Bibileyshvili, 1975 – Bibileyshvili Z.A., 1975. - Clinical and experimental analysis of the etiology and pathogenesis of late toxicosis pregnant: Author. Dis .. Dr. med. Science. – Tbilisi, 1975.

Vaschylko, 1981 – Vaschylko S.L. //Obstetrics and Gynecology. – 1981. – № 8. – P. 22 - 24.

Wayne Soloviev, 1973 – Wayne A.M., Solovyov A.D. Lymbyko-reticular complex and autonomic regulation. - M., 1973.

Miscarriage ..., 2002 – Miscarriage: etiopathogenesis, diagnosis and treatment // Ed. E.K. Ailamazyan. - St. Petersburg – 2002. – P. 47-49.

Panin, 1983 – Panin L.E. Biochemical mechanisms of stress. - Novosibirsk, 1983.

Rymashevskyy, Kovalenko, Volkov, Trufanova, 1990 – Rymashevskyy N. V., Kovalenko V. N., Volkov A. E., A. K. Trufanova // J. Neuropathology and Psychiatry. – S.S. Korsakov. − 1990. – Vol 90. - № 5. – P. 97-101.

Scheglova, 1992 – Scheglova I. Features mental state and psychotherapeutic assistance for pregnant women with threatened spontaneous abortion: Author. Thesis. ... Kandy. honey. Science. − SPb., 1992.

World Health Organization…, 2008 – World Health Organization. The global burden of disease. – 2004 update. Geneve: World Health Organization; 2008.

Faisal-Cury, Rossi Menezes, 2007 – Faisal-Cury A., Rossi Menezes P. Prevalence of anxiety and depression during pregnancy in a private setting sample. Arch. Women's Ment. Health. 2007; 10(1): 25-32.

Надійшла до друку 8.07.2014.

УДК: 613.955:371.25/3

Світлана Гозак, Оксана Шумак, Ольга Філоненко

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ НАВЧАЛЬНОГО НАВАНТАЖЕННЯ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ УКРАЇНИ У РЕТРОСПЕКТИВІ ЗА 1970-2013 РОКИ

Необхідність цього дослідження обґрунтована щорічним зростанням кількості школярів України, які мають захворювання морфофункціонального і психофізіологічного характеру. В роботі застосовані аналітичні та математичні методи обробки даних. Проведене аналітичне дослідження містить ретроспективний порівняльний аналіз освітньої шкільної програми за період з 1970 – по 2013 роки на основі типових навчальних планів середніх загальноосвітніх шкіл України. Основні напрямки дослідження містять порівняльну характеристику шкільного навантаження ЗНЗ з українською мовою навчання відповідно до типових навчальних планів за 1970-2013 рр., порівняльний аналіз навчального навантаження залежно від кількості днів робочого тижня та віку школярів з розрахунком середньої кількості уроків на день відповідно до діючої в певний період освітньої програми, ретроспективний аналіз кількості навчальних предметів ЗНЗ та визначення відсоткового співвідношення кількості відведених годин на «динамічні» предмети (фізичне виховання і трудове навчання) до загальної максимальної кількості навчальних годин на тиждень. За результатами дослідження, проведено санітарно-гігієнічну оцінку нової освітньої програми ЗНЗ за типовими навчальними планами та встановлено, що денне навчальне навантаження зросло порівняно з 1970 роком серед 7-річних дітей на 25%, 8-річних – на 24%, 9-річних – на 30%, 10-річних – на 49 %, 11-річних – на 21 %, 12-річних – на 21%, 13-річних – на 25%, 14-річних – на 10%, 15-річних – на 27%, 16-річних – на 27%. На основі проведеного аналізу зроблено висновок про те, що організація навчально-виховного процесу не відповідає вимогам розділу 9. Організація навчального процесу ДСанПіН5.5.2.008-01 за таким показником, як допустима сумарна кількість годин (уроків) тижневого навантаження (п. 9.1): середньодобова кількість уроків на сьогодні перевищує ГДН у початкових класах на 13-15 %, середніх – на 5-14% (за виключенням 14-річних учнів), старших – на 15%. Виявлене збільшення кількості навчальних дисциплін; посилення навантаження учнів 6-річного віку; зменшення відсоткового співвідношення «динамічних» дисциплін відповідно до «статичних»;

відсутність у старшій школі трудового виховання та велика кількість «статичних» предметів, що може бути потенційним фактором ризику появи хронічної втоми.

***Ключові слова**: ретроспективний аналіз, гранично допустиме навантаження (ГДН), навчальне навантаження, загальноосвітні навчальні заклади (ЗНЗ), типові навчальні плани, «динамічні» і «статичні» навчальні дисципліни, зниження рухової активності.*

*Сравнительный анализ учебной нагрузки в общеобразовательных учебных заведениях Украины в ретроспективе за 1970-2013 года**.** Необходимость данного исследования обоснована ежегодным возрастанием количества школьников Украины, у которых отмечается ряд заболеваний морфофункционального и психофизиологического характера. В работе использованы аналитические и математические методы обработки данных. Проведенное аналитическое исследование содержит ретроспективный сравнительный анализ образовательной школьной программы за период с 1970 – по 2013 года на основе типичных учебных планов средних общеобразовательных школ Украины. Основные направления исследования: сравнительная характеристика школьной нагрузки ОУЗ с украинским языком обучения в соответствии с типичными учебными планами за 1970-2013 гг.; сравнительная оценка учебной нагрузки в зависимости от количества дней рабочей недели и возраста школьников с расчетом среднего количества уроков в день относительно действующей в данный период образовательной программы; ретроспективный анализ количества учебных предметов ОУЗ и определение процентного соотношения количества часов, отведенных на «динамические» предметы (физическое воспитание и трудовое обучение) к общему максимальному количеству учебных часов в неделю. Проведена санитарно-гигиеническая оценка новой образовательной программы ОСШ. Установлено, что ежедневная учебная нагрузка возросла в сравнении с 1970 годом: среди 7-летних детей – на 25%, 8-летних – на 24%, 9-летних – на 30 %, 10-летних – на 49%, 11-летних – на 2 %, 12-летних – на 21%, 13-летних – на 25%, 14-летних – на 10%, 15-летних – на 27%, 16-летних – на 27%. Доказано, что организация учебно-воспитательного процесса не отвечает требованиям раздела 9 «Организация учебного процесса» ДСанПиН 5.5.2.008-01 по такому показателю, как допустимое суммарное количество часов (уроков) еженедельной нагрузки (п. 9.1). Среднесуточное количество уроков в настоящее время превышает предельно допустимую нагрузку в начальных классах на 13-15%, средних – на 5-14 % (за исключением 14-летних учеников), старших – на 15%. Выявлено увеличение количества учебных дисциплин; усиление нагрузки учеников 6-летнего возраста; уменьшение процентного соотношения «динамических» дисциплин по отношению к «статическим»; отсутствие в старшей школе трудового воспитания и большое количество «статических» предметов, что может быть потенциальным фактором риска появления хронической усталости.*

***Ключевые слова**: ретроспективный анализ, предельно допустимая нагрузка (ПДН), учебная нагрузка, общеобразовательные средние школы, типичные учебные планы, «динамические» и «статические» учебные дисциплины, снижение подвижности.*

Comparative analysis of educational load in Ukrainian comprehensive schools in retrospect for 1970-2013. The need for this study is proved by the annual increase in the number of Ukrainian schoolchildren who has a number of morphological, functional and psychophysiological diseases. We used the analytical and mathematical methods for data processing. Conducted analytical study includes the retrospective comparative analysis of the educational curriculum for the period from 1970 to 2013 based on the typical curriculum of secondary schools in Ukraine. Main fields of research: comparative characteristic of educational load in comprehensive schools with the Ukrainian language education in accordance with the typical curricula for the 1970-2013; comparative evaluation educational load depending on the days number in the working week and on the age of schoolchildren with the estimation of the average number of lessons per day with respect to the current educational program in a given period; retrospective analysis of the number of subjects in comprehensive schools; and determination of the percentage ratio of the number of hours devoted to the «dynamic» disciplines (physical education and working education) to the total maximum number of hours per week. It is conducted sanitary and hygienic evaluation of new educational program in comprehensive schools. It is established that daily workload has increased in comparison to 1970: among the 7-year-olds children – by 25%, 8-year-olds – by 24%, 9-year-olds – by 30%, 10-year-olds – by 49%, 11-year-olds – by 21%, 12-year-olds – by 21%, 13-year-olds - by 25%, 14-year-olds – by 10%, 15-year-olds – by 27%, 16-year-olds – by 27%. It is

proved that the organization of the educational process does not correspond to the requirements of section 9 of the State sanitary requirements 5.5.2.008-01 «The organization of educational process» with respect to such indicator as total allowable number of hours (lessons) weekly load (9.1). Average daily number of lessons now exceeds the maximum permissible load in the elementary school by 13-15 %, in the middle school – by 5-14 % (except for 14-year olds), in the senior school – by 15%. It is showed increase in the number of study subjects; increasing of load for six-year-old pupils; decrease in the percentage of «dynamic» disciplines with respect to «static»; lack in the senior school such subject as working education; and large number of «static» disciplines that could be a potential risk factor for appearance of chronic fatigue.

Keywords: *Retrospective analysis, maximum permissible load, educational load, comprehensive schools, typical curricula, «dynamic» and «static» disciplines, decreased liveliness.*

Постановка проблеми. Розвиток освіти в Україні завжди супроводжувався змінами і нововведеннями, що на певному історичному етапі ідеологічних і соціально-економічних реалій та пріоритетів переростали в кардинальні реформи [*Березівська, 2009*].

Науковці медичної та педагогічної галузей одностайно визнають школу як основний соціально-детермінуючий фактор життєдіяльності дітей та підлітків, який має значний вплив (після сім'ї) на стан здоров'я підростаючого покоління [*Гребняк, 2000*]. Зростання ритму життя відображається і на навчальному процесі, неминуче призводить до інформаційних, візуальних та статичних перенавантажень, що із часом спричиняє виникнення функціональних розладів та формування стійкої патології [*Кучма, 2014, Полька, 2011*].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За даними МОЗ України серед дітей шкільного віку рівень захворюваності на хронічні хвороби зріс у 2010 р. на 10 % порівняно з 2009 р. і становив 689,5 на 1000 учнів. Доведено, що поряд з іншими хворобами специфічними захворюваннями школярів є такі патологічні зміни, як порушення гостроти зору, постави, нервової, серцево-судинної та ендокринної систем. У 2,3 рази зросла частота порушень гостроти зору; у 1,4 рази – порушень постави; у 3,8 разів – сколіозу, у 3 рази – захворювань серцево-судинної системи, у 3,5 рази – нервової та ендокринної систем. Спостерігається зростання нервово-психічних захворювань у школярів. У цілому зареєстроване збільшення кількості хронічно хворих дітей за роки навчання у школі у 2,5 рази [*Єрмолова, 2011*].

На нашу думку, основним запобіжним заходом негативних проявів впливу надмірного навантаження учнів шкіл є гармонізація медичних та педагогічних принципів навчальної діяльності, основним принципом якої є відповідність навчальної діяльності особливостям розвитку і стану здоров'я школярів.

Одним із важливих елементів організації навчального процесу можна вважати типовий навчальний план, який являє собою нормативний документ, що містить перелік навчальних предметів, їх розподіл за роками навчання і кількість годин на кожний предмет. Вважаємо, що комплексна гігієнічна оцінка сучасного шкільного навантаження не може бути

висвітлена повною мірою без етапу ретроспективного аналізу навчальних планів.

Мета написання статті – провести порівняльний ретроспективний аналіз навчальних планів загальноосвітньої середньої школи, які існували в Україні за радянських часів та на етапі пострадянських реформ України.

Матеріали та методи. Проаналізовані типові навчальні плани за період із 1970 року по теперішній час. Дані отримані з інформаційних збірників МОН України. У роботі застосовано аналітичні та математичні методи обробки даних. Отримані дані порівнюються з гранично допустимими нормами (ГДН), установленими відповідно до ДСанПіН 5.5.2.008-01 «Державні санітарні правила і норми по устаткуванню, утриманню загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу».

Виклад основного матеріалу. В основі цього ретроспективного дослідження є висунута нами гіпотеза про взаємну залежність між зростанням захворюваності серед школярів та збільшенням шкільного навантаження. У нашому дослідженні термін «шкільне навантаження» охоплює загальну кількість навчальних годин, кількість навчальних дисциплін, що вивчаються, а також розподіл навчальних дисциплін на переважно статичні й динамічні.

Слід зазначити, що до 2001 року діти навчались із 7-річного віку за 6-денним навчальним тижнем, із 2001 року – із 6-річного віку та, як правило, за 5-денним навчальним тижнем. Як бачимо з табл. 1, починаючи з 2001 року, навчальне навантаження за типовими навчальними планами перевищує гранично допустимий рівень на 1-5 годин.

Таблиця 1

Порівняльна характеристика навчального навантаження загальноосвітніх навчальних закладів з українською мовою навчання відповідно до типових навчальних планів за 1970-2013 рр., кількість навчальних годин на тиждень

Роки	К-ть днів	Клас										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1970	6	24	25	24	28	32	34	33	36	36	36	–
1980	6	25	25	27	30	33	33	33	34	35	35	–
1990	6	23/ 20	24/ 22	24/ 24	24	30/ 31	31/ 30	32	33	33	33	31
1998	6	24	26	26	26	30	34	36	37	37	38	38
2001[3]	5	21	24	25	24	29	32	34	36	37	38	38

2005	5	23	24	25	25	27	29	31	34	34	34	33
2011	5	23	25	26	26	30	32	34,5	34,5	36	38	38
2013	5	23	25	26	26	30	32	34,5	34,5	36	38	38
ГДН[2]	5	20	22	23	23	28	31	32	33	33	33	33
ГДН	6	22,5	23	24	24	30	32	34	35	36	36	36
%	5	15	14	13	13	7	3	8	4,5	9	15	15

Примітки:

1. До 1991 року молодша школа розраховувалася на 3-річне навчання; у 1991 році розподіл годин прийнято залежно від кількості років, відведених на молодшу школу: 3-річна/4-річна школа.

2. ГДН - гранично допустиме навантаження. До 1998 року існувало визначення «Навчально-трудове навантаження».

3. До 2001 р. початок шкільного навчання – із 7 років, із 2001 р. – із 6 років.

4. Відсоток перевищення кількості навчальних годин за навчальним планом 2013 р. у порівнянні з ГДН.

У 2005 році очевидним став різкий скачок у посиленні шкільної програми, що відбулося за рахунок упровадження в навчальні плани таких предметів, як інформатика, іноземна мова, художня культура та інші дисциплінами, які увійшли до інваріантної складової. Досить суттєвого змісту в даному аспекті набуває розбіжність між вимогами чинних санітарних норм (ДСанПіН5.5.2.008-01) та розрахунком типових навчальних планів, відповідно до яких із 2005 року години фізичної культури не враховуються при визначенні гранично допустимого навчального навантаження учнів. Законного змісту дане положення набуває з прийняттям постанови Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 року № 1392 «Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти», згідно з якою години фізичної культури не враховуються при визначенні гранично допустимого навантаження учнів.

Слід також ураховувати, що із 2013 р. навчальним планом, починаючи з 5-го класу, передбачене використання додаткового часу до 3-х годин на тиждень, розрахованого на поглиблене вивчення предметів, уведення курсів за вибором та факультативів. На жаль, доцільність такого нововведення в наукових джерелах не висвітлено з точки зору фізіологічного та санітарно-гігієнічного обґрунтування.

Таблиця 2

Порівняльна оцінка щоденної середньої кількості уроків відповідно до віку школярів в динаміці 1970-2013 рр.

Роки	Вік школярів											
	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	Кількість уроків на день											
1970	0	4	4,2	4	4,7	5,3	5,7	5,5	6	6	6	0
1980	0	4,2	4,2	4,5	5	5,5	5,5	5,5	5,7	5,8	5,8	0
1990	0	3,8	3,8	4	4	5,1	5,1	6,4	5,5	5,5	5,5	5,2
1998	0	4,8*	5,2	5,2	5,2	6	6,8	7,2	7,4	7,4	7,6	7,6
2001	4,2	4,7	4,9	4,8	5,8	6,4	6,8	7,2	7,4	7,6	7,6	0
2005	4,6	4,8	5	5	5,4	5,8	6,2	6,8	6,8	6,8	6,6	6,6
2011	4,6	5	5,2	5,2	6	6,4	6,9	6,9	7,2	7,6	7,6	0
2013	4,6	5	5,2	5,2	6	6,4	6,9	6,9	6,6	7,6	7,6	0
Приріст %	10	25	24	30	49	21	21	25	10	27	27	27

Примітка.* З 1998 року відбувся перехід на 5-денний тиждень навчання.

Одним із не повністю досліджених в експериментальному плані питань є скорочення навчального тижня із 6 на 5-денний, що призвело до необхідності збільшення кількості уроків на день. Іншим спірним питанням, яке викликає негативну реакцію фахівців медичної галузі, є запровадження шкільного навчання із 6-річного віку. У зв'язку із цим нами проведено аналіз навчального навантаження залежно від кількості днів робочого тижня та віку школярів із розрахунком середньої кількості уроків на день відповідно до діючої в певний період освітньої програми (табл. 2).

Як бачимо з табл. 2 та рис.1, денне навчальне навантаження зросло порівняно з 1970 роком серед 7-річних дітей на 25 %, 8-річних – на 24 %, 9-річних – на 30 %, 10-річних – на 49 %, 11-річних – на 21 %, 12-річних – на 21 %, 13-річних – на 25 %, 14-річних – на 10 %, 15-річних – на 27 %, 16-річних – на 27 %.

Слід відмітити, що середньодобова кількість уроків на сьогодні перевищує ГДН у початкових класах на 13-15%, середніх – на 5-14% (за виключенням 14-річних дітей), старших – на 15%.

Що стосується зрушень рівня денного навчального навантаження за цей же період за класами, то, як бачимо з табл. 3, для дітей усіх класів також відбулося суттєве підвищення навчальних годин на величину від 11 до 46%, причому у 1970 р. діти починали шкільне навчання у 7-річному віці.

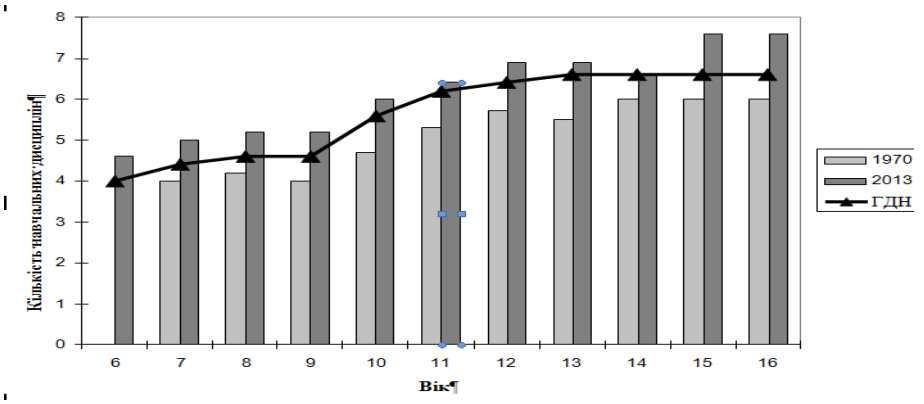

Рисунок 1. Порівняльна характеристика середньої кількості уроків на день відповідно до навчальних планів 1970 р. і 2013 р. та гранично допустимим навчальним навантаженням відповідно до ДСанПіН 5.5.2.008-01.

Таким чином, порівняно із 70-80-и роками минулого сторіччя, підходи до шкільного навчання за оцінкою щоденної кількості уроків набули суттєвих змін. За оцінкою щоденного навантаження в середній та старшій школі, також можливо звернути увагу на збільшення щоденної кількості уроків із 5-6 у 1970-1980-х роках до 7-8, починаючи з 2005 року. Викликає занепокоєння також щоденна кількість уроків в учнів старшої школи (16-17-річних підлітків).

Таблиця 3

Порівняльна оцінка щоденної середньої кількості уроків школярів по класах у динаміці 1970-2013 рр.

Роки	Класи											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Кількість уроків на день											
1970	4	4,2	4	4,7	5,3	5,7	5,5	6	6	6	x	x
1980	4,2	4,2	4,5	5	5,5	5,5	5,5	5,7	5,8	5,8	x	x
1990	3,8	3,8	4	4	5,1	5,1	6,4	5,5	5,5	5,5	5,2	x
1998	4,8	5,2	5,2	5,2	6	6,8	7,2	7,4	7,4	7,6	7,6	x
2001	4,2	4,7	4,9	4,8	5,8	6,4	6,8	7,2	7,4	7,6	7,6	x
2005	4,6	4,8	5	5	5,4	5,8	6,2	6,8	6,8	6,8	6,6	6,6
2011	4,6	5	5,2	5,2	6	6,4	6,9	6,9	7,2	7,6	7,6	x
2013	4,6	5	5,2	5,2	6	6,4	6,9	6,9	6,6	7,6	7,6	x
Приріст, %	15	19	30	11	13	12	25	15	10	27	46	-

Таке навантаження може мати несприятливий вплив на найбільш чутливу категорію учнів, адже пубертатний період розвитку характеризується чітко вираженими особливостями зміни морфофункціональних і психофізіологічних показників, що потребує розширення меж їх інтересів і не може обмежуватися лише навчальною діяльністю.

Наступним кроком нашого дослідження є порівняння кількості предметів, які припадають на кожен навчальний клас, у ретроспективному аналізі (табл. 4).

Таблиця 4

Ретроспективний аналіз кількості навчальних предметів у загальноосвітніх навчальних закладах в динаміці 1970-2013 рр.

Роки	Кількість предметів по класах											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1970	6	8	7	11	13	14	15	14	11	12	x	x
1980	7	8	8	12	13	14	15	15	12	13	x	x
1990	7/8[1]	8	8	8	12	13	14	16	16	15	13	x
1998	8/4[2]	8/5	8/5	8/5	12/6	14/6	14/6	16/7	16/7	15/10	15/10	x
2001	7/2	9/4	9/4	9/4	11/ 4,5	13/5	15/5	14/6	14/6	16/ 7,5	15/7	x
2005	9/1	9/1	9/3	9/3	13/ 2,5	15/ 2,5	17/ 1,5	16/ 5,5	18/ 3,5	17/ 9,5	16/ 9,5	3/ 14
2008	[3]	-	-	-	-	-	-	15/ 6,5	17/ 4,5	17/ 10	16/ 11	3/ 14
2009	-	-	-	-	13/ 2,5	15/ 2,5	17/ 1,5	16/ 5,5	18/ 3,5	18/ 2,5	18/ 1,5	17/3
2010	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18/9	20/6	x
2012	9/2	10/ 2	11/ 2	11/ 2	14/ 1,5	16/ 2,5	19/ 1,5	18/2	19/2	18/9	20/6	x
Приріст (разів)[4]	1,5	1,3	1,6	0	1,1	1,1	1,3	1,3	1,7	1,5	1,5	x

Примітки:

1 – 3-річна/4-річна початкова школа.

2 – Кількість обов'язкових предметів/кількість годин варіативної частини.

3 – Типовим планом передбачено опрацьовувати шкільну програму за планами попередніх періодів.

4 – Приріст за період з 1970 по 2012 роки.

За даними таблиці 4, стає очевидним, що кількість навчальних дисциплін суттєво зросла. Особливе занепокоєння викликає ситуація в молодших класах, де в 1 класі їх кількість зросла на 50 %, у 2 – на 30 %, 3 – на 60 % та наприкінці середньої і в старшій школі, де в 9 класі цей показник дорівнює 70 %, 10 та 11 – 50 %. Кількість обов'язкових навчальних предметів у 7-11-х класах досягає 18-20. Так, в 11 класі наразі вивчають 20 предметів, хоча в 1990-у році їх було 13. Не зрозумілим залишається доцільність впровадження такої великої кількості предметів, що скорочує кількість годин на їх опрацювання, а отже, і впливає на результативність засвоєння матеріалу, а також є фактором ризику погіршення здоров'я. Як визначено попередніми дослідженнями, відносний ризик зниження адаптаційно-резервних можливостей дітей середнього шкільного віку до критично низького рівня вище у 1,6 рази при кількості навчальних предметів у розкладі 17-19 у порівнянні з 13-16 (RR=1,55; ДІ=1,09-2,19; $p<0,05$) [*Гозак, 2014*].

Таблиця 5

Відсотковий вміст уроків фізкультури та трудового навчання у загальному обсязі навчального навантаження у загальноосвітніх навчальних закладах в ретроспективі за 1970-2013 роки

Класи	Дисципліни	Роки											
		1980		1990		1998		2001		2005		2013	
		К	%	К	%	К	%	К	%	К	%	К	%
1	Фіз. вих.	2	8	2	8,7	3	12,5	3	14,3	3	13	3	13
	Труд. навч.	1	4	1	4,3	2	8,3	2	9	2	8,7	1	4,3
2	Фіз. вих.	2	8	2	8,3	3	11,5	2	8,7	3	12,5	3	12
	Труд. навч.	1	8	1	4	2	7,7	1	4,3	1	4,2	1	4
3	Фіз. вих.	2	7,4	2	8,3	3	11,5	2	8,3	3	12	3	11,5
	Труд. навч.	1	3,7	1	4,2	2	7,7	1	4,2	1	4	1	3,8
4	Фіз. вих.	2	6,7	2	8,3	3	11,5	2	8,3	3	12	3	11,5
	Труд. навч.	2	6,7	1	4,2	2	7,7	1	4,2	1	4	1	3,8
5	Фіз. вих.	2	6,1	2	6,7	3	10	2	6,9	2,5	9,3	2,5	9,3
	Труд. навч.	2	6,1	2	6,7	2	6,7	2	6,9	1	3,7	1	3,7
6	Фіз. вих.	2	6,1	2	6,5	3	8,8	2	6,6	2,5	8,6	2,5	8,6
	Труд. навч.	2	6,1	2	6,5	2	5,8	2	6,6	1	3,4	1	3,4
7	Фіз. вих.	2	6,1	2	6,3	3	8,3	2	5,9	2,5	8,1	2,5	7,9
	Труд. навч.	2	6,1	2	6,3	2	5,5	2	5,9	2	6,5	2	6,3
8	Фіз. вих.	2	5,9	2	6,1	3	8,1	2	5,5	3	8,8	2	6,3
	Труд. навч.	2	5,9	2	6,1	2	5,4	2	5,5	2	5,9	1	3,2

9	Фіз. вих.	2	5,7	2	6,1	3	8,1	2	5,4	3	8,8	2	6,1
	Труд. навч.	4	11	2	6,1	2	5,4	2	5,4	1	2,9	1	3
10	Фіз. вих.	2	5,7	2	6,1	3	7,9	3	7,9	2	5,9	2	5,3
	Труд. навч.	4	11	2	6,1	2	5,3	2	5,3	-	-	-	-
11	Фіз. вих.	х	х	2	6,6	3	7,9	3	7,9	2	5,9	2	5,3
	Труд. навч.	х	х	2	6,5	2	5,3	2	5,3	-	-	-	-

Примітки:

1. Частку вмісту годин, відведених на «динамічні» дисципліни, підраховано відповідно до даних табл.1.

2. К - кількість годин на навчальний предмет.

3. % - співвідношення кількості годин на предмет до загальної кількості навчальних годин.

Збільшення навчального навантаження неминуче призводить до зниження рухової активності учнів, тому важливим профілактичним заходом є гармонійне узгодження навчальних дисциплін за видами діяльності (статична-динамічна). Серед навчальних дисциплін до «динамічних» можливо віднести уроки фізичного виховання та трудового навчання. У зв'язку з цим, одним з елементів нашого дослідження є визначення частки «динамічних» предметів від загальної кількості навчальних годин у ретроспективному аналізі (табл. 5).

За останні роки наявною стала тенденція до зменшення % «динамічних» предметів. При цьому, кількість годин, відведена на їх викладання, суттєво не зменшується, а в деяких класах навіть збільшена на 0,5-1 годину (табл. 5), але загальний % співвідношення суттєво змінюється за рахунок великої кількості статичних дисциплін.

Занепокоєння викликає зміна освітньої програми щодо відміни предметів, пов'язаних із трудовою діяльністю в старшій школі, хоча наприкінці ХХ сторіччя трудове виховання займало провідну роль у навчальній діяльності старших школярів.

Отже, на нашу думку, зменшення % «динамічних» предметів можливо розцінювати, як один із потенційно негативних факторів у ланці причин, які викликають зрушення, пов'язані зі зниженням рухової активності.

Висновки:

1. Установлено, що організація сучасного навчально-виховного процесу не відповідає вимогам чинного санітарного законодавства за показником сумарної кількості годин (уроків) тижневого навантаження (за навчальними планами 2013 р): спостерігається перевищення на 3-15%.

2. За показником середньодобової кількості уроків установлено перевищення на 5-15% у порівнянні з аналогічним показником 1970 року у відповідник класах та на 10-49% у відповідних вікових групах.

3. Серед інших особливостей сучасного навчального процесу, виявлених у ході ретроспективного аналізу освітніх програм, можна назвати інновації, які не мають підстав, гігієнічно обґрунтованих, з позиції впливу на здоров'я учнів. Насамперед, це збільшення кількості навчальних дисциплін у середньому в 1,5 рази; посилення навантаження на учнів молодшого шкільного віку (у 1970 році діти 7-річного віку вивчали 6 навчальних предметів, у 2013-му діти 6-річного віку вивчають 9 предметів); зменшення відсоткового співвідношення «динамічних» дисциплін відповідно до «статичних»; відсутність у старшій школі (10-11 класи) трудового виховання та велика кількість «статичних» предметів (у 10-11-х класах по 18-20 предметів), що впливає на якість засвоєння матеріалу і може бути потенційним фактором ризику появи хронічної втоми.

4. Вважаємо, що при визначенні подальших перспективних напрямків роботи слід надати аналітичну оцінку освітніх програм зарубіжжя, порівняти отримані дані з вітчизняними показниками, зробити аналіз проблем зі здоров'ям школярів інших країн і на основі отриманих даних надавати практичні рекомендації, які будуть відображені в нормативних документах.

ЛІТЕРАТУРА

Березівська, 2009 – Березівська Л. Д. Організаційно-педагогічні засади реформування шкільної освіти в Україні у ХХ столітті / Л. Д. Березівська // Дис… докт. пед. наук. – К., 2009. – С. 4-21.

Гребняк, 2000 – Гребняк Н. П., Деменков В. Ю., Макаров Д. С., Батакова А. В. Факторы риска для здоровья, обусловленные санитарным содержанием детских и подростковых учреждений / Н. П. Гребняк, В. Ю. Деменков, Д. С. Макаров, А. В. Батакова // Довкілля та здоров'я. – 2000. – № 2(9). – С. 710.

Гозак, 2014 – Гозак С. В. К вопросу влияния организации учебного процесса в общеобразовательных учреждениях на здоровье учащихся / С. В. Гозак, Е. Т. Елизарова // Охрана здоровья и безопасность жизнедеятельности детей и подростков : актуальные проблемы, тактика и стратегия действий : матер. IV Всероссийского конгресса по школьной и университетской медицине с международным участием (15-16 мая 2014 г. Санкт-Петербург). – СПб., 2014. – С. 62-64.

Єрмолова, 2011 – Єрмолова Ю. В. Стан здоров'я школярів – ситуація критична [Ел. Ресурс]. – Реж. доступу: http://www.umj.com.ua/article/11460/ stan-zdorov-ya-shkolyariv-situaciya-kritichna.

Кучма, 2014 – Кучма В. Р. Современная модель деятельности медицинских организаций по профилактике заболеваний воспитанников и обучающихся, состояний, обусловленных жизнедеятельностью детей / В. Р. Кучма //Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. – 2014. – № 1. – С.4-11.

Полька, 2011 – Полька Н. Гігієнічне забезпечення умов життєдіяльності дітей у загальноосвітніх навчальних закладах / Н. Полька, С. Гозак // Гуманітарний вісник : зб. наук. пр. – Переяслав-Хмельницький, 2011. – Вип. 23. – С.186-190.

REFERENCES

Berezivska, 2009 – Berezivska L. D. Orhanizatsiino-pedahohichni zasady reformuvannia shkilnoi osvity v Ukraini u XX stolitti / L. D. Berezivska // Dys… d.ped.nauk. – K., 2009. – S. 4-21.

Hrebniak, 2000 – Hrebniak N. P., Demenkov V. Iu., Makarov D. S., Batakova A. V. Faktory ryska dlia zdorovia, obuslovlennye sanytarnym soderzhanyem detskykh y podrostkovykh uchrezhdenyi / N. P. Hrebniak, V. Iu. Demenkov, D. S. Makarov, A. V. Batakova // Dovkillia ta zdorov'ia. – 2000. – № 2(9). – S. 710.

Hozak, 2014 – Hozak S. V. K voprosu vlyianyia orhanyzatsyy uchebnoho protsessa v obshcheobrazovatelnykh uchrezhdenyiakh na zdorove uchashchykhsia / S. V. Hozak, E. T. Elyzarova // Okhrana zdorovia y bezopasnost zhyznedeiatelnosty detei y podrostkov : aktualnye problemy, taktyka y stratehyia deistvyi : mater. IV Vserossyiskoho konhressa po shkolnoi y unyversytetskoi medytsyne s mezhdunarodnym uchastyem (15-16 maia 2014 h. Sankt-Peterburh). – SPb., 2014. – S. 62-64.

Yermolova, 2011 – Yermolova Iu. V. Stan zdorov'ia shkoliariv – sytuatsiia krytychna [El. Resurs]. – Rezh. dostupu : http://www.umj.com.ua/article/11460/ stan-zdorov-ya-shkolyariv-situaciya-kritichna

Kuchma, 2014 – Kuchma V. R. Sovremennaia model deiatelnosty medytsynskykh orhanyzatsyi po profylaktyke zabolevanyi vospytannykov y obuchaiushchykhsia, sostoianyi, obuslovlennykh zhyznedeiatelnostiu detei / V.R. Kuchma //Voprosy shkolnoi y unyversytetskoi medytsyny y zdorovia. – 2014.– № 1. – S.4-11.

Polka, 2011 – Polka N. Hihiienichne zabezpechennia umov zhyttiediialnosti ditei u zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladakh / N. Polka, S. Hozak // Humanitarnyi visnyk : zb. nauk. pr. – Pereiaslav-Khmelnytskyi, 2011. – Vyp. 23. – S.186-190.

Надійшла до друку 21.08.2014.

УДК 613: 373

Коцур Надія

УПРОВАДЖЕННЯ ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Стаття присвячена проблемі пріоритетності здоров'я, фізичного й психічного розвитку школярів. Погіршення здоров'я сучасних школярів пов'язане з невідповідністю нових шкільних програм рівню фізіологічних і психічних особливостей їх розвитку, відсутністю навичок організації ефективного навчання, здорового дозвілля, правильного харчування, недоліками в системі шкільної освіти. У багатьох навчальних закладах недостатньо впроваджується система здоров'язбереження школярів. Для поліпшення здоров'я дітей і підлітків, забезпечення їх гармонійного фізичного та нервово-психічного розвитку одним з основних завдань освітнього закладу є створення таких оздоровчих педагогічних програм, які б комплексно вирішували проблеми здоров'я й успішного навчання. В умовах інформатизації суспільства слід розробляти такі педагогічні технології, які інтегрували б у собі всі форми здоров'язбереження школярів в освітньому просторі.

У статті розкриваються найбільш продуктивні й ефективні здоров'язбережувальні освітні технології, які здатні спиратися на комплексний характер здоров'я; брати до уваги найбільше число факторів, що впливають на здоров'я; ураховувати вікові та індивідуальні особливості учнів. Проаналізовано різні види здоров'язбережувальних технологій та можливості їх реалізації в умовах загальноосвітнього навчального закладу. Обґрунтовано ефективність дотримання здорового способу життя та формування цінності здоров'я в структурі особистості учня. Акцентована увага на періодичній оцінці ефективності оздоровчої технології та залученні батьків до роботи по збереженню і зміцненню здоров'я учнів.

Ключові слова: *здоров'я, школяр, загальноосвітній заклад, здоров'язбережувальні технології, здоровий спосіб життя, педагог.*

Стаття посвящена проблеме приоритетности здоровья, физического и психического развития школьников. Ухудшение здоровья современных школьников связано с несоответствием