

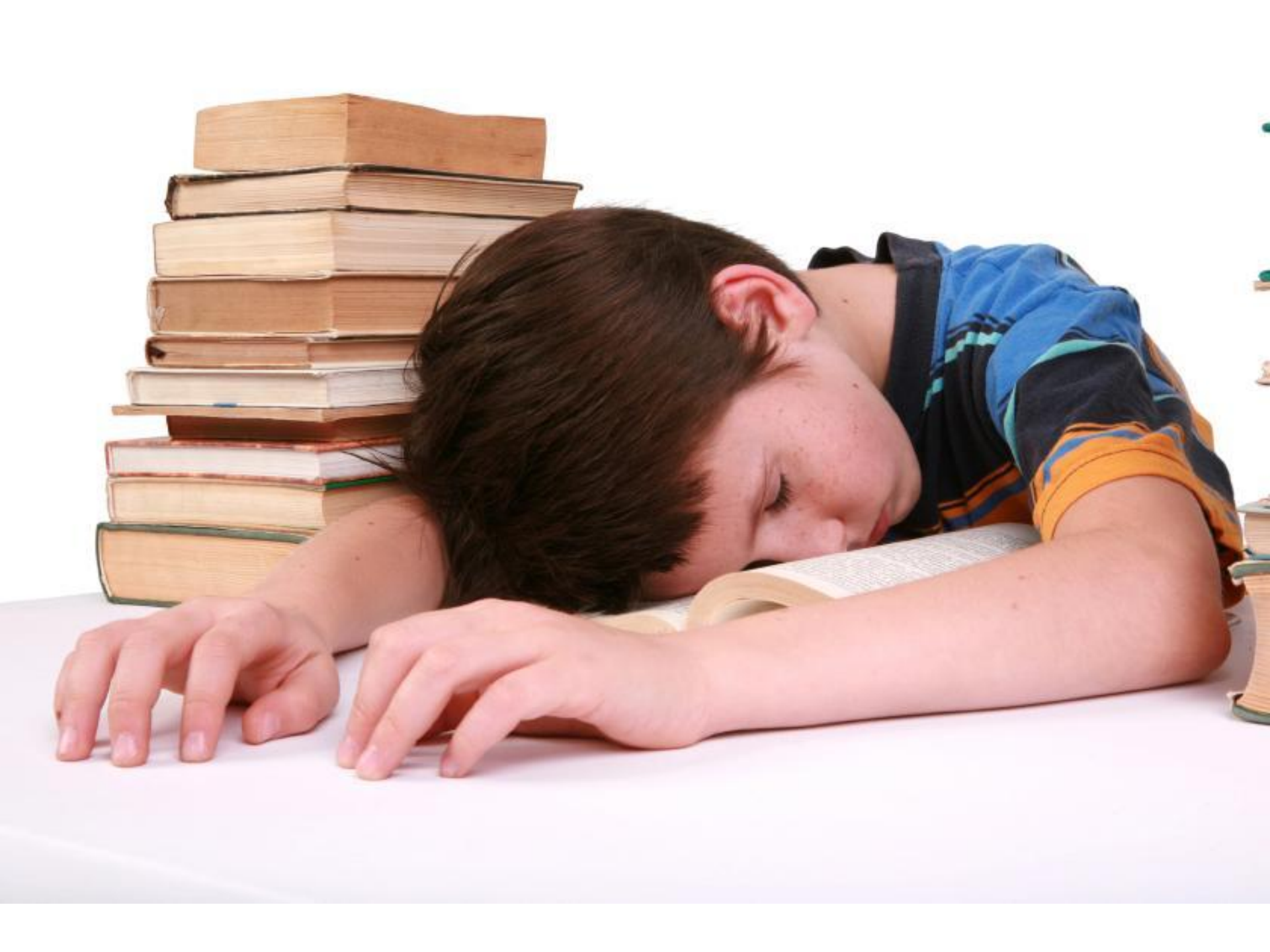
Влияние интеллектуальной нагрузки на эмоциональное состояние подростка

Выполнила работу: Чугунникова Дарья
Константиновна, ученица 10 П класса ГБОУ
школы 171

Руководитель: Джафарова Саадат Зубеировна,
учитель биологии и куратор психологического
класса

Москв

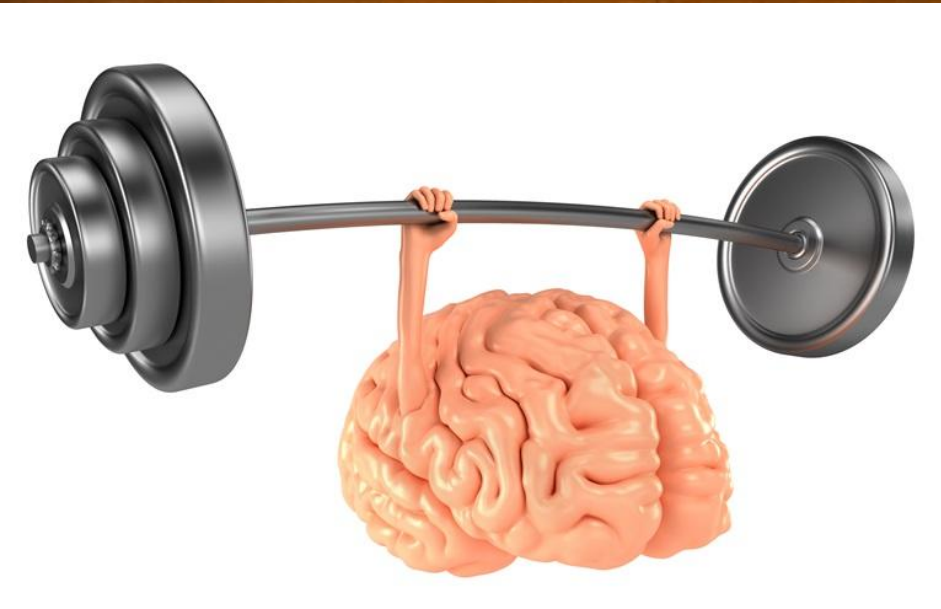
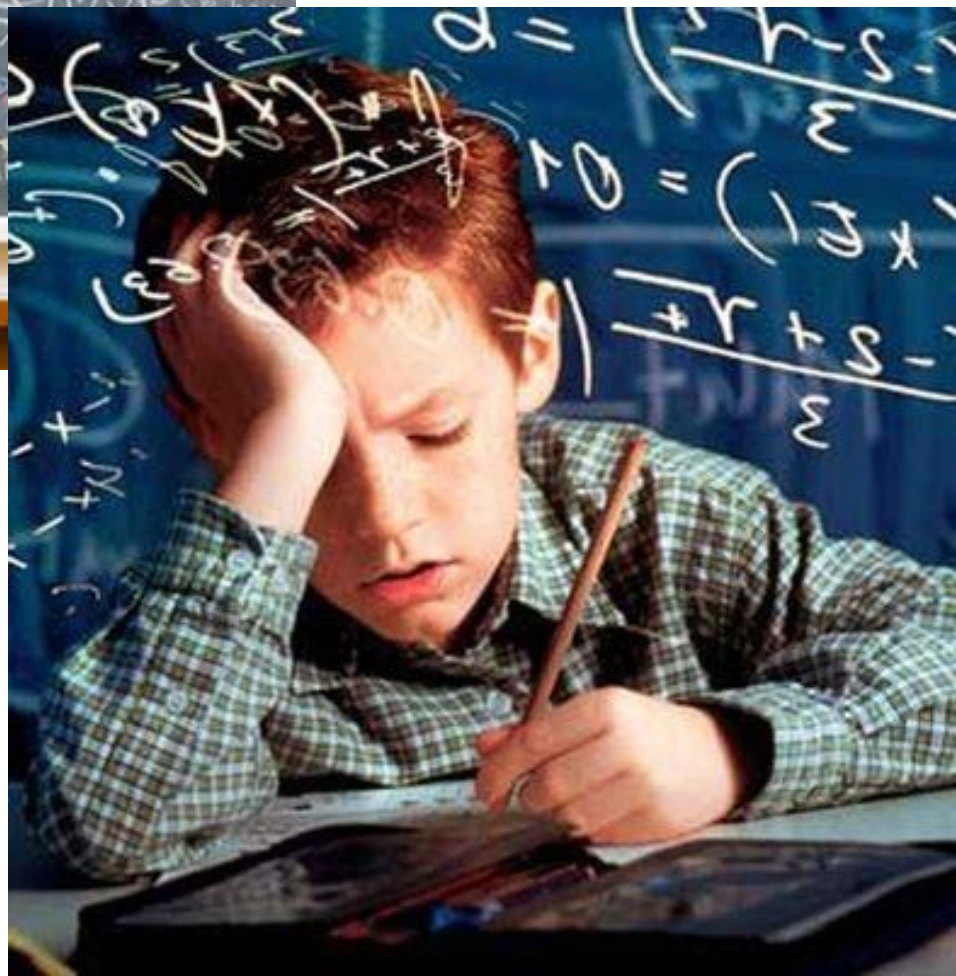
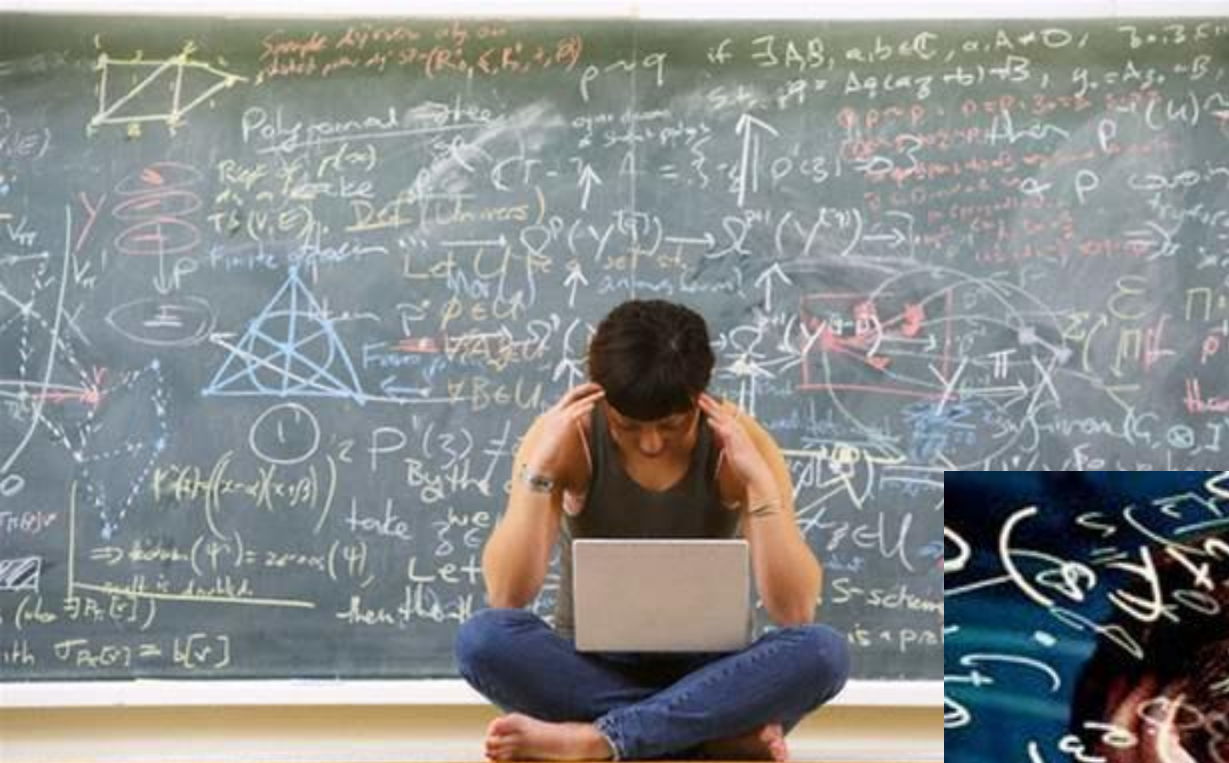
а



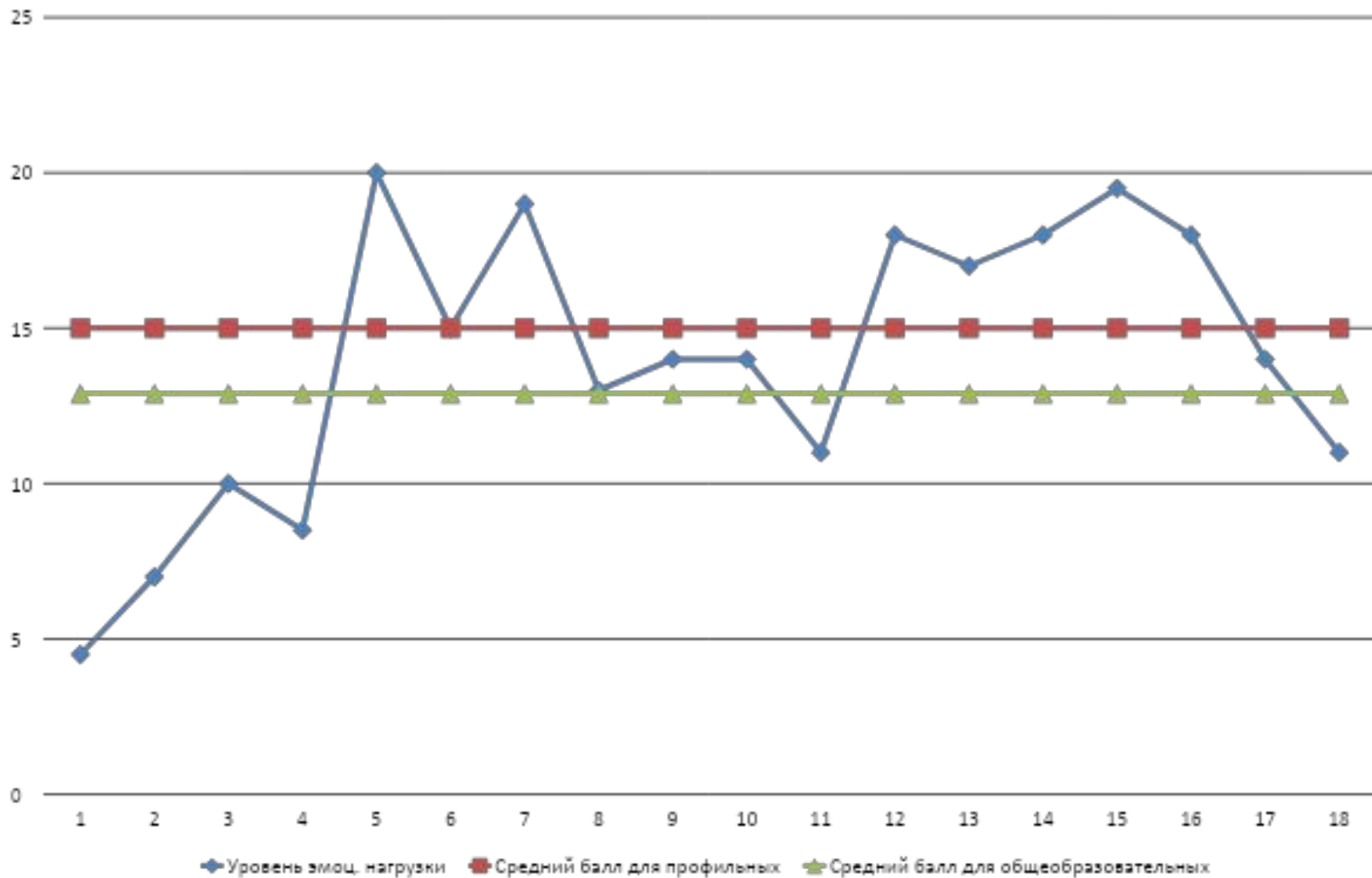
- Гипотеза. Чрезмерная интеллектуальная нагрузка способствует ускорению эмоционального и физического истощения, снижению интереса в обучении.
- Цель. Установить взаимосвязь между интеллектуальной нагрузкой и эмоциональным состоянием подростка и разработать меры профилактики снятия эмоционального напряжения.
- Задачи. Определить эмоциональное состояние учащихся 10-х классов на конец первого полугодия. Провести анкетирование. Разобраться в действии интеллектуальной нагрузки на эмоции подростка. Провести эксперимент. Сопоставить результаты. Сделать вывод.
- Методы. Метод исследования эмоциональной напряжённости. Эксперимент. Анализ результатов. Наблюдение за учащимися

Факторы, влияющие на эмоциональное состояние подростка во время учебного процесса

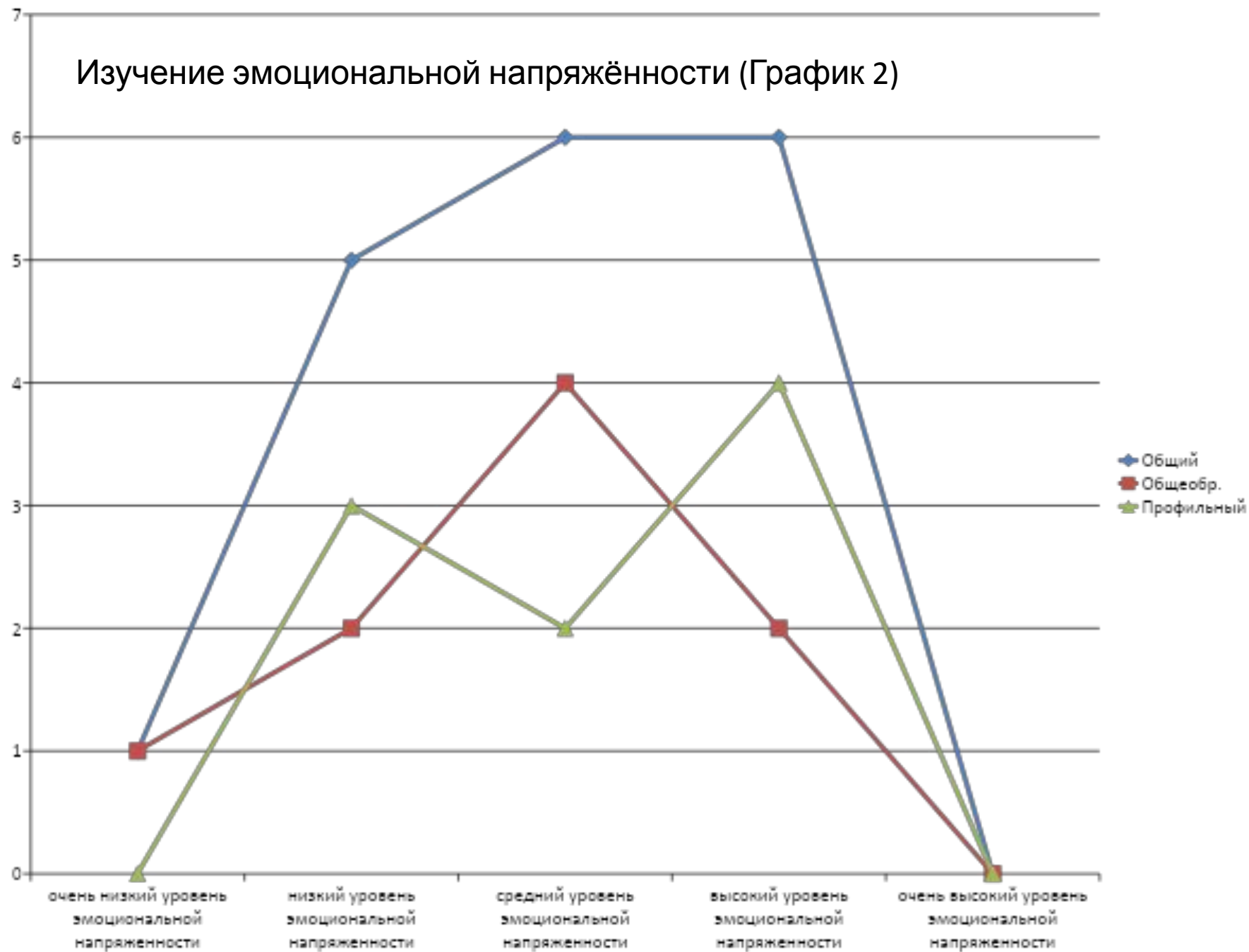




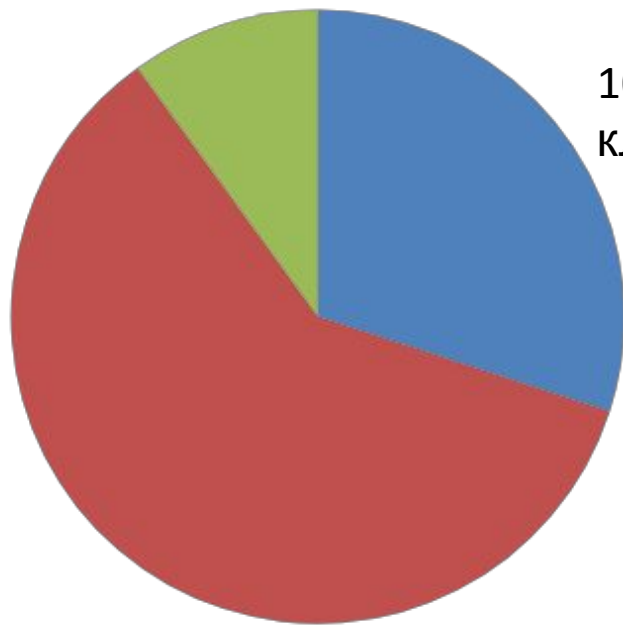
Изучение эмоциональной напряжённости у 10 общеобразовательных и профильных классов



Изучение эмоциональной напряжённости (График 2)



Круговые диаграммы



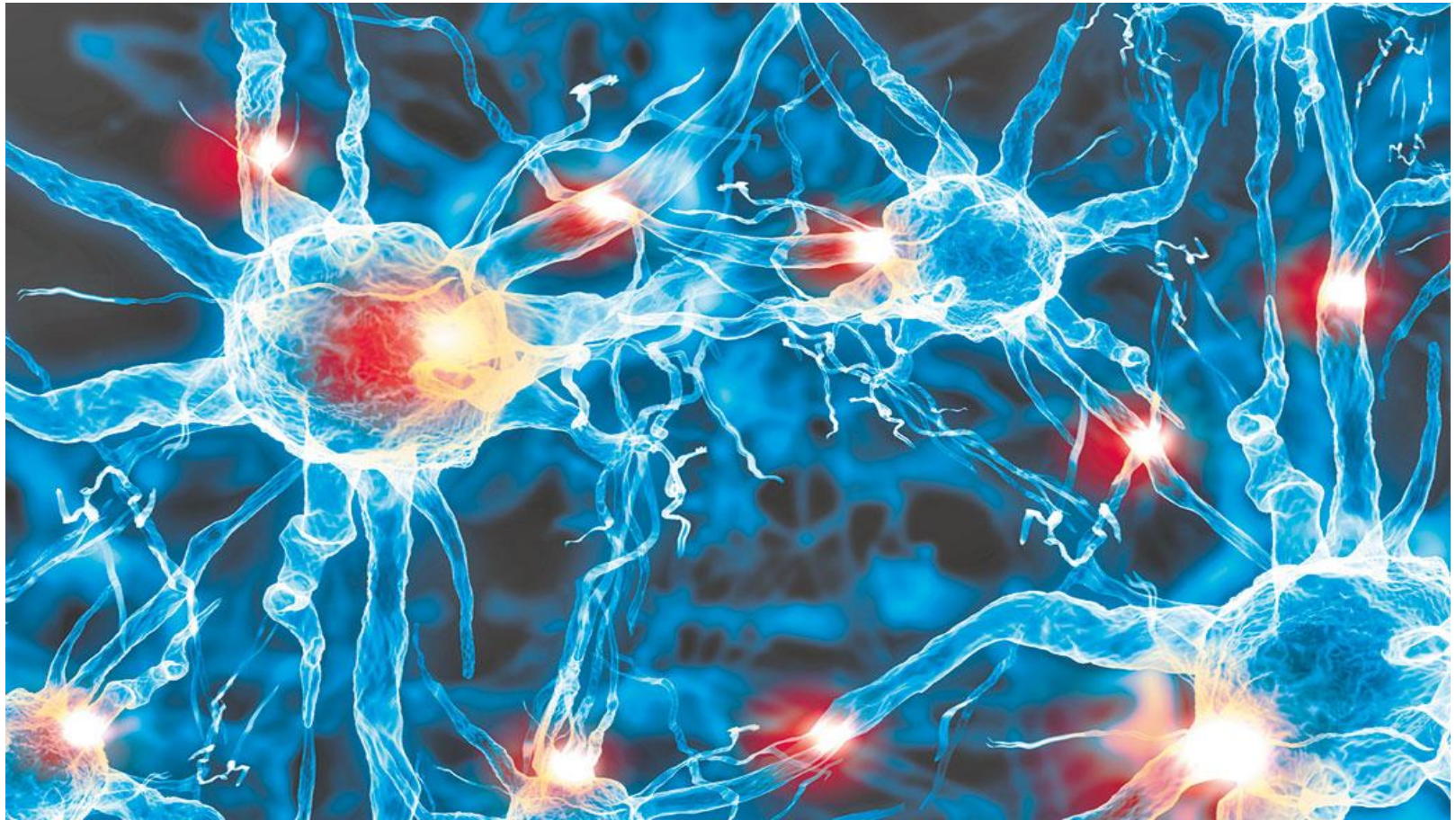
10 общеобразовательный класс

■ низкий
■ средний
■ высокий

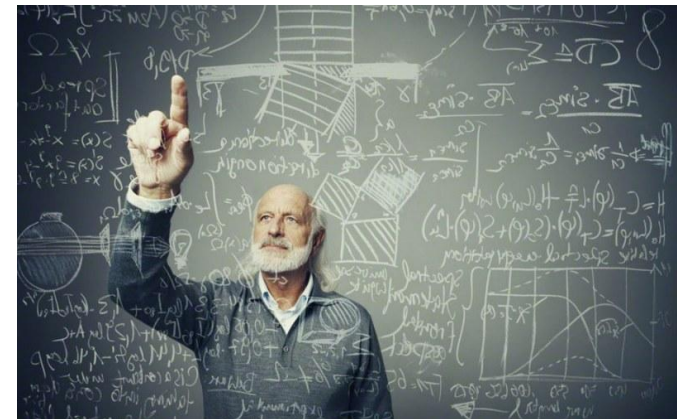
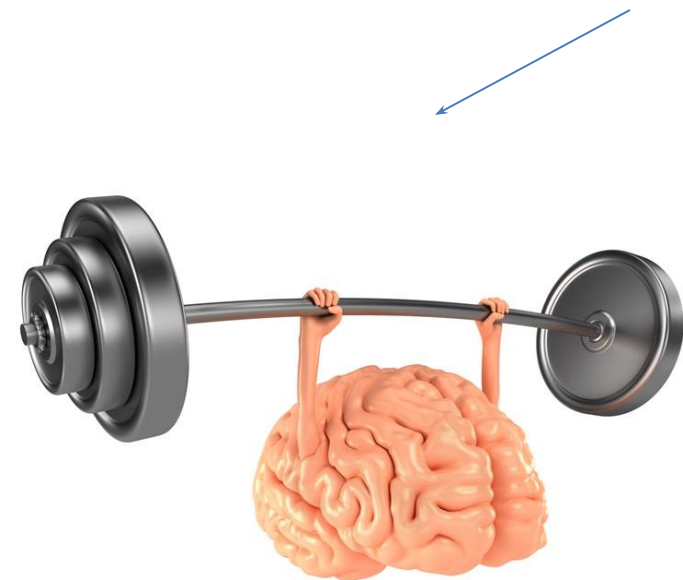
10 профильный класс



■ низкий
■ средний
■ высокий



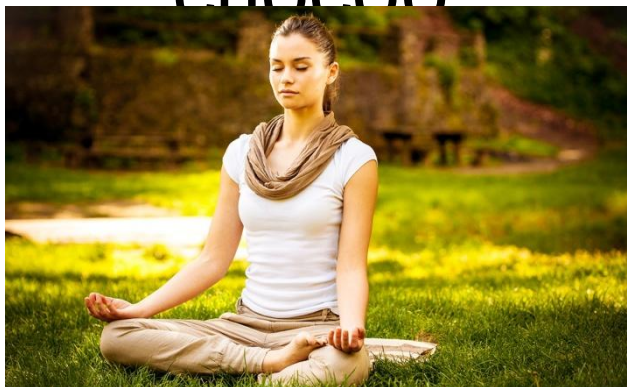
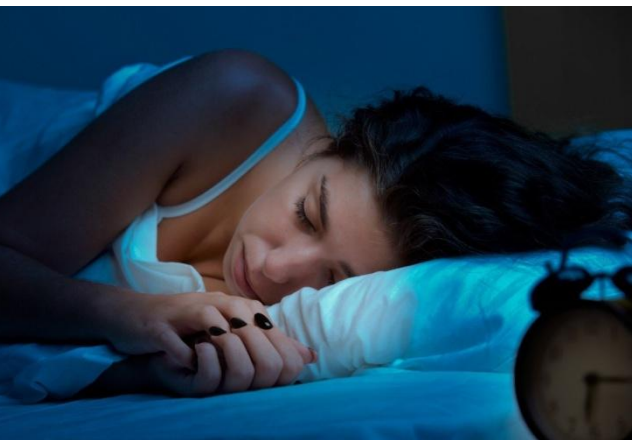
Советы снятия интеллектуальной нагрузки



ЗАНИМАЙТЕСЬ
ЛЮБИМЫМ ДЕЛОМ
И ВАМ НИКОГДА
НЕ ПРИДЕТСЯ РАБОТАТЬ



Расслабление мышечной ткани- тоже способ



Мы сами способны себе
ПОМОЧЬ

A glowing blue brain is held in two hands, symbolizing self-help and mental health. The brain is the central focus, with a bright blue glow emanating from it. The hands are positioned on either side, supporting the brain. The background is dark, making the brain and hands stand out.

Спасибо за
внимание!

Список литературы

- <http://www.scienceforum.ru/2014/769/6232>
- <http://testoteka.narod.ru/lichn/2/24.html>
- https://studopedia.ru/3_107281_vliyanie-umstvennih-nagruzok-na-aktivnost-uchashchih-sya.html
- Лекции В.А. Дубынина
- <http://headsovet.ru/prichiny/posle-raboty-ili-ucheby.html>
- <https://psi-technology.net/articles/um/hronicheskaya-intellektualnaya-ustalost-kak-pravilno-otdyhat.php>