчыкі вышэйшых псіхічных функцый пры экзаменацыйным стрэсе.

ПРАБЛЕМЫ АЎТАМАТЫЗАЦЫІ ЦБС

У.А.Кірэяў
М.А.Яцэвіч

Аўтаматызацыя цэнтралізаваных бібліятэчных сістэм у Рэспубліцы Беларусь яшчэ не атрымала распаўсюджання і не мае планавага навукова-абгрунтаванага характара. Асноўнымі прычынамі гэтай з'явы з'яўляюцца:

- высокі кошт вылічальнай тэхнікі і праграмнага забеспячэння;
- адсутнасць методыкі разліку эфектыўнасці капіталаўкладанняў у аўтаматызацыю бібліятэк;
- адсутнасць лічбавых велічынь паказчыкаў эксплуатацыйнай надзейнасці вылічальнай тэхнікі ва ўмовах бібліятэк;
- адсутнасць тыпавых праектных рашэнняў і рэкамендацый па парадку ўкаранення сродкаў аўтаматызацыі ў публічных бібліятэках.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ