УДК 614.2–053.5

ՏԱՐԲԵՐ ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ ՍՈՎՈՐՈՂՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ԵՎ ԱՌՈՂՋԱԿԱՆ ՎԻՃԱԿԻ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

Լ.Ռ Ավետիսյան

Մ.Հերացու անվան Երևանի պետական բժշկական համալսարանի
պրոֆիլային հիգիենաների ամբիոն
375025, Երևան, Կորյունի 2

Հանգուցային բառեր. ֆիզիկական զարգացում, առողջական վիճակ, աշակերտ, ինտենսիվ ուսուցում

Հայաստանի կրթական համակարգը բարեփոխման ընթացքի մեջ է: Դպրոցներում մանկավարժական գործընթացի ինտենսիվացումը, ուսուցման ժամանակակից մեթոդների որոնումը հրատապ են դարձրել սովորողների առողջության պահպանման ու ամրապնդման խնդիրների հարցում մանկավարժների և բժիշկների համագործակցությունը:

Մանկավարժական ստեղծագործության ապատությունն այսօրվա ուսուցչին հնարավորություն է ընձեռում հայտնաբերելու և կիրառելու ուսուցման և դաստիարակության առավել արդյունավետ, օպտիմալ մեթոդներ և հնարքներ, մտցնելու նորանոր ճշգրտումներ մինչև այժմ եղած ուսումնական ծրագրերի մեջ, կազմակերպելու փորձարարական հետազոտական այնպիսի աշխատանքներ, որոնք կնպաստեն այսօրվա գործունեության կարգավորմանը: Սակայն ցանկացած նորություն, որ կապված է ուսումնական ծանրաբեռնվածության կամ ուսումնական ռեժիմի որևէ էլեմենտի փոփոխման հետ, ցանկալի է և անհրաժեշտ համաձայնացնել առողջապահական մարմինների հետ, այլապես առանց լուրջ գիտական հետազոտությունների արդյունքի հիման վրա արված փոփոխությունները կարող են բերել աճող օրգանիզմի առողջական վիճակի վատացման [1-10]:

Այսօր Հայաստանի Հանրապետությունում գործում են տարբեր ուսումնական ռեժիմներով աշխատող նոր տիպի դպրոցներ, որտեղ ուսումնական նոր ծանրաբեռնվածության հետ միասին կիրառվում են ուսուցման նոր մեթոդներ:

Ցավմաթիվ հետազոտություններ, որոնք ուղղված են եղել աճող օրգանիզմի առողջական վիճակի վրա «դպրոցական գործոնի» ազդեցության ուսումնասիրությանը, ցույց են տվել, որ ուսումնական ռեժիմի հիգիենիկ նորմերի խախտումները բերում են սովորողների առողջական վիճակի վատացման:

Նյութը և մեթոդները

Հոդվածում ներկայացված աշխատանքը նպատակ է հետապնդել հետազոտել և գնահատել 4 տարբեր տիպի դպրոցների VIII –X դասարաններում սովորող երեխաների օրվա ռեժիմի, ֆիզիկական զարգացման և առողջական վիճակի առանձնահատկությունները:

Ուսումնական տարվա սկզբում և վերջում հետազոտվել են աշակերտների առողջական վիճակը, ըստ Երեխաների և դեռահասների Մոսկվայի գիտահետազոտական ինստիտուտի

կողմից առաջարկված մեթոդիկայի, ֆիզիկական զարգացումը գնահատվել է ըստ մորֆոֆունկցիոնալ ստատուսի ներդաշնակության, ինչպես նաև կենսաբանական և օրացույցային տարիքների համապատասխանության որոշմամբ՝ ելնելով Երևան քաղաքի դպրոցականների սեռահասակային ստանդարտներից: Օրվա ռեժիմը ուսումնասիրվել է մեր կողմից կազմված հարցաթերթիկների միջոցով: Ուսումնական 4 տարբեր հաստատություններում հետազոտվել են յուրաքանչյուրում՝ 180-230 աշակերտ:

Հանրապետությունում գործող իր տեսակի մեջ եզակի դպրոց՝ Ա. Ծիրակացու անվան կրթահամալիր (թիվ 1 դպրոց) հաճախում են հատուկ ընդունակություններով օժտված երեխաներ, որտեղ ուսուցման ինտենսիֆիկացումը պայմանավորված է ոչ միայն դասաժամերի և առարկաների քանակական, այլև ծրագրային նյութերի բովանդակային աճով, ինչպես նաև դասավանդման նոր մեթոդիկաների ներդրմամբ: Ֆիզիկա-մաթեմատիկական գիշերօթիկ դպրոցում (թիվ 2 դպրոց) ինտենսիվ ուսուցանում են միայն ֆիզիկա-մաթեմատիկական առարկաները: Այստեղ դասավանդումն ընթանում է ավանդական մեթոդներով: «Քվանտ» մասնավոր գիմնազիայում (թիվ 3 դպրոց) նույնպես, ինչպես թիվ 1 դպրոցում, ուսումնական պրոցեսն ինտենսիֆիկացված է, բայց այստեղ հաճախում են ինչպես բարձր, այնպես էլ սովորական ընդունակություններով օժտված երեխաներ: Թիվ 4 դպրոցը հանրակրթական միջնակարգ դպրոց է, և ծառայել է որպես ստուգիչ խումբ:

Արդյունքները և քննարկումը

Թվարկված դպրոցներում տարբեր են ուսումնական ռեժիմները: Այսպես՝ թիվ 1 դպրոցում դասավանդվում է օրը երեք առարկա 2-ական ժամով և 5 րոպե ընդմիջումով, 70 օր տևողությամբ, իսկ մնացած դպրոցներում գործում է ուսուցման ավանդական ռեժիմը:

Աղյուսակ 1

Տարբեր ուսումնական հաստատություններում սովորողների կենսաբանական զարգացման մակարդակը (%)

Կենսաբանական զարգացման մակարդակը	Ուսումնական հաստատություններ			
	Թիվ 1	Թիվ 2	Թիվ 3	Թիվ 4
Կենսաբանական տարիքը համընկնում է օրացույցային տարիքին	81.4	77.3	69.3	67.4
Կենսաբանական տարիքը գերազանցում է օրացույցային տարիքը	9.8	17.3	18.2	12.2
Կենսաբանական տարիքը ետ է մնում օրացույցային տարիքից	8.8	5.4	12.5	20.4
Աշակերտների ընդհանուր թիվը	205	185	192	181

Հարցաթերթիկների վերլուծությունը պարզեց, որ այս դպրոցների (հատկապես թիվ 1 և թիվ 3) աշակերտների մոտ առկա են օրվա ռեժիմի կոպիտ խախտումներ, որոնք արտահայտվում են դասապատրաստումներին տրամադրվող ժամանակի երկարացմամբ՝ գիշերային քնի հաշվին, հանգստի, մաքուր օդում մնալու ժամանակի կրճատմամբ: Ֆիզիկական զարգացման գնահատման ժամանակ ստացած մեր տվյալները համընկնում են գրականության տվյալներին:

Ինչպես երևում է աղ. 1-ից երեխաների հիմնական մասի մոտ կենսաբանական և օրացույցային տարիքները համընկնում են: Կենսաբանական տարիքը գերազանցում է օրացույցային տարիքին թիվ 1 և թիվ 3 դպրոցների աշակերտների մոտ:

Աղյուսակ 2

Տարբեր ուսումնական հաստատություններում սովորողների մորֆոֆունկցիոնալ վիճակը (%)

Մորֆոֆունկցիոնալ վիճակը	Ուսումնական հաստատություններ			
	Թիվ 1	Թիվ 2	Թիվ 3	Թիվ 4
Ներդաշնակ	66.8	72.4	63.5	60.0
Աններդաշնակ	28.3	24.3	26.7	27.6
Խիստ աններդաշնակ	4.9	3.3	8.9	12.2
Դպրոցականների ընդհանուր թիվը	205	185	192	181

Ըստ մորֆոֆունկցիոնալ զարգացման, տարբեր հաստատություններում սովորող ներդաշնակ զարգացում ունեցող աշակերտների թիվը ամենամեծն է թիվ 2 դպրոցում (աղ. 2): Աններդաշնակ և խիստ աններդաշնակ զարգացմամբ երեխաները բաժանվեցին հետևյալ կերպ.

Ուսումնական տարվա ընթացքում ներդաշնակ ֆիզիկական զարգացում ունեցողների թիվը թիվ 1 դպրոցում պակասել է 3 անգամ, իսկ աններդաշնակ զարգացում ունեցողների թիվն ընդհակառակը՝ ավելացել է 2.2 անգամ:

Առողջական վիճակի վերլուծությունը ցույց տվեց, որ դպրոց ընդունվելիս թիվ 1 դպրոցի աշակերտներն ունեին առողջական վիճակի ավելի բարձր ցուցանիշներ (ստուգիչ խմբի համեմատությամբ 1.7 անգամ), որը ըստ հարցաթերթիկներից ստացված տվյալների բացատրվում է այդ դպրոցականների սոցիալապես ավելի լավ պաշտպանվածությամբ, ծնողների կրթությամբ, ինչպես նաև հանրակրթական դպրոցի ծրագրերի հեշտ յուրացմամբ: Սակայն ուսուցման 3 տարիների ընթացքում առողջական վիճակի կորուստն ավելի մեծ է թիվ 1 և թիվ 3 դպրոցներում: Այսպես՝ եթե I առողջական խումբ ունեցող երեխաների թիվ 1 դպրոցում պակասել է 2.6 անգամ, իսկ թիվ 3 դպրոցում՝ 2.2 անգամ, ապա III առողջական խմբում, ընդհակառակը, ավելացել է համապատասխանաբար 2 և 2.8 անգամ: Թիվ 2 և թիվ 4

դպրոցներում այդ փոփոխությունները էական չեն և կապվում են համապատասխանաբար՝ 1.1 և 1.3 I և 1.3 և 1.3 III առողջական խմբերում:

Այսպիսով, բարձր ուսումնական ծանրաբեռնվածությամբ աշխատող դպրոցներում, որտեղ ուսման ինտենսիֆիկացումը կուգորդվում է նաև ուսումնա-դաստեարակչական ռեժիմի կոպիտ խախտումներով, հանգեցնում են առողջական վիճակի վատթարացման, ուստի սովորողների համար անհրաժեշտ է մշակել բժշկամանկավարժական դիֆերենցված մոտեցում կապված ուսումնական ծանրաբեռնվածության, օրվա ռեժիմի և բժշկական սպասարկման հետ:

Поступила 21.05.01

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В РАЗНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Л.Р. Аветисян

Приведены результаты наблюдений за состоянием здоровья и физического развития учащихся VIII-X классов школ с различным профилем обучения (в школах N1 и N3 интенсификация обучения идет за счет не только увеличения количества часов, но и за счет расширения програмного материала, введения новых учебных предметов, использования новых, в том числе и авторских педагогических технологий, в школе N2 интенсивно изучают только математику и физику, школа N4–общеобразовательная).

Динамические исследования показали, что состояние здоровья и физическое развитие учащихся школ интенсивного обучения страдают в большей степени, чем у их сверстников общеобразовательной школы.

THE PECULIARITIES OF THE PUPILS' HEALTH STATUS AND PHYSICAL DEVELOPMENT IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF DIFFERENT TYPES

L.R. Avetisian

In the article the results of the examination of the children's health status and physical development in different types of schools are reperesented. In the beginning of the study the health status and physical development of children in intensive educational schools is higher, but the studies show that the loss of the children's health in the dynamics of four years is more in the children at the schools with intensive regime.

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. *Անջելյան Ռ.Հ.* Դպրոցականների ուսումնական գործունեությունը և նրանց առողջության պահպանման խնդիրները: Երևան, 1998:
2. *Թարսեղյան Ռ.Հ., Դարիբյան Զ.Ղ., Ինճիկյան Օ.Հ. և այլն.* Դպրոցականների ուսումնական գործունեությունը և նրանց առողջության պահպանման խնդիրները: Երևան, 1998:
3. *Մարդիյան Մ.Ս., Հարությունյան Ս.Մ., Թադևոսյան Ս.Է.:* Դպրոցականների ուսումնական գործունեությունը և նրանց առողջության պահպանման խնդիրները: Երևան, 1998:
4. Адаптация организма учащихся к учебной и физической нагрузкам. Под ред. А.Т. *Хрипковой М.В.* Антиповой, М., 1982.
5. *Ананьева Н.А., Ямпольская Ю.А.* Вестн. РАМН, 1993, 5, с. 21.
6. *Ананьева Н.А., Ямпольская Ю.А.* Школа здоровья, 1994,т. 1, 1,с. 70.
7. *Кучма В.Р., Суханова Н.Н.Камечкина Н.А., Каретина С.А.* Гиг. и сан., 1996, 1, с.27.
8. *Ямпольская Ю.А., Пляскина И.В.* Экономическая антропология. Ежегодник, Минск, 1998, вып. 3, с. 87.
9. *Ямпольская Ю.А., Михайлова С.А.* Гиг. и сан.,1993, 11, с. 35.