Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

МБОУ «СОШ №23"

 п. Айхал Мирнинского района РС(Я)

научно-исследовательская работа

 Выполнила: Османова Виктория

 ученица 5 класса

 Руководитель: Колобова С.В.

 учитель математики

п. Айхал

2017 год

Оглавление:

 Введение…………………………………………………………………………………………………3

Глава 1. Литературный обзор……………………………………………………………6

Глава 2. Анализ заболеваемости учащихся МОУ "ОСОШ №1"

за 5 лет……………………………………………………………………………………………… 8

Глава 3. Экспериментальная часть работы…………………………………10

1. Выявление причин вызывающих усталость школьников -

2. Затраты времени на подготовку д/з…………………………………………12

3. Объем д/з по предметам……………………………………………………………13

Заключение…………………………………………………………………………………………18

Литература…………………………………………………………………………………………19

Приложение 1…………………………………………………………………………………… 20

Анализ заболеваемости учащихся МОУ "СОШ№23»

Приложение 2…………………………………………………………………………………… 22

Анализ групп здоровья учащихся МОУ "СОШ№23»

Приложение 3…………………………………………………………………………………… 23

Анкета «Выявление причин, вызывающих усталость школьника»

Введение.

 "Здоровье – утверждал академик И.П.Павлов – это бесценный дар природы, оно дается, увы, не навечно, его надо беречь. Но здоровье человека во многом зависит от него самого, от его образа жизни, условий труда, питания, его привычек".

 В приведенном выше определении речь о здоровье отдельного индивидуума, которое формируется на основе его наследственности, образа жизни, определенных социально-экономических условий.

 Основной фактор здоровья – образ жизни включает в себя и режим дня. Режим дня школьника напрямую зависит от учебной нагрузки. А поскольку учебная нагрузка в школе разная, то и влияние этого фактора на здоровье учеников тоже разное.

 Среди молодых людей все чаще встречаются такие, у которых исчезает интерес к учебе, и ухудшается здоровье.

 Проблема ухудшения здоровья у школьников существует и в нашей школе. Более частыми заболеваниями являются: нарушение осанки, миопия, простудные заболевания и др. Количество здоровых детей в школе уменьшается.

 Поэтому я решила изучить влияние учебной нагрузки на учеников нашей школы, а также их отношение к учебе.

Цель и задачи работы:

 Цель работы: изучить влияние учебной нагрузки на учеников нашей школы и их отношение к учебе.

 Задачи работы: 1. По литературным источникам описать влияние учебной нагрузки на здоровье учащихся.

 2. Проанализировать заболеваемость учащихся МБОУ "СОШ№23"за 5 лет.

 3. Выявить причины вызывающие усталость школьников, изучить влияние учебной нагрузки на учеников нашей школы.

 4. Изучить отношение учащихся к выполнению домашнего задания по предметам.

 Предмет: влияние учебной нагрузки на учащихся МБОУ "СОШ№23"

 Объект: образовательный процесс в 5-6 классах МБОУ "СОШ№23"

 Гипотеза исследования: правильно организованное обучение будет способствовать благоприятному развитию учащихся, укреплению их здоровья, если:

 - проанализирована заболеваемость учащихся МБОУ "СОШ№23"

 - изучены литературные источники о влиянии учебной нагрузки на здоровье учащихся;

 - выявлены причины, вызывающие усталость школьников;

 - изучено отношение учащихся к выполнению домашнего задания по предметам.

Способы и методы исследования.

Исследования проводились по трем направлениям.

 Для решения поставленных задач были использованы следующие методы:

 1. Статистический опрос.

 2. Обработка полученных данных, построение графиков и диаграмм.

 3. Анализ и сравнение полученных результатов.

Глава 1. Литературный обзор.

 Обучающимся в школах обеспечиваются необходимые условия для сохранения и укрепления здоровья и гигиенического воспитания. Учебно-воспитательный процесс в школе совершается с учетом возрастных морфофункциональных возможностей детей и подростков. Содержание, методы и темпы обучения детей в школе не должны вызывать перегрузку, а в конечном итоге – нарушений состояния их здоровья.

 Многочисленные статистические данные по исследованию физического здоровья человека показывают, что среди них 10-15% относятся к организации здравоохранения, 10-20% к природным условиям, 18-25% к наследственности и 50-52% к образу жизни (С.В.Алексеев. 1991 год).

 За последние годы органами и учреждениями образования осуществлена значительная работа по перестройке процесса обучения детей и подростков: учебный материал излагается теперь на более высоком уровне трудности, ускорился темп обучения, введена кабинетная система, внедрены технические средства обучения, изменена постановка трудового воспитания, обучения и профессиональной ориентации учащихся. Изменения в учебно-воспитательном процессе способствовали интенсификации умственной деятельности учащихся, а, следовательно, увеличилась нагрузка на центральную нервную систему, различные анализаторы, особенно зрительный и слуховой, опорно-двигательный аппарат, нормальное развитие которых может быть нарушено при нерациональной организации учебно-воспитательного процесса в школе. В то же время правильно организованное обучение способствует благоприятному росту и развитию учащихся, укрепление их здоровья.

 Умственная деятельность, связанная с процессом обучения, относится к числу самых трудных для детей. Нервные клетки коры большого мозга детей обладают еще относительно низкими функциональными возможностями, поэтому большие умственные нагрузки могут вызвать их истощение.

 Учебная работа требует также длительного сохранения вынужденной рабочей позы, создающей значительную нагрузку на опорно-двигательный аппарат и мышечную систему детей. В режиме дня школьника соотношение между динамическими и статистическими нагрузками резко изменяется в сторону преобладания наиболее утомительного статистического напряжения.

 При интенсивной или длительной умственной деятельности у школьников развивается утомление. Его биологическое значение двойное: с одной стороны, оно является защитной, охранительной реакцией от чрезмерного истощения организма, а с другой – стимулятором восстановительных процессов и повышения его функциональных возможностей. В.В.Розенблат считает утомлением временное снижение работоспособности, вызванное интенсивной или длительной работой. Стоит только добавить, что утомление является следствием не только работы, но и тех условий, в которых она совершается (освещенность и воздушно-тепловой режим помещения, организация рабочего места школьника и др.). Несомненно, оказывает влияние на развитие утомления также и отношение к учебе, мотивация волевых усилий.

Глава 2. Анализ заболеваемости учащихся МБОУ "СОШ№23".

 Прежде чем изучить влияние учебной нагрузки на учеников нашей школы, я решила сделать анализ заболеваемости учащихся школы (1-11 классы) за последние 5 лет, выбрав наиболее распространенные заболевания: нарушение осанки, миопия, простудные заболевания.

 Вывод: Заболевание миопия возросло в 2,8 раза и составляет 17%.

 Самый низкий уровень заболеваемости нарушения осанки наблюдается в 2001 г., самый высокий – в 2015г. За последние три года уровень не снижается и не повышается, в среднем составляет 30,3%

 Наибольший уровень простудных заболеваний наблюдается в 2001г. – 12%, самый низкий – в 2013г. – 5%. На сегодняшний день 9% школьников болеют простудными заболеваниями.

Вывод:

 Для нашей школы характерен рост количества школьников, которые часто болеют простудными заболеваниями: ОРЗ, грипп, ангина. Это 79% от общего числа обучающихся, что в 1,4 раза больше, чем в 2001 году.

 15% школьников имеют хронические заболевания, которые стоят на учете в центральной районной больнице. Это болезни пищеварительной системы, тонзиллит, вегето-сосудистые заболевания почек и др.

Процент практически здоровых детей за последние 6 лет уменьшился в 3 раза и составляет всего 6%

Глава 3. Экспериментальная часть работы.

*1 Выявление причин вызывающих усталость школьников.*

 Для начала я составила и сформулировала в форме вопросника возможные основные причины, вызывающие усталость у учащихся, сколько времени учащиеся тратят на подготовку домашнего задания. Затем провела опрос по данному вопроснику. Используя методы математической статистики, обработала полученные данные, для построения графиков и диаграмм использовала компьютер.

 В результате были получены следующие результаты.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Причины: |  5 класс % | 6 класс % |
| объем информации |  11 % |  5,5 %  |
| состояние здоровья |  7,5% |  5,5 % |
| объем д/з |  32,5% |  26,5 % |
| время года |  3,5% |  11,5% |
| количество уроков |  30 % |  32,5 % |
| письменные работы |  16,5 % |  18,5 % |

у видно, что для учащихся 5 классов основными причинами, вызывающими усталость на уроках является:

* количество уроков в один день;
* большой объем домашнего задания;
* большой объем информации на уроке.

 По графику видно, что для учащихся 6 классов основными причинами, вызывающими усталость на уроках является:

* большой объем домашнего задания;
* количество уроков в один день;
* совпадение письменных работ.

Вывод:

 Сравнивая данные учащихся 5-6 классов, можно увидеть следующие результаты: по характеристике показателей заметно, что усталость учеников зависит от большого объема домашнего задания, количества уроков в один день, совпадения письменных работ. Чувство усталости в школе испытывают ученики, что доказывает нецелесообразность проведения контрольных работ и проверочных работ в один день. Многие дети не удовлетворены объемом домашнего задания.

*2 Затраты времени на подготовку домашнего задания.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Время:  | 5 класс %  | 6 класс % |
| менее 1 часа |  19 % |  43 % |
| от 1-2 часов |  31 % |  17,5 % |
| от 2-3 часов |  38 % |  30,5% |
| от 3-4 часов |  12 % |  4,5 % |
| более 4 часов |  - |  4,5% |



Вывод:

 Подводя итоги по этой графику, было отмечено, что в среднем на выполнение домашнего задания уходит 2 часа. Основная часть детей садится за выполнение домашнего задания без желания, но с чувством долга. К выполнению домашнего задания практически все приступают вечером. В среднем дети ложатся спать в 23-24.

*3 Объем домашнего задания по предметам.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Предметы: | 5 класс % | 6 класс % |
| русский язык | 13,2 % | 19 % |
| математика | 26 % | 53 % |
| литература | 7 % | 3,1 % |
| биология | 13,2 % | - |
| ин.яз | 3,3 % | 9,4 % |
| физика | 3,3 % | 3,1 % |
| история | 3,3 % | 3,1 % |
| другие предметы | 30,7 % | 9,3 % |

Обобщение результатов исследования.

*Статистическая обработка полученных данных: в целом по школе.*

Статистика занимается сбором, систематизацией и анализом данных, полученных в результате многократных наблюдений одних и тех же явлений.

 Основным методом статистики является выборочный метод, то есть мы в реальном опыте исследуем только какую-то часть явлений.

 Вся совокупность явлений называется генеральной совокупностью. В нашем случае генеральной совокупностью является все ученики 5-6 классов школы.

*Исследуемый признак – причины утомляемости.*

Данные, полученные в результате опроса, назовем случайной выборкой. По результатам, полученным в случайной выборке, попытаемся сделать выводы обо всей генеральной совокупности.

Причины, вызывающие усталость у учащихся.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Причины: | Абсолютная частота | Относит. частота | Относит. частота % |
| Количество уроков | 72 | 0,66 | 66% |
| Письменные работы | 44 | 0,40 | 40% |
| Объем информации | 27 | 0,25 | 25% |
| Состояние здоровья | 13 | 0,12 | 12% |
| Время года | 15 | 0,13 | 13% |
| Объем д/з | 72 | 0,66 | 66% |

Затраты времени на выполнение д/з.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Время: | Абсолют. частота | Относит. частота | Относит. частота % |
| менее 1 часа | 35 | 0,32 | 32% |
| от 1-2 часов | 19 | 0,17 | 17% |
| от 2-3 часов | 25 | 0,23 | 23% |
| от 3-4 часов | 11 | 0,10 | 10% |
| более 4 часов | 7 | 0,06 | 6% |

Заключение.

 Утомлением считается временное снижение работоспособности, вызванное интенсивной или длительной работой. Однако следует добавить что, утомление является следствием не только работы, но и тех условий, в которых она совершается (освещенность, воздушно-тепловой режим, организация рабочего места школьника и т.д.). Несомненно, оказывает влияние на развитие утомления и отношение к учебе, мотивация волевых условий, учебная нагрузка, объем домашнего задания, здоровье учащихся.

 За последние годы органами и учреждениями образования осуществлена значительная работа по перестройке процесса обучения детей и подростков: учебный материал излагается теперь на более высоком уровне трудности, ускорился темп обучения, введена кабинетная система, внедрены технические средства обучения, изменена постановка трудового воспитания, обучения и профессиональной ориентации учащихся. Изменения в учебно-воспитательном процессе способствовали увеличению количества уроков, большому объему информации на уроках, большому объему домашнего задания и совпадению письменных и контрольных работ в один день.

 Умственная деятельность, связанная с процессом обучения, относится к числу самых трудных для детей. Учебная работа требует длительного сохранения вынужденной рабочей позы, создающей значительную нагрузку на органы ребенка. Эти факторы влияют на утомление учащихся.

 Я считаю, что для снижения утомления и лучшего восприятия знаний учащимися, необходимо уменьшить количество уроков в один день и объем домашнего задания, больше внимания уделять урокам физического воспитания, пропаганде здорового образа жизни.

"Здоровье – не все, но все без здоровья – ничто". (Сократ)

Литература

1. Адаптация организма подростков к учебной нагрузке. Под ред. Д.В. Колесова.

2. "Вопросы возрастной психологии". М, "Просвещение", 1974.

3. Математика 5-11 классы. Элективный курс. "В мире закономерных случайностей". В., "Учитель", 2006.

4. "Общие основы педагогики". Краевский В.В. М., "Академия", 2005.

5. "Решение задач по статистике, комбинаторике и теории вероятностей. В.Н. Студенецкая. В, 2005.

6. Сведения о заболеваемости учащихся МОУ «ОСОШ№1» за 5 лет.

7. "Словарь – справочник по психодиагностике". Л.Ф. Бурлачук, С.М. Морозов. Москва-Харьков-Минск, 1999.

8. "Справочник классного руководителя 5-11 классов". Дереклеева Н.И. М.,, "Вако", 2003.

Приложение 3.

Анкета «Выявление причин, вызывающих усталость школьника»

Дорогие ребята!

 Обращаемся к вам с просьбой ответить на вопросы анкеты. Нам необходимо знать ваше мнение о причинах, вызывающих усталость ученика в школе, ваше отношение к затратам времени на подготовку д/з и объем д/з по предметам. Внимательно прочитайте вопросы. Если ни один ответ не соответствует вашему мнению, напишите свой вариант ответа. Анкета анонимная, поэтому свои данные указывать не обязательно. Благодарим за помощь!

**Что у вас вызывает усталость в школе?**

1. Количество уроков в один день.

2. Совпадение письменных работ в 1 день.

3.Большой объем информации

4. Большой объем д/з.

5. Состояние здоровья.

6. Время года.

**С каким желанием вы садитесь за выполнение д/з?**

а) с желанием

б) без желания

в) с чувством долга

**В какое время суток вы выполняете д/з?**

а) сразу после уроков

б) вечером

в) ночью

г) никогда

**Во сколько вы ложитесь спать?**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Сколько времени вы тратите на выполнение д/з?**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**На какой предмет уходит больше времени на выполнение д/з**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Завышается ли объем д/з по предметам. Если да, то по каким.**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Задают ли вам трудоемкие, но малоэффективные д/з?**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Устаете ли вы после выполнения д/з?**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**