

ТРУДЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
«ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И ПРИКЛАДНЫЕ НАУКИ – МЕДИЦИНЕ»

Е. О. ГУЗИК, А. Г. КОЛЕДА, Ю. Е. ГУЗИК

ХАРАКТЕРИСТИКА АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СОВРЕМЕННЫХ ШКОЛЬНИКОВ

Учреждение образования «Белорусский государственный медицинский университет»,
г. Минск, Республика Беларусь

Актуальность. Получение образования в современных условиях связано с интенсификацией образовательного процесса, что предъявляет к учащимся большие психофизиологические требования. Одним из обязательных компонентов обучения является подготовка домашнего задания. В соответствии с национальными гигиеническими регламентами рекомендуемое время подготовки домашнего задания составляет от 2 часов в 5–6-ом классе до 3-х часов в 9–11-х классах. Начиная с 5-го класса между учителями-предметниками отсутствует «договоренность» об объемах домашних заданий, что зачастую приводит к увеличению длительности его выполнения учащимися и может приводить к снижению адаптационных возможностей.

Цель. Изучить особенности изменения адаптационных возможностей учащихся 5-11 классов в зависимости от длительности подготовки домашнего задания.

Материалы и методы исследования. В условиях 59 учреждений общего среднего образования республики было проведено определение адаптационного потенциала и анкетирование 1193 учащихся в возрасте от 10 до 18 лет (582 мальчика и 611 девочек). Адаптационный потенциал рассчитывали и нормировали согласно формуле Р.М. Баевского в соответствии с инструкцией по применению «Применение компьютерной программы мониторингования прямых показателей здоровья учащихся», утвержденной 05.01.2007 г. (регистрационный № 087-1006). Анкетирование проведено с использованием специально разработанной анкеты. Дети обследованы с информированного согласия родителей.

Результаты. В ходе исследования установлено, что около половины учащихся (46,5 %) имеют удовлетворительную адаптацию, 27,7 % – напряжение механизмов адаптации, 16,8 % – неудовлетворительную адаптацию, 9,0 % – срыв адаптации. С увеличением года обучения наблюдается увеличение в 2,2 раза доли учащихся, имеющих срыв и неудовлетворительную адаптацию (с 9,3 и 3,3 % в 5-ом классе до 20,5 % и 7,3 % в 11-ом классе). Данная тенденция более выражена среди мальчиков, где от 5-го к 11-му классу наблюдается увеличение в 2,9 и 4,9 раза доли учащихся, имеющих неудовлетворительную или срыв адаптации.

Ежедневно 40,4 % обследованных готовят домашние задания до 2-х часов, 2–3 часа – 29,3 %, 4 часа и более – каждый третий (30,3 %). Среди мальчиков 22,2 % тратит на подготовку домашних заданий 4 часа и более, среди девочек таких 34,5 % (Pearson Chi-square test, $\chi^2 = 53,3069$, $p = 0,0000$). С увеличением года обучения в 2,0 раза как у мальчиков, так и у девочек увеличивается доля учащихся, которые ежедневно готовят домашнее задание 4 часа и более.

У мальчиков и девочек установлены статистически значимые различия в уровне адаптационного потенциала в зависимости от длительности подготовки домашних заданий (Pearson Chi-square test, $\chi^2 = 83,4234$, $p = 0,0000$). При подготовке домашнего задания не более 2-х часов. неудовлетворительную и срыв адаптации имеют 13,9 % и 6,8 % мальчиков и 18,8 % и 9,6 % девочек. Среди учащихся, которые готовят домашнее задание 4 и более часа неудовлетворительную и срыв адаптации имеют 15,7 % и 7,9 % мальчиков и 22,2 %, и 11,7 % девочек. Если в 5-м классе как среди мальчиков, так и среди девочек наблюдается снижение адаптационных возможностей при увеличении длительности подготовки домашнего задания, то в 11-ом классе таких различий не выявлено.

Заключение. Каждый четвертый учащийся имеет неудовлетворительную или срыв адаптации, каждый третий тратит на подготовку домашнего задания 4 часа и более. От 5-го к 11-му классу наблюдается снижение адаптационного потенциала при увеличении длительности подготовки домашнего задания. Целесообразным является продолжить поиск факторов риска, способствующих снижению адаптационного потенциала.