

**Joanna Rodziewicz-Gruhn, Maria
Pyzik**

**Higieniczna ocena rozkładu zajęć
lekcyjnych w nauczaniu
początkowym**

Prace Naukowe. Kultura Fizyczna 1, 111-116

1997

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Joanna Rodziewicz-Gruhn, Maria Pyzik

HIGIENICZNA OCENA ROZKŁADU ZAJĘĆ LEKCYJNYCH W NAUCZANIU POCZĄTKOWYM

Szkoła powinna zapewnić uczniom odpowiednie warunki do pracy i wypoczynku. Nauczanie początkowe to jednolity, trwający kilka lat, proces dydaktyczno-wychowawczy, odbywający się w warunkach szkoły, na który składają się: rozwój, uczenie się — nauczanie, kształcenie i wychowanie. Organizm dziecka w wieku 7-10 lat jest wyjątkowo wrażliwy na działanie czynników środowiska zewnętrznego, w tym szkolnego, zarówno wpływających dodatnio, jak i ujemnie na zdrowie i rozwój.

Higieniści i lekarze zwracają uwagę na występujące nieprawidłowości w zakresie higieny nauczania, zwłaszcza dotyczące norm obciążenia ucznia obowiązkami szkolnymi.

Niestety, temat ten rzadko przedstawiony jest w piśmiennictwie i najczęściej spostrzeżenia dotyczą problemów uczniów klas wyższych szkoły podstawowej lub szkoły średniej [5, 6, 7]. W klasach nauczania początkowego planowanie zajęć zgodnie z obowiązującymi normami nabiera szczególnego znaczenia. Do klas pierwszych uczęszczają dzieci, które przez kilka lat pobytu w przedszkolu przyzwyczajone były do bardzo regularnego trybu życia, u których wyrabiane były nawyki czasowe związane ze spożywaniem posiłków, okresem zabawy, nauki i wypoczynku. Zmiana sposobu życia i rozregulowanie rytmów może przyczynić się do powstawania zaburzeń rozwojowych i zmian chorobowych [8, 10, 13].

Założeniem pracy jest analiza obciążenia pracą uczniów w klasach I–III szkoły podstawowej w ciągu dnia i tygodnia oraz wykazanie najczęstszych niezgodności z normami higienicznymi.

Wyniki badań i dyskusja

Analiza rozkładu zajęć w klasach nauczania początkowego została wykonana w 78 szkołach miejskich z różnych regionów kraju (woj. częstochowskie, katowickie, chełmskie, zamojskie, kieleckie, konińskie). Oceniono łącznie 234 plany lekcji po 78 w klasach pierwszych, drugich i trzecich, przy czym uwzględniono następujące kryteria: czas rozpoczynania lekcji, obciążenie godzinowe uczniów w ciągu dnia i tygodnia, rozkład przedmiotów łatwych i trudnych, zdwojenie lekcji z tego samego przedmiotu, przestrzeganie zasady stopniowania trudności ze szczególnym uwzględnieniem pierwszego i ostatniego dnia nauki w tygodniu.

Od wielu lat zgłaszane są uwagi o nadmiernym obciążeniu uczniów pracą szkolną w wyniku przesadnie rozbudowanych programów, wadliwej organizacji nauczania i nieprawidłowych rozkładów zajęć [1, 2]. Organizacja zajęć w szkole powinna uwzględniać z jednej strony wymagania programowe, z drugiej zaś wymogi higieniczne, zaspokajające fizjologiczne wymagania uczniów.

Z higienicznego punktu widzenia lekcje powinny rozpoczynać się zawsze o stałej porze, nawet jeśli to nie byłyby godziny ranne. Nagminnym zjawiskiem występującym w polskich szkołach, zwłaszcza w klasach I–III, jest rozpoczynanie i kończenie zajęć w różnych godzinach. W analizowanym materiale stwierdzono występowanie tego typu nieprawidłowości (rys. 1) najczęściej w klasach trzecich (23,1 %), pierwszych (19,2 %) i drugich (11,5 %). Niepokojącym staje się fakt, iż ani rodzice jak wynika z doniesień Zawadzkiej [11, 12] ani nauczyciele nie dostrzegają związku między zmienowością w nauczaniu a procesami rozwoju dzieci.

Obciążenie uczniów nauką powinno być dostosowane do zmieniających się wraz z wiekiem możliwości psychofizycznych. Za dopuszczalne obciążenie godzinowe przyjęto 4 lekcje dziennie w klasach I–III, z możliwością wprowadzenia dodatkowej, piątej lekcji do dwóch razy w tygodniu w klasie III z przedmiotu wychowanie fizyczne, zajęcia plastyczne lub muzyka. Za obowiązującą tygodniową normę przyjęto w klasie pierwszej - 20 godzin, a w drugiej i trzeciej 21 godzin. Gimnastykę korekcyjną i zajęcia wyrównawcze potraktowano jako nadobowiązkowe.

Najczęściej wahania w ilości godzin lekcyjnych w poszczególnych dniach zanotowano w klasach drugich (61,5 %), trzecich i pierwszych (tab.1), przy czym w większości placówek przestrzegano norm tygodniowego obciążenia.

Otrzymane wyniki niepokoją, bowiem nadmierne przeciążenie pracą prowadzi do przemęczenia, wyczerpania i wzrostu zaburzeń nerwicowych [3, 4, 9]. Analizując rozkład przedmiotów przyjęto zasadę, że każdy dzień należy rozpocząć i kończyć łatwym przedmiotem, przedmioty trudne winny wystąpić na drugiej bądź trzeciej godzinie, natomiast w ciągu tygodnia na poniedziałki i piątki powinny przypadać w większości przedmioty o małym i średnim stopniu trudności. W klasach I–III przedmioty trudne to matematyka i język obcy, średnio trudne:

język ojczysty oraz środowisko społeczno-przyrodnicze. Pozostałe przedmioty: plastyka, muzyka, technika, i wychowanie fizyczne uważane są za łatwe, stanowiące formę wypoczynku. Z przedstawionych w tabeli 2, danych wynika, iż najczęściej przedmioty łatwe nie rozpoczynały zajęć szkolnych, natomiast bardzo często te zajęcia kończyły. W analizowanym materiale zaobserwowano odstępstwa od zasady stopniowania trudności przedmiotów w dziennym rozkładzie zajęć (tab. 2). Wydaje się jednak, że nie stanowi to dla uczniów większego zagrożenia, gdyż w nauczaniu początkowym większość przedmiotów realizowana jest przez jedną osobę i nauczyciel ma możliwość elastycznego regulowania układu przedmiotów i stopniowania trudności zarówno w ciągu dnia jak i tygodnia [13]. W badanych placówkach poniedziałki i piątki nie były dniami z przewagą łatwych i średnio trudnych przedmiotów, 38,5 % klas pierwszych, 34,6 % klas trzecich i 26,9 % klas drugich. Za dopuszczalne przyjęto zdwojenie godzin języka polskiego, plastyki i techniki, natomiast uznano za nieprawidłowość zdwojenia matematyki, religii i wychowania fizycznego jak i dwukrotne zdwojenie tego samego przedmiotu w ciągu tygodnia. Przeprowadzona analiza wykazała, że najczęściej zdwajanymi przedmiotami była matematyka, wychowanie fizyczne i religia. Najczęściej tego typu nieprawidłowości występowały w klasach drugich (tab. 3).

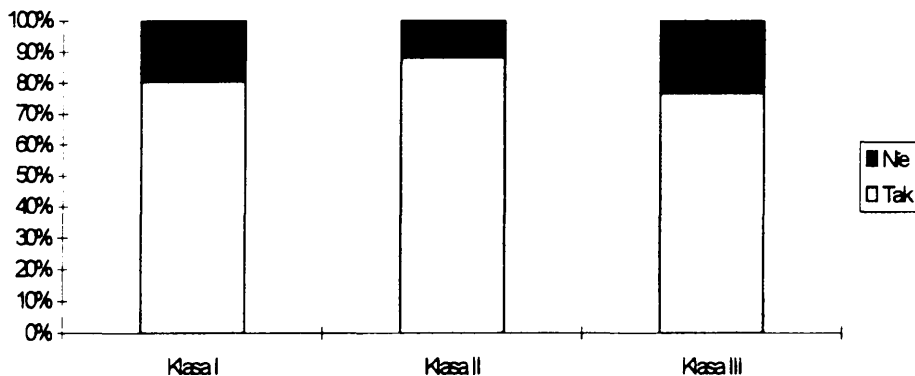
Ocena tygodniowych rozkładów zajęć lekcyjnych potwierdziła występowanie nieprawidłowości i odstępstw od zalecanych norm higienicznych. Nasuwają się w związku z tym wnioski dotyczące zmian w sposobie kształcenia nauczycieli - wychowawców odpowiedzialnych za przygotowanie właściwych, sprzyjających rozwojowi warunków uczenia się. Konieczne wydają się również wysiłki zmierzające ku doksztalcaniu nauczycieli czynnych zawodowo, zwłaszcza kadry kierowniczej w zakresie wychowania zdrowotnego.

Tabela 1. Obciążenie godzinowe w badanych klasach:

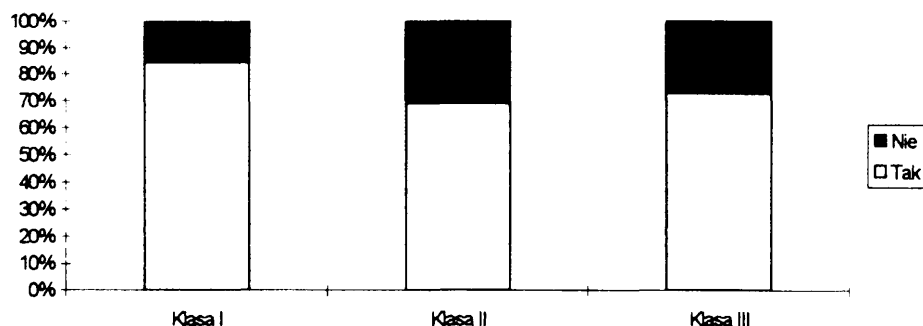
Klasy															
I					II					II					
Zgodność z normą higieniczną															
Kryteria	Liczba klas	Tak	%	Nie	%	Liczba klas	Tak	%	Nie	%	Liczba klas	Tak	%	Nie	%
Stała liczba godzin w poszczególnych dniach	78	45	57,6	33	42,3	78	30	38,5	48	61,5	78	39	50	39	50
Przestrzegana norma godzin dla klasy	78	69	88,5	9	11,5	78	69	88,5	9	11,5	78	72	92,4	6	7,6

Tabela 2. Rozkład przedmiotów w badanych klasach:

Klasy															
I					II					II					
Zgodność z normą higieniczną															
Kryteria	Liczba klas	Tak	%	Nie	%	Liczba klas	Tak	%	Nie	%	Liczba klas	Tak	%	Nie	%
Rozpoczynanie lekcji 15 min przedmiotem	78	18	23,1	60	76,9	78	12	15,4	66	84,6	78	15	19,2	63	80,8
Kończenie lekcji 15 min przedmiotem	78	72	92,4	6	7,6	78	72	92,4	6	7,6	78	69	88,5	9	11,5
Stopniowanie trudności w planie naucz.	78	48	61,5	30	38,5	78	48	61,5	30	38,5	78	51	65,4	27	34,6
Poniedziałki i piątki dniami o łatwym lub średnim stopniu trudności	78	48	61,5	30	38,5	78	57	73,1	21	26,9	78	51	65,4	27	34,6



Rycina 1. Stałość godzin rozpoczynania lekcji w klasach (zgodność z normą higieniczną):



Rycina 2. Liczba lekcji zdwojonych w klasach (zgodność z normą higieniczną)

Bibliografia

1. Ignar-Golinowska B. „Warunki do nauki w polskiej szkole”, *Lider* 1995 (5).
2. Ignar-Golinowska B. „Warunki funkcjonowania szkół podstawowych w roku 1992/1993”, w: *Być zdrowym i szczęśliwym w rodzinie*, Łódź 1995.
3. Jaczewski A., Korczak Z., Popielska A., *Rozwój i zdrowie ucznia*, WSiP, Warszawa 1985.
4. Korczak C., Leowski J. *Problemy higieny i ochrony zdrowia*, WSiP, Warszawa 1982.
5. Krawczyński M. „Higieniczna ocena planów lekcji szkół podstawowych”. *Wych. Fiz. i Hig.* 1981 (7).
6. Łagowski J. „Potrzeby zdrowotne szkół podstawowych i ich zaspokajanie”, *Życie szkoły*, 1983 (4).
7. Nowak-Starz G. „Wpływ przeciążenia nauką szkolną na rozwój i stan zdrowia uczniów”, w: A.Jopkiewicz (red.), *Edukacja i rozwój*, WSP, Kielce 1995.
8. Pawłowska R. „Założenia a realizacja programu wychowania zdrowotnego w szkole”, *Wych. Fiz. i Hig.*, 1983 (10).
9. Radiukiewicz S.B., *Medycyna szkolna*, PZWL, Warszawa 1987.

10. Serejski J. „Problemy zdrowia w klasach początkowych”, w: *Edukacja wczesnoszkolna*, Warszawa 1995.
11. Zawadzka A. „Dziecko a zmienowość nauki szkolnej”, A UW 1230, *Prace Pedagogiczne*, LXXXV, Wrocław 1991.
12. Zawadzka A. „Zmienowość nauczania a rozwój uczniów w młodszym wieku szkolnym”, w: A.Jopkiewicz (red.) *Edukacja i rozwój*, WSP, Kielce 1995.
13. Zdunkiewicz L. „Nauczanie początkowe w aspektach higienicznych”, *Życie szkoły*, 1985 (4/5).

SUMMARY

J.Rodziewicz-Gruhn, M.Pyzik

HYGIENIC EVALUATION OF SCHOOL TIME-TABLE IN ELEMENTARY EDUCATION

In recent years, teachers and specialists in school medicine have been paying more attention to abnormal phenomena in the field of hygiene of teaching. The most commonly encountered phenomena are: starting school classes at different times, transgressing the standards of daily load of classes and wrong arrangement of classes in school time-tables. The abovementioned errors become specially important in elementary education classes.

In 1996, there was evaluation of time-tables conducted in classes I - III in terms of beginning of the first lesson, the number of classes planned for each day and week, placement of easy and difficult subjects, double lessons on the same subject and arrangement of subjects on the first and on the last day of each week of learning. The evaluation was carried out in 78 schools in the voivodships of Częstochowa, Katowice, Chelm and Kielce. Results of the evaluation confirmed the commonly encountered irregularities and deviations from the hygienic standards in force.