

Муниципальное общеобразовательное учреждение лицей «Воронежский учебно-воспитательный комплекс имени А. П. Киселева»

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА

«Изучение влияния учебной нагрузки на здоровье школьников»



Автор: Сильченко Максим, 9 класс

Научный руководитель: Пономарева Е.В.

Цель работы: изучить влияние учебной нагрузки на здоровье школьников.

Задачи:

- изучить научную литературу по данной теме;
- провести социологический опрос среди учащихся, на предмет влияния школы на здоровье школьников;
- изучить и проанализировать расписание в 9 и 10 классах по ранговой шкале трудности;
- сделать выводы.



Заболевания детей в новых образовательных учреждениях (лицеях, гимназиях) в 2,5 раза выше, чем в традиционных.

Причины пагубно влияющие на здоровье детей, обучающиеся в профильных классах:

- перегруженность школьными занятиями, как в школе, так и дома;
- низкая двигательная активность;
- несоблюдение правил гигиены умственного труда (А.М. Олеценко, В.В. Колбанов.).



Результаты исследования реального состояния здоровья школьников

(по данным Института возрастной физиологии

Российской академии образования)

- Всего было обследовано более **тридцати тысяч** учеников из 1468 первых и десятых классов тех школ, что уже вступили в первый этап модернизации среднего образования.
- Не ограничиваясь анализом медицинских карт, ученые провели анкетирование педагогов, родителей и самих детей, использовали различные тесты и методики обработки данных.
- Результаты исследования оказались неутешительными: состояние здоровья как первоклассников, так и десятиклассников в действительности хуже, чем отмечается в медицинских картах.

Некоторые выводы ученых:

- От первого класса к десятому в два раза увеличивается число детей с заболеваниями сердца и сосудов, желудочно-кишечного тракта, зрения и слуха. Особенно резко - в восемь раз - возрастают эндокринные заболевания, в два раза увеличивается число зараженных туберкулезом.
- Из всех болезней у первоклассников на первом месте **кариес**, у десятиклассников - заболевания **опорно-двигательного аппарата**. Второе и третье места занимают в первом классе болезни уха, горла и носа и нарушения опорно-двигательного аппарата, а в десятом - нарушение зрения и также лор-патология.
- Высокий уровень аллергических заболеваний.

Причину слабого здоровья школьников санитарные врачи

видят в:



- дети большую часть времени проводят в учебных аудиториях - сидят за неудобными партами, учатся в плохо освещенных помещениях, наскоро перекусывают в школьных буфетах.
- Главная беда - это школьная нагрузка, превышающая, по данным госсанэпиднадзора, физиологические нормативы на 1-2 часа, а иногда и на 4 часа в неделю.
- Фактическая учебная школьная нагрузка (по данным Института возрастной физиологии РАО, Научного центра ораны здоровья детей и подростков РАМН и ряда региональных институтов), в основной школе - 7,2 - 8,3 часов в день и в средней школе - 8,6-9,2 часа в день.
- Вместе с приготовлением домашних заданий рабочий день современного школьника рабочий день современного школьника составляет - 10-12 - в основной и 13-15 - в средней школе.

Суммарная нагрузка старшеклассников складывается из времени, затраченного на уроки в школе, плюс факультативы, самоподготовка дома, занятия по выбору...



- В будни старшеклассники в среднем занимаются 9 часов 20 минут (!), большая часть выходных уходит на выполнение домашних заданий.

Методика исследования



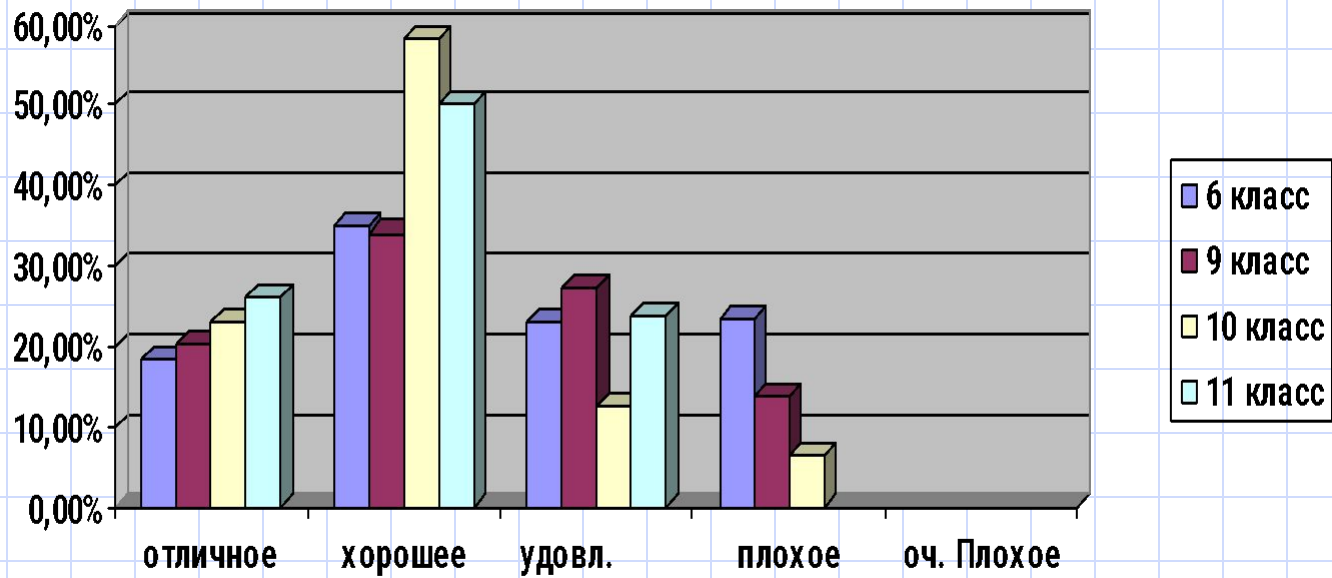
- Анализ расписания уроков в своем классе (9 класс) по ранговой шкале трудности (Сиваков, 1988) и сравнение его с расписанием в 10 профильном классе.
- Социологический опрос среди учащихся, на предмет влияния школы на здоровье школьников.
- Учащимся 6-11 классов были предложены ряд вопросов:
 - Как ты оцениваешь своё здоровье?
 - Испытываешь ли ты чувство усталости на уроках?
 - Возвращаясь домой после школы, чувствуешь ли ты себя обычно уставшим?
 - Помогает тебе школа заботиться о своём здоровье?
- 3. Анализ мер принимаемых педагогическим коллективом и руководством школы для сокращения учебной нагрузки.



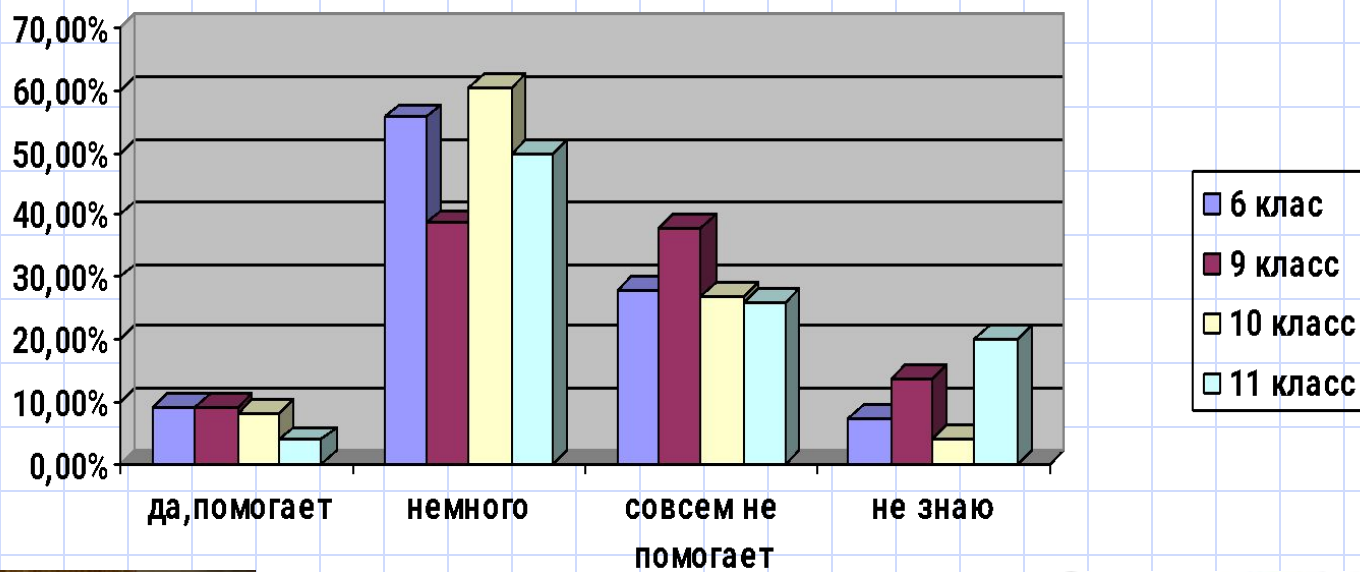
Результаты исследований

- два дня в неделю (понедельник и четверг) трудные уроки стоят по расписанию 7 уроками;
- В понедельник 5,6,7 урок идут достаточно сложные предметы (алгебра, физика);
- Наиболее загруженным днем является четверг;
- Каждый день, моя нагрузка составляет от 9 до 12 часов;
- В моем классе 33 человека, из них имеют подготовительную группу здоровья – 3 человека, специальную группу – 2.

Как вы оцениваете свое здоровье?



Помогает тебе школа заботиться о своем здоровье?





Здоровье один из важнейших компонентов человеческого счастья, одно из неотъемлемых прав человеческой личности, одно из условий успешного социального и экономического развития.

