

УДК 371. 71-053.5: 616-082 (477-2)

Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О.
Запорізький національний університет**ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ**

У статті подано дані комплексного обстеження стану здоров'я учнів молодшого шкільного віку та їх розподіл за групами здоров'я в різних районах м. Запоріжжя. Визначено, що фізичний стан учнів молодшого шкільного віку у переважній більшості є низьким. Встановлено, що за станом здоров'я до основної медичної групи відносилися 31,8% дітей, до підготовчої – 59%, а до спеціальної медичної – 8,6%. За даними проби Руф'є учнів 1-4 класів розподілили на 5 рівнів за станом здоров'я, а переважна більшість дітей відносилися до рівня нижче середнього. Кількість дітей, які мали високий рівень здоров'я за результатами проби Руф'є знаходився в межах від 10,1% до 1,99%. Виявлено, що найпоширенішими видами захворювання учнів є: хвороби органів дихання, органів травлення, порушення зору, системи кровообігу, інфекційні захворювання та набуті деформації опорно-рухового апарату.

Ключові слова: стан здоров'я, функціональна проба, види захворюваності, медична картка, учні молодшого шкільного віку.

Чиженок Т.М., Коваленко Ю.А. Исследование состояния здоровья учащихся младшего школьного возраста общеобразовательных школ. В статье представлены данные комплексного обследования состояния здоровья детей младшего школьного возраста и их распределение по группам здоровья в различных районах г. Запорожье. Определено, что уровень физического состояния детей младшего школьного возраста в большинстве низкий. Установлено, что по состоянию здоровья к основной медицинской группе относились 31,8% детей, в подготовительной – 59%, а к специальной медицинской – 8,6%. По данным пробы Руфье учащихся 1-4 классов распределили на 5 уровней по состоянию здоровья, а большее количество учащихся относились к ниже среднему уровню. Количество детей, которые имели высокий уровень здоровья по результатам пробы Руфье находилось в пределах от 10,1% до 1,99%. Выведено, что наиболее распространенными видами заболевания учащихся являются: болезни органов дыхания, органов пищеварения, нарушения зрения, системы кровообращения, инфекционные заболевания и приобретенные деформации опорно-двигательного аппарата.

Ключевые слова: состояние здоровья, функциональная проба, виды заболеваемости, медицинская карточка, учащиеся младшего школьного возраста.

Chizhenok T., Kovalenko J. Investigation of the state of health of pupils of primary school age in secondary schools. The article presents the comprehensive survey of the health status of children of primary school age and their distribution by health groups in various parts of Zaporozhye. Determined that univen physical condition of children of primary school age in most low. It was found that for health to basic medical group included 31,8% of children in the preparatory – 59%, and by special medical – 8,6%. According to a sample of students in grades 1-4 Rufe were divided into 5 levels for health, and greater number of students referred to below average. The number of children who have a high level of health as a result of Rufe samples ranged from 10.1% to 1.99%. Revealed that the most common types of diseases pupils are diseases of the respiratory, digestive, visual disturbances, circulatory system, infectious diseases, and acquired deformities of the musculoskeletal system.

Key words: health, functional test, types of disease, medical card, students of primary school age.

Постановка проблеми. Перед сучасною школою стоїть завдання гармонійного всебічного розвитку особистості учнів, чого неможливо досягти без належної уваги до стану їхнього здоров'я. Розумові навантаження, малорухомий спосіб життя, нераціональне харчування приводять до того, що у більшості учнів погіршується зір, діяльність опорно-рухового апарату, серцево-судинної, дихальної системи, зменшується опірність організму до різних захворювань, що призводить до погіршення стану їхнього здоров'я загалом. Питання здоров'я набирає особливої актуальності у наш час, коли практично здорових дітей немає. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних вад. Здатність організму адекватно змінювати свої функціональні показники і зберігати оптимальність в різних умовах – найбільш характерний критерій норми здоров'я. З різних причин кількість хворих дітей у нашій державі зростає [1, 2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми. Велике значення, звісно, відіграє несприятлива соціально-економічна та екологічна ситуація [5], яка призводить до того, що 10% дітей закінчують школу умовно здоровими, інші вже в підлітковому віці мають хронічні захворювання (42%), погіршені показники фізичного та розумового розвитку. Для всіх вікових періодів життя характерне зниження здоров'я [4], за статистикою МОЗ України, 50% учнів практикують фізичну активність лише 0,5-1 годину на тиждень. Здоров'я молодших школярів багато в чому визначається рівнем розвитку якісних сторін їх рухової діяльності – чим стабільніше показники, тим вище рівень розвитку рухових якостей і відповідно рівень функціонування основних систем організму [5]. Відомості про захворювання дітей є одним із основних мірил в оцінюванні стану здоров'я дитини та ефективності засобів його збереження. Кількість захворювань неухильно зростає серед дітей шкільного віку, що викликає тривогу у спеціалістів тому, що саме це значною мірою визначає тривалість збереження працездатності та стан здоров'я учнів. Темп загальної захворюваності серед дитячого контингенту – найбільш високий. За даними МОЗ України у 1-4 класах більш-менш гармонійно фізично розвинені лише 65% дітей. Медичне обстеження дітей засвідчило, що 36% із них мають низький рівень фізичного здоров'я, 56,5% – нижчий середнього і середній рівні, і лише 7,5% – вищий середнього і високий рівні. Постійно збільшується кількість онкологічних і алергічних захворювань, розлади нервової системи, бурхливо поширюються неспецифічні захворювання серцево-судинної системи, органів дихання і опорно-рухового апарату, що проявляється у зростанні кількості дітей з морфо-функціональними відхиленнями та хронічними патологіями [1].

Трагічні випадки, що сталися на уроках фізичної культури минулі роки, дають підстави стверджувати, що батьки досить мало знають про стан здоров'я своїх дітей. І навіть тоді, коли знають, не інформують про це педагогів школи. В

шкільний період дуже важливо своєчасно виявити дітей із відхиленням здоров'я, які ще не мають незворотного характеру, проте знижують функції і роботоздатність дитячого організму, затримують його оптимальний розвиток.

Мета дослідження – вивчення даних стану здоров'я та рівня захворюваності учнів молодшого шкільного віку загальноосвітніх шкіл м. Запоріжжя.

Завдання дослідження:

У відповідності з метою, наше дослідження було спрямоване на вирішення наступних завдань: 1. Вивчити і проаналізувати стан здоров'я учнів 1-4 класів за даними медичного контролю загальноосвітніх шкіл міста Запоріжжя (за функціональною пробю Руф'є). 2. Проаналізувати стан і види захворюваності серед учнів молодших класів на початку навчального року у різних загальноосвітніх шкіл м. Запоріжжя.

Методи та організація дослідження. У роботі було використано такі методи: аналіз і узагальнення літературних джерел; аналіз індивідуальних медичних карт розвитку і листів здоров'я учнів 1-4 класів загальноосвітніх шкіл; діагностика функціональних можливостей організму дітей за функціональною пробю Руф'є; аналіз статистичних звітів медичних пунктів загальноосвітніх шкіл; методи математичної статистики. Обстежено 3907 учнів 1-4 класів 21 загальноосвітньої школи різних районів міста Запоріжжя (№№ 60, 36, 65 – Шевченківського району; №№ 90, 84, 97 – Комунарського району; №№ 15, 1, 3 – Жовтневого району; №№ 46, 75, 33 – Заводського; №№ 66, 61, 69 – Ленінського; №№ 31,25, 41 – Орджонікідзевського; №№ 49, 51, 91 – Хортицького районів.

Виклад основного матеріалу дослідження. За даними комплексного медичного огляду був проведений аналіз стану здоров'я учнів молодшого шкільного віку та їх розподіл за групами здоров'я у різних районах м. Запоріжжя. Так, кількість учнів 1-4 класів, які були віднесені до основної медичної групи різних районів м. Запоріжжя становило 1243 дитини (31,8%). У Заводському районі до основної групи увійшло 148 учнів молодшого шкільного віку, це становило 26,5%, у Жовтневому районі – 195 учнів (33,7%), Орджонікідзевському районі – 155 учнів (39,2%), Ленінському – 193 учня (30,6%), Шевченківському – 183 учня (33,6%), Хортицькому – 168 учнів (30,3%) і у Комунарському – 201 (31,2%). Найбільша кількість учнів 1-4 класів основної групи на початку навчального року була у Комунарському, Жовтневому та Ленінському районах м. Запоріжжя. До підготовчої групи увійшли учні, які мали функціональні та морфо-функціональні відхилення, а також зниження опірності організму до застудних захворювань. За результатами медичного контролю було встановлено кількість учнів віднесених до підготовчої групи у різних районах м. Запоріжжя, в цілому це становило 2305 учнів (59,0%). А саме: кількість учнів підготовчої групи молодшого шкільного віку у Заводському районі налічувало – 373 учня (66,7%), Жовтневому – 315 (54,5%), Орджонікідзевському – 208 (52,6%), Ленінському – 374 учня (59,5%), Шевченківському – 300 (55,0%), Хортицькому – 347 учнів (62,5%) і Комунарському районі – 388 (60,2%) учнів. Аналіз стану здоров'я показав, що зростає кількість учнів, які відносяться до підготовчої медичної групи у загальноосвітніх школах м. Запоріжжя.

За даними медичного огляду до спеціальної медичної групи були віднесені учні, які мали хронічні захворювання у стадії компенсації. Всього до спеціальної медичної групи на початку навчального року було зараховано – 336 учнів, що склало 8,6% від загальної кількості учнів 1-4 класів різних районів м. Запоріжжя. Найбільша кількість учнів серед 1-4 класів, які за станом здоров'я зараховані до спеціальної медичної групи була у Жовтневому, Ленінському, Шевченківському та Комунарському районах. Звільнених учнів від занять у різних районах загальноосвітніх шкіл нараховувалось усього 23 учня. У Заводському, Шевченківському та Хортицькому районах кількість учнів становило по 5 чоловік, у Заводському, Комунарському – по 3 учня і по одному учню в Орджонікідзевському та Ленінському районах. Отримані дані рівня здоров'я за показниками функціональної проби Руф'є учнів молодшого шкільного віку різних районів м. Запоріжжя свідчили, що переважна більшість дітей відноситься до нижче середнього рівня (сума балів коливається від 10 до 14): у Заводському районі – 66,7%, Жовтневому – 54,5%, Орджонікідзевському – 52,6%, Ленінському – 59,3%, Шевченківському – 55%, Хортицькому – 62,5% та Комунарському – 60,2%. Найбільша кількість учнів, які за станом здоров'я відносились до низького рівня здоров'я (сума балів коливається > 15) була у Шевченківському (10,4%), Жовтневому (10,9%) і Ленінському (9,98%) районах; найбільша кількість учнів з середнім рівнем здоров'я (сума балів коливається від 7 до 9) була у учнів Орджонікідзевського району – 34,3%, Комунарського – 26,3% і 26,2% – Шевченківського. Встановлено також високий рівень здоров'я за результатами проби Руф'є у учнів загальноосвітніх шкіл Хортицького району – 10,1%, Жовтневого району – 2,6%, Ленінського – 2,5%, Шевченківського – 2,7% і Комунарського – 1,99% на початку навчального року.

Для повної характеристики стану здоров'я учнів 1-4 класів загальноосвітніх шкіл різних районів м. Запоріжжя ми виявили та проаналізували кількість учнів, які за станом здоров'я були віднесені до основної, підготовчої та спеціальної груп здоров'я. Так, до основної медичної групи серед учнів 1-го класу Заводського району було віднесено – 42 учня, що становило 31,8%, Жовтневого – 64 учня, що становило 38,3%, Орджонікідзевського – 22 учня, що становило 29,3%, Ленінському – 63 учня (32,6%), Шевченківського району – 40 учнів (34,8%), Хортицького – 48 учнів (36,9%) та Комунарського – 62 учня (33,7%). До основної медичної групи серед учнів 1-х класів найбільш віднесено було дітей у Жовтневому, Ленінському та Комунарському районах м. Запоріжжя. Серед учнів 2-го класу різних загальноосвітніх шкіл до основної групи у Заводському районі було віднесено – 51 учень, що становило 33,3%, Жовтневому – 47 дітей, що становило 31,5%, Орджонікідзевському – 45 учнів (45,4%), Ленінському – 45 учнів (25,2%), Шевченківському – 50 (34,5%), Хортицькому – 47 (31,1%) та Комунарському – 50 (26,9%). Серед учнів 3-го класу відсоток дітей, які були віднесені за станом здоров'я до основної групи, у всіх загальноосвітніх школах зменшувався. Так, 12% учнів 3-го класу були віднесені до основної групи, Жовтневому – 28%, Орджонікідзевському – 38,6%, Ленінському – 25,7%, Шевченківському – 31,9%, Хортицькому – 19,7% та Комунарському – 28,7% у порівнянні з показниками учнів 1-го та 2-го класів.

Кількість учнів 4-го класу, які відносились до основної медичної групи, у загальноосвітніх школах різних районів підвищувалась: 30,2% – у Заводському районі, 36,1% – у Жовтневому, 41,1% – у Орджонікідзевському, 34,6% – у

Ленінському, по 33,6% – у Шевченківському і Хортицькому та 35,5% – у Комунарському районі. Кількість учнів 1-4 класів загальноосвітніх шкіл різних районів зростало, за станом здоров'я, які відносились до підготовчої медичної групи здоров'я. Кількісні показники серед учнів 1-го класу підготовчої медичної групи різних районів були майже на однаковому рівні (50,3%-59,2%), відсоток учнів 2-го та 3-го класу підготовчої групи у різних районів загальноосвітніх шкіл зростає. Найбільший він був у Ленінському районі – 69,1% учнів, у Комунарському – 65% учнів, у Хортицькому – 62,9% учнів та Заводському (60,8%) і Жовтневому – 61% серед учнів 2-го класу. Відсоток учнів 4-го класу підготовчої групи у різних загальноосвітніх шкіл носив нерівномірне зростання кількості учнів. Найменший відсоток був у Жовтневому і Ленінському районах (48,5% і 48,9% учнів), найвищий відсоток учнів, які відносились до підготовчої групи був у Заводському районі (66,4% дітей).

Кількісні показники рівня здоров'я серед учнів 1-4 класів спеціальної медичної групи загальноосвітніх шкіл різних районів м. Запоріжжя були такими: серед 1-х класів найбільший відсоток учнів був у Заводському районі (13,3% дітей), потім Жовтневому (11,4%) і Шевченківському (11,3%) дітей. Серед учнів 2-го класу найбільший відсоток учнів був у Шевченківському районі (11% дітей); серед учнів 3-го класу спеціальної медичної групи більший відсоток дітей налічувався у Жовтневому (13,6%), Ленінському (13,2%) та Шевченківському (12%) дітей; серед учнів 4-х класів спеціальної медичної групи найбільший відсоток був у Жовтневому районі (15,4% дітей), Ленінському (12,8%), Шевченківському та Комунарському (11,2% дітей). Найменший відсоток учнів 4-го класу був у Заводському районі (3,4%), які за станом здоров'я були віднесені до спеціальної медичної групи, згідно функціональної проби Руф'є.

Аналіз видів захворювань серед учнів молодшого шкільного віку загальноосвітніх шкіл різних районів м. Запоріжжя показав, що 18 учнів хворіють на бронхіальну астму, 16 учнів мають захворювання органів травлення, у 14 учнів порушення зору, у 10 учнів – хвороби системи кровообігу, травми та отруєння, 9 учнів мають інфекційні захворювання, у 7 учнів деформація опорно-рухового апарату. В цілому у загальноосвітніх школах Заводського району виявлено 19 видів захворювання у учнів з 1 по 4 класи; у Ленінському – 18 видів; у Жовтневому – 15 видів захворювань; Орджонікідзевському – 13 і Шевченківському – 10 видів захворювань. Найменша кількість видів захворюваності спостерігалась у школах Комунарського (8) та Хортицького районів. За результатами показників захворюваності і аналізу листів здоров'я учнів 1-4 класів на початку навчального року, які за станом здоров'я належали до підготовчої та спеціальної медичної груп різних районів загальноосвітніх шкіл було встановлено, кількість захворюваності учнів: у Заводському районі (ЗОШ № 46, 75, 33) – 50%, у Орджонікідзевському (ЗОШ № 31, 25, 41) – 40,6%, у Ленінському (ЗОШ № 66, 61, 69) – 28,1%, у Жовтневому (ЗОШ № 15, 1, 3) та Хортицькому (ЗОШ № 49, 51, 91) по 22%, Шевченківському (ЗОШ № 60, 69, 36) – 16,1% та Комунарському (ЗОШ № 84, 97, 90) – 14,5% дітей.

ВИСНОВКИ

Фізичний стан учнів молодшого шкільного віку у переважній більшості є зниженим. Отримані дані функціональної проби Руф'є на початку навчального року свідчать про низький рівень здоров'я учнів молодших класів усіх районів м. Запоріжжя. Рівень захворюваності дітей достатньо високий, особливо у Заводському районі (50%), Орджонікідзевському (40,6%) та Ленінському (28,1%).

ПОДАЛЬШІ ДОСЛІДЖЕННЯ будуть спрямовані на вивчення інших показників стану здоров'я учнів середнього та старшого шкільного віку.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дубогай О.Д. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини / О.Д. Дубогай. – К.: Шкільний світ, 2006. – 128 с.
2. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробійов, Г.В. Безверхня. – К. : Олімпійська література, 2011. – 224 с.
3. Kuchma V.R. Otsenka riska vliyaniya faktorov okruzhayushchey sredy na zdorov'ye detey i podrostkov / V.R. Kuchma // Gigiyena i sanitariya. – 2002. – № 6. – S. 51-53.
4. Normativni dokumenti shchodo reformuvannya sistemi fizichnogo vikhovannya u shkolі. Nakaz MONU №956 від 22.10.08 // Zdorov'ya ta fizichna kul'tura. – 2009. – № 8. – S. 1-16.
5. Sapuga Í.É. Stan zdorov'ya dítey Ukraїni: Faktori «riziku» shkіl'nogo seredovishcha / Í.É. Sapuga // Osnovi zdorov'ya ta fizichnoї kul'turi. – 2007. – № 9. – S. 12-14.

УДК: 371.72.001:373

Шевченко О.В.

Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка

ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ РИТМІКИ І ХОРЕОГРАФІЇ

У статті здійснена спроба обґрунтування ефективних засобів підвищення фізичної підготовленості учнів молодшого шкільного. З'ясовано, що питання, пов'язані з комплексним формуванням фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку, недостатньо вивчені. Успішне розв'язання означеної проблеми можливе за умови застосування засобів ритміки і хореографії.

Ключові слова: фізичне виховання, фізична підготовленість, ритміка і хореографія, фізичні якості, учень, фізична культура.