

*Чавлытко М.П.*

## **ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ОСНОВНЫХ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РАЗНОГО ТИПА УЧАЩИХСЯ 9-х И 11-х КЛАССОВ**

*Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Лабодаева Ж. П.*

*Кафедра гигиены детей и подростков*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Учебное расписание, не соответствующее гигиеническим требованиям, способствует чрезмерной и быстрой активизации процессов утомления, что приводит к развитию переутомления и отрицательно сказывается на здоровье школьников. Поэтому в целях профилактики утомления расписание уроков должно составляться с учетом динамики физиологических функций и умственной работоспособности школьников на протяжении учебного дня и недели.

**Цель:** оценить расписание занятий учащихся 9-х и 11-х классов в образовательных учреждениях разного типа с учетом физиологических принципов изменения работоспособности подростков.

**Материалы и методы.** С помощью ранговой шкалы трудности учебных предметов проведен анализ расписания занятий учащихся девятых и одиннадцатых классов в базовой и общеобразовательной средней школах, гимназии, кадетском училище и лицее. Проведен анализ дневного и недельного расписания за 75 дней. Исследована работоспособность учащихся девятых классов гимназии и общеобразовательной школы методом корректурных таблиц Анфимова в течении недели.

**Результаты и их обсуждение.** Расписание занятий в базовой школе, гимназии и кадетском училище не соответствует гигиеническим требованиям. Расписание занятий на неделю для 11-х классов согласно ранговой шкале трудности в лицее составлено с учетом динамики недельной работоспособности. Расписание занятий в гимназии, средней школе и кадетском училище не соответствует гигиеническим требованиям. При изучении работоспособности с помощью корректурных таблиц Анфимова у учащихся 9-х классов гимназии в течении недели установлено, что у 2/3 гимназистов к концу учебного года наблюдалось утомление и выраженное утомление. Среди учащихся общеобразовательной школы преобладали школьники, у которых одинаковая работоспособность была в течении всей недели – 25%, с повышенной работоспособностью к концу недели – 37,5%. Выраженное утомление и снижение работоспособности к концу недели зафиксировано только у 37,5% школьников.

**Выводы.** Несоответствие гигиеническим требованиям выявлено в расписаниях 9-х классах базовой школы и гимназии, а также в 9-м классе кадетского училища. В 11-м классе расписание занятий на неделю не соответствует гигиеническим требованиям в средней школе, гимназии, кадетском училище. Исследование работоспособности позволило выявить значительное снижение работоспособности у учащихся гимназии по сравнению со школьниками.