**Колпакова Тетяна Михайлівна. Гігієнічне обґрунтування системи контролю за навчанням школярів при семестрово-заліковій формі навчання : Дис... канд. наук: 14.02.01 - 2007.**

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **Колпакова Т.М.**Гігієнічне обґрунтування системи контролю за навчанням школярів при семестрово-заліковій формі навчання. – Рукопис.  Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата медичних наук за спеціальністю 14.02.01 - гігієна, медичні науки. - Державна установа «Інститут гігієни та медичної екології ім.О.М.Марзеєва АМН України», Київ, 2007.  Дисертаційна робота присвячена розв’язанню актуальної проблеми – гігієнічному обґрунтуванню системи контролю за навчанням школярів (10-17 років) в умовах інноваційної педагогічної технології - семестрово-залікової форми навчання (СЗФН).  Здійснено комплексну фізіолого-гігієнічну оцінку нової форми навчання, визначено фактори учбово-виховної діяльності, які при недотриманні гігієнічних вимог можуть негативно впливати на рівень функціонального стану ЦНС, ССС, ПС та ін. Встановлено здоров’язберігаючі компоненти СЗФН, які сприяють подоланню несприятливих тенденцій перебігу процесів адаптації до навчання. Розроблено і впроваджено у діяльність закладів освіти науково обґрунтовану комплексну систему гігієнічного контролю за навчанням школярів при інноваційній технології, яка заснована на наукових засадах регламентації санітарно-гігієнічних умов навчання, організації учбово-виховного процесу, обґрунтуванні заходів первинної профілактики відхилень у стані здоров’я школярів, удосконаленні фізичного виховання і психологічного супроводу учнів, а також валеологічного їх забезпечення. Застосування комплексної системи контролю сприяє формуванню, збереженню і зміцненню соматичного, фізичного та психологічного здоров’я, функціональних можливостей організму, підвищенню рівня навчальної успішності і соціально-психологічної адаптації учнів. | |
| |  | | --- | | 1. В дисертації представлене нове рішення актуальної науково-прикладної задачі – здійснено наукове обґрунтовування системи гігієнічного контролю за організацією учбово-виховного процесу і станом здоров'я учнів в умовах інноваційної педагогічної технології (СЗФН). Розроблена науково обґрунтована комплексна система гігієнічного контролю, спрямована на формування, збереження, зміцнення здоров'я учнів, підвищення функціональних можливостей і адаптаційних ресурсів їх організму.  2. Результати комплексної оцінки свідчать про те, що СЗФН є цілісною психолого-педагогічною, особистісно-орієнтованою формою навчання, що спрямована на вирішення не тільки педагогічних задач, але й на збереження та зміцнення здоров’я учнів. ЇЇ основу складає принципово нова модель організації навчання – нетрадиційний розподіл учбового навантаження в структурі дня, тижня, року, направлений на оптимізацію режиму праці та відпочинку в учбовий і позаучбовий час.  3. В ході досліджень організації учбово-виховного процесу в ЕШ і КШ встановлені переваги інноваційної технології, що вивчалася, які обумовлені такими її елементами, як розподіл учбового року на семестри, блокове викладання матеріалу, що забезпечує раціональний розподіл учбового навантаження по семестрах і більш поглиблене вивчення меншого числа предметів за тиждень; наявність спарених, скорочених до 40 хв. уроків, що дає можливість учням готувати до наступного дня 2-3 предмети (в КШ – 5-6 предметів), а також тематичних і підсумкових заліків. Результати гігієнічної оцінки узагальненого рівня учбового навантаження в школах свідчать про перевищення на окремих етапах навчання (початок та особливо кінець року) його допустимих сумарних меж. Щільність занять в школах в кінці року істотно не відрізнялася: в ЕШ вона знаходилася в межах 77,9-88,1 %, а в КШ - 79,9-88,0 %, що свідчить про інтенсифікацію учбового процесу і обумовлює необхідність корекції виявлених порушень. Встановлено, що при дотриманні нормативного гранично допустимого учбового навантаження учнів протягом тижня, рівень загального денного навантаження в ЕШ був значуще меншим (на 20,0 %) в порівнянні з КШ.  4. Визначені особливості організації режиму дня в умовах СЗФН, його здоров’язберігаючі компоненти, можливості і перспективи їх використання - скорочення тривалості виконання домашніх завдань на 1-2,5 г, збільшення часу перебування на відкритому повітрі на 1-2 г, систематичне виконання „домашніх завдань” з фізкультури, розробленого міні-комплексу - „аеробна п’ятихвилинка”, що сприяло підвищенню тривалості рухового компоненту, поліпшенню психоемоційного статусу учнів.  5. Вивчення показників стану здоров’я учнів у динаміці навчання в ЕШ і КШ дозволило встановити, що загальна патологічна ураженість (ЗПУ) до кінця спостережень збільшилася відповідно на 4,7 % та 5,5 %. Комплексна оцінка даних по групах здоров’я, отриманих в кінці досліджень, не виявила значущих кількісних відмінностей в цілому по всіх вікових групах (10-17 років) в учнів ЕШ і КШ в порівнянні з їх початком. Отже, за період спостережень, за даними ЗПУ і комплексної оцінки, стан здоров’я учнів характеризувався схожими змінами. В той же час, здоров’язберігаючі компоненти СЗФН обумовлюють позитивний ефект на деякі показники здоров’я, що підтверджується результатами вивчення гострої захворюваності учнів – зменшенням середньої тривалості випадку хвороби в 2 рази і числа днів, пропущених в наслідок хвороби - в 1,9 рази, істотним збільшенням індексу здоров’я за період спостережень (р<0,05), а також стабільним рівнем „шкільних хвороб”. В учнів КШ вищевказані показники за період спостережень значущих змін не зазнали, а питома вага „шкільних хвороб” зросла (р<0,05).  6. Встановлені закономірності динаміки функціонального стану організму учнів - показників ЦНС, ССС і ПС в залежності від рівня учбового навантаження і специфіки організації учбового процесу. Позитивний вплив СЗФН на функціональний стан ЦНС забезпечує більш високий рівень РП учнів в динаміці навчання в порівнянні з результатами в КШ. Характер впливу учбової діяльності на динаміку РП залежить також від статі і віку учнів. Виявлено значущий кореляційний зв’язок РП і групи здоров’я. Перевищення сумарного тижневого навантаження на окремих етапах учбового року приводить до напруги регуляторних механізмів ССС у частини учнів (18,7-20,1 %). В умовах СЗФН констатовано більш сприятливий характер вегетативної регуляції серцевої діяльності в порівнянні з КШ. Позитивний вплив СЗФН на індивідуально-психологічні особливості учнів підтверджується більшим їх відсотком з „адекватним” (p<0,05) і меншим – з „заниженим” рівнями самооцінки (р<0,05), стабільним рівнем ПС (p<0,01), більш ефективним формуванням професійних переваг в умовах СЗФН (р<0,01) і більш високим рівнем учбової успішності – середньорічний її бал в умовах СЗФН був вищим в порівнянні з КШ (р<0,01).  7. Рівень адаптації учнів в процесі учбової діяльності залежить від величини учбового навантаження, яке чітко детермінується організацією учбово-виховного процесу. Встановлені особливості адаптації при різних формах навчання – в кінці спостережень питома вага показників, що визначають задовільний перебіг процесів адаптації, в ЕШ складала 90,8 %, в КШ - 70,2 %, (р<0,05), а показники, що свідчать про нестабільний або незадовільний перебіг адаптації, були значуще вищими в КШ (р<0,05). Отже, навчання в умовах СЗФН створює більш сприятливі умови для зростання її рівня.  8. На основі проведеного дослідження вперше розроблена науково обґрунтована комплексна система гігієнічного контролю за умовами навчання, організацією учбово-виховного процесу, станом здоров’я учнів в умовах СЗФН, заснована на наукових принципах оптимізації умов навчання та організації учбового процесу - обґрунтовуванні найадекватніших шляхів гігієнічної регламентації учбової діяльності, дотриманні умов реалізації здоров’язберігаючих компонентів режиму дня, що передбачають оптимізацію як учбової, так і позаучбової діяльності учнів. Визначені основні напрями і технологія контролю за динамікою стану здоров’я учнів в процесі навчання, які дозволили цілеспрямовано обґрунтувати заходи щодо первинної профілактики відхилень в стані здоров’я. Система контролю спрямована на формування, збереження і зміцнення соматичного, фізичного і психологічного здоров’я, підвищення рівня соціально-психологічної адаптації учнів. | |