УДК: 613.865:613.955/.96:614.78/.79

**ГІГІЄНІЧНІ АСПЕКТИ**

**НАВЧАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ**

**В УМОВАХ СУЧАСНОГО**

**ПРОМИСЛОВО-АГРАРНОГО РЕГІОНУ**

*Олійник Ю.О., Старусєва В.В.*

Харківський національний медичний університет, Харків, Україна

Враховуючи прогресуюче зниження рівня здоров’я сучасної популяції дітей та підлітків все більше уваги українські вчені приділяють встановленню шкідливих факторів шкільного середовища, та створенню оптимальних умов для збереження та зміцнення здоров’я зростаючого покоління. Здоров’я учнів загальноосвітньої школи залежить від впливу багатьох умов, та одним з найважливіших є режим навчання.

Нами було проведене дослідження режиму навчання старшокласників в загальноосвітніх школах великого міста (м. Харків), малого міста та села. Найбільш значущими недоліками, які можуть негативно впливати на здоров’я підлітків-старшокласників в усіх обстежених школах були порушення вимог до учбового розкладу, наявність необґрунтовано великої кількості спарених уроків та нераціональний розподіл уроків за ступенем складності.

Учбовий розклад в міських школах більш раціональний ніж в малому місті та сільській місцевості. Тільки в 10,0±4,2% міських шкіл при аналізі розкладу виявлені дні з учбовим навантаженням 8 годин. В той же час в малих міста та сільській місцевості такі порушення були в розкладі всіх обстежених шкіл. Така ситуація склалася внаслідок більш широкого впровадження в сільських школах та школах малих міст днів профільного навчання без належної корекції учбового розкладу.

Такі порушення режиму призводять до певних порушень функціонального стану старшокласників. Так при дослідженні основних показників уваги встановлено, що розумова працездатність старшокласників малого міста та сільських школярів мала позитивну динаміку протягом всього періоду навчання у старшій школі, але стійкість їх функціонального стану різко погіршувалася в 11-му класі (коефіцієнт розумової працездатності сільських школярів знижується від 207,3±7,8 в 10-му класі до 193,9±8,0 в 11-му при p<0,05, а обсяг уваги зменшується з 226,6±8,2 до 211,4±7,9 відповідно), що є ознакою перевтоми, яка виникає в наслідок надмірних навантажень у випускному класі. Певні відмінності спостерігалися також при дослідженні короткочасної пам’яті та рівня інтелекту.

Вище зазначене свідчить про те, що при організації профільного навчання старшокласників необхідно суворо дотримуватися гігієнічних вимог до раціональної організації учбового процесу, та вносити відповідні корективи до розкладу з метою попередження перенавантаження учнів в процесі навчання та виникнення перевтоми**.**