

КІЛЬКІСНА ОЦІНКА СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті проведено аналіз сучасного стану здоров'я дітей, оцінено рівень фізичного (соматичного) здоров'я дітей дошкільного віку за допомогою методу індексів.

Ключові слова: здоров'я, соматичне (фізичне) здоров'я, діти дошкільного віку.

The article analyzes the current state of children's health, assesses the level of physical health of preschool children using the method of indexes.

Key words: health, somatic (physical) health, preschool children.

Постановка проблеми та аналіз актуальних досліджень. Сучасний стан здоров'я та фізичний розвиток дітей дошкільного віку залишається постійною проблемою для батьків, позашкільних установ, системи оздоровчих таборів. Урахування аспектів складності сучасного життя створює відповідні передумови актуальності означеної проблематики, оскільки несприятлива соціальна та екологічна атмосфера в окремих кліматичних та географічних зонах України значно знижує стан здоров'я сучасних дітей та підлітків [1, 6].

Дослідниками визначено, що здоров'я нації – це вагомий показник цивілізованості держави, що відображає рівень її соціального та економічного розвитку, головний критерій доцільності та ефективності всіх сфер діяльності людини [5]. На сьогодні, особливу занепокоєність викликає стан здоров'я дітей, а також шкільної та студентської молоді. Аналіз статистичних досліджень свідчить, що лише 5 % випускників загальноосвітніх шкіл є практично здоровими, при цьому 40 % школярів – мають хронічні захворювання, з них у 50 % виявлені різноманітні морфо-функціональні відхилення, до 80 % страждають на різні нервово-психічні розлади [5].

На сьогодні, значний рівень загострення екологічних, економічних та соціальних проблем, невпинне зростання негативного впливу засобів масової інформації, суттєва зміна режиму роботи дошкільних та шкільних навчальних закладів, систематичне зростання інформаційного потоку негативно позначаються на психологічному та фізичному стані сучасних дітей та підлітків. Необхідність модернізації системи навчання і виховання призвели до появи нових альтернативних систем навчання, які не встигли пройти фізіологічну, гігієнічну і психолого-педагогічну експертизу. Внаслідок цього нововведення викликають переваженість підростаючого покоління, посилюються негативні тенденції в стані здоров'я дітей та підлітків [3].

Універсальний негативний вплив гіпокінезії на організм людини доведений чисельними експериментальними дослідженнями і клінічними спостереженнями. Тому обмеження фізичного розвитку та фізичного здоров'я необхідно розглядати в системній позиції багаторівневої структури діяльності організму.

Особливою стратегією здоров'язберігаючої системи навчання є своєчасний і повний розвиток всіх конституційно-спадкових позитивних задатків і корекція негативних. Особлива увага в цьому випадку повинна приділятися засобам фізичної культури.

Метою дослідження є оцінка рівня фізичного (соматичного) здоров'я дітей 5-6 років за методом індексів у кількісно-відсотковому співвідношенні.

Організація дослідження. Експериментальна робота проводилася з жовтня 2020 року до квітня 2021 року. У дослідженнях, які проводилися на базі Дитячого садочка №15 м. Херсона, прийняло участь 18 дошкільнят 5-6 років, з них – 8 хлопчиків та 10 дівчаток.

Стан здоров'я дітей дошкільного віку оцінювався шляхом визначення індексу здоров'я (відношення загальної кількості дошкільнят, які не хворіли, до загальної чисельності дітей, у відсотках), частоти пропусків занять по хворобі і відсотку дошкільнят, які часто хворіли. Кількісна оцінка рівня соматичного (фізичного) здоров'я проводилася за методикою Г.Л. Апанасенка [2] та включала реєстрацію показників антропометрії, стану серцево-судинної і дихальної систем, які покладені в основу розроблених антропометричних індексів. Дослідження проводилося під контролем та за допомогою медичного працівника.

Виклад основного матеріалу. В контексті основних видів здоров'я, фізичне здоров'я розглядається як специфічний спосіб функціонування організму і стан діяльності кожної його системи. Отже, фізичне здоров'я – це стійкий функціональний стан організму, що забезпечує успішну життєдіяльність людини (життєдіяльність як окремих тканин, органів і систем, так і всього організму в цілому) [5]. При цьому, Б. Долинським визначено, що поняття соматичного здоров'я входить до складу фізичного здоров'я і не відокремлюється від нього [4].

Реальне управління рівнем розвитку фізичної підготовленості дошкільників здійснюється за умови наявності єдиного критерію, що свідчатиме про ефективність цього процесу, а саме за результатами дослідження соматичного здоров'я. Також доведено, що індивідуалізувати рівень фізичної підготовленості неможливо без врахування різноманітних функціональних особливостей дітей дошкільного віку та стану їхнього соматичного здоров'я.

Враховуючи недостатню кількість подібних досліджень, нами були отримані вихідні дані для проведення дослідження рівня соматичного здоров'я дошкільнят 5-6 років за методикою Г.Л. Апанасенка. За кожним показником визначалася загальна сума балів, що співставлялася зі шкалою для отримання оцінки рівня фізичного здоров'я: низький (до 2-х балів), нижче середнього (до 3-х балів), середній (до 4-х балів), вище за середній (до 5-ти балів) і високий (більше 5-ти балів).

Аналіз індивідуальних показників соматичного здоров'я дошкільнят представлений в таблиці 1.

Таблиця 1

Розподіл дошкільників за рівнями соматичного здоров'я

Вік	Стать	Рівні соматичного здоров'я (в %)				
		низький	н/середнього	середній	в/середнього	високий
5-6	х	37,5	50,0	12,5	–	–
	д	40,0	20,0	30,0	10,0	–

Отримані результати свідчать про низький рівень соматичного здоров'я дошкільнят: низькі і нижче середнього рівні у хлопчиків становлять від 37,5 до 50,0 %, а середні – мають лише 12,5 % хлопчиків; дещо інші співвідношення між низькими і середніми рівнями виявлено у дівчат – 40,0 і 30,0 % відповідно. При цьому, 10,0 % дівчаток мають вище за середній рівень соматичного здоров'я.

Дослідження рівня соматичного здоров'я дошкільнят цілком підтверджують висновки вчених (Г.Л. Апанасенко, Т.Ю. Круцевич та інших) про низький рівень соматичного здоров'я дітей.

Динаміка стану здоров'я дошкільнят, за даними медичного працівника, представлена на рисунку 1.

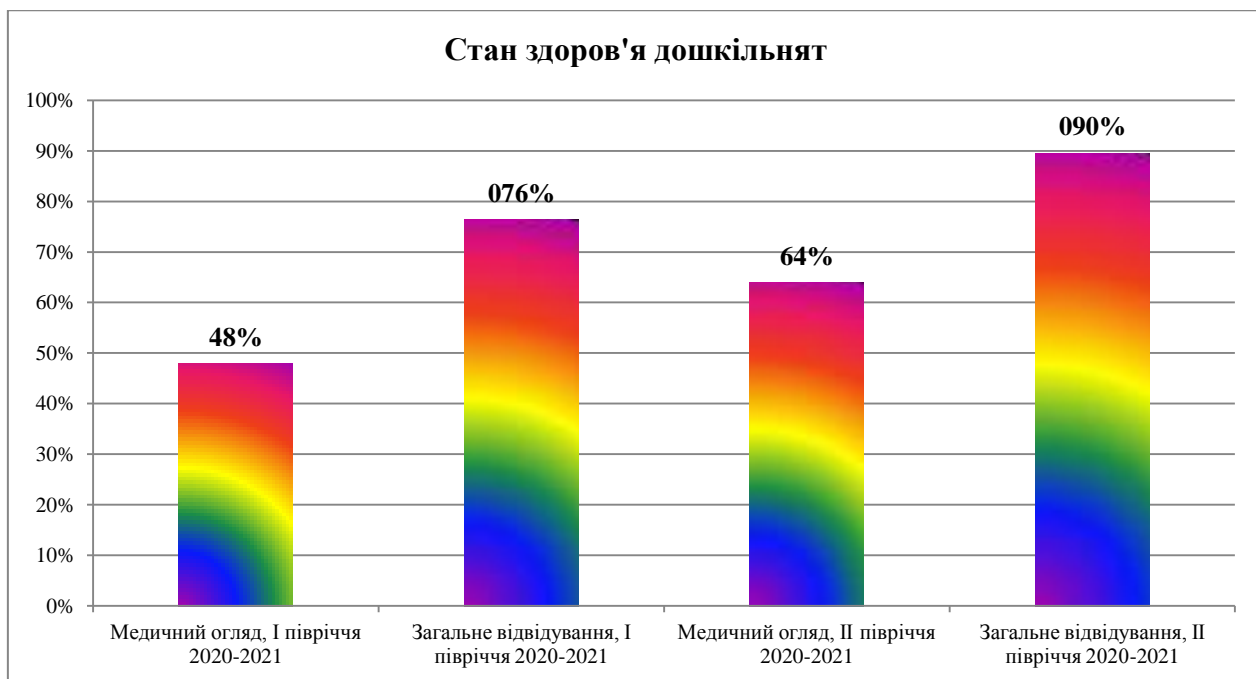


Рис. 1. Динаміка стану здоров'я дошкільнят

Аналіз отриманих результатів, представлених на рисунку 1, свідчить про значно позитивну динаміку стану здоров'я дошкільнят 5-6 років. Якщо говорити про медичний огляд у I та II півріччі 2020-2021 навчального року, то їх порівняльний аналіз дав можливість виявити більшу кількість повністю здорових дітей на 16 %. При цьому, значно покращилося загальне відвідування дошкільнят з середньо статистичною різницею у 13,2 %, що у II півріччі 2020-2021 навчального року склало 89,6 %.

Висновки. Отримані результати зі всією очевидністю свідчать про достатньо низький рівень соматичного здоров'я дошкільників. Однак, отримані результати стану здоров'я свідчать про позитивну динаміку. *Перспективою подальших досліджень* в цьому напрямі можна вбачати впровадження спеціалізованих засобів фізичного виховання у повсякденне життя дошкільнят та виявлення їх ефективності у підвищенні показників соматичного здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Антипкін Ю.Г. Стан здоров'я дітей в умовах дії різних екологічних чинників / Ю.Г. Антипкін // Мистецтво лікування. – 2005. – № 2. – С. 17–23.
2. Апанасенко Г.Л. Експрес-скринінг рівня соматичного здоров'я дітей та підлітків: [метод. рек.] / Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко, Ю.В. Бушуев. – К., 2000. – 12 с.
3. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): [навчально-методичний посібник] / Олена Олександрівна Максимова. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018.– 213 с.
4. Долинський Б.Т. Визначення сутності поняття «здоров'я» та його роль у професійній діяльності вчителя початкової школи // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка.; гол. ред. Носко М.О. Чернігів: ЧНПУ, 2016. – Вип. 136. – 256 с. – С. 63–67.
5. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука [Електронний ресурс]. – Харків: Вид. Рожко С.Г., 2017. – 488 с. – Режим доступу: http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf_zdor_ta_korr_os/Zagalna_teorija_zdorovia_i_zdor_viazberennja.pdf

6. Медведовська Н.В. Стан здоров'я підлітків та особливості їхнього способу життя / Н.В. Медведовська, С.Д. Пономаренко, Т.К. Кульчицька // Україна. Здоров'я нації. – 2007. – № 3–4. – С. 27–30.

Рекомендує до друку науковий керівник доцент Пришва О.Б.

УДК 241.41.51

Герасимова Т.Р.

КІЛЬКІСНА ОЦІНКА СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті проведено аналіз сучасного стану здоров'я дітей, оцінено рівень фізичного (соматичного) здоров'я дітей дошкільного віку за допомогою методу індексів.

Ключові слова: здоров'я, соматичне (фізичне) здоров'я, діти дошкільного віку.

The article analyzes the current state of children's health, assesses the level of physical health of preschool children using the method of indexes.

Key words: health, somatic (physical) health, preschool children.

Постановка проблеми та аналіз актуальних досліджень. Сучасний стан здоров'я та фізичний розвиток дітей дошкільного віку залишається постійною проблемою для батьків, позашкільних установ, системи оздоровчих таборів. Урахування аспектів складності сучасного життя створює відповідні передумови актуальності означеної проблематики, оскільки несприятлива соціальна та екологічна атмосфера в окремих кліматичних та географічних зонах України значно знижує стан здоров'я сучасних дітей та підлітків [1, 6].

Дослідниками визначено, що здоров'я нації – це вагомий показник цивілізованості держави, що відображає рівень її соціального та економічного розвитку, головний критерій доцільності та ефективності всіх сфер діяльності людини [5]. На сьогодні, особливу занепокоєність викликає стан здоров'я дітей, а також шкільної та студентської молоді. Аналіз статистичних досліджень свідчить, що лише 5 % випускників загальноосвітніх шкіл є практично здоровими, при цьому 40 % школярів – мають хронічні захворювання, з них у 50 % виявлені різноманітні морфо-функціональні відхилення, до 80 % страждають на різні нервово-психічні розлади [5].

На сьогодні, значний рівень загострення екологічних, економічних та соціальних проблем, невпинне зростання негативного впливу засобів масової інформації, суттєва зміна режиму роботи дошкільних та шкільних навчальних закладів, систематичне зростання інформаційного потоку негативно позначаються на психологічному та фізичному стані сучасних дітей та підлітків. Необхідність модернізації системи навчання і виховання призвели до появи нових альтернативних систем навчання, які не встигли пройти фізіологічну, гігієнічну і психолого-педагогічну експертизу. Внаслідок цього нововведення викликають переважаність підростаючого покоління, посилюються негативні тенденції в стані здоров'я дітей та підлітків [3].

Універсальний негативний вплив гіпокінезії на організм людини доведений чисельними експериментальними дослідженнями і клінічними спостереженнями. Тому обмеження фізичного розвитку та фізичного здоров'я необхідно розглядати в системній позиції багаторівневої структури діяльності організму.

Особливою стратегією здоров'язберігаючої системи навчання є своєчасний і повний розвиток всіх конституційно-спадкових позитивних задатків і корекція

негативних. Особлива увага в цьому випадку повинна приділятися засобам фізичної культури.

Метою дослідження є оцінка рівня фізичного (соматичного) здоров'я дітей 5-6 років за методом індексів у кількісно-відсотковому співвідношенні.

Організація дослідження. Експериментальна робота проводилася з жовтня 2020 року до квітня 2021 року. У дослідженнях, які проводилися на базі Дитячого садочка №15 м. Херсона, прийняло участь 18 дошкільнят 5-6 років, з них – 8 хлопчиків та 10 дівчаток.

Стан здоров'я дітей дошкільного віку оцінювався шляхом визначення індексу здоров'я (відношення загальної кількості дошкільнят, які не хворіли, до загальної чисельності дітей, у відсотках), частоти пропусків занять по хворобі і відсотку дошкільнят, які часто хворіли. Кількісна оцінка рівня соматичного (фізичного) здоров'я проводилася за методикою Г.Л. Апанасенка [2] та включала реєстрацію показників антропометрії, стану серцево-судинної і дихальної систем, які покладені в основу розроблених антропометричних індексів. Дослідження проводилося під контролем та за допомогою медичного працівника.

Виклад основного матеріалу. В контексті основних видів здоров'я, фізичне здоров'я розглядається як специфічний спосіб функціонування організму і стан діяльності кожної його системи. Отже, фізичне здоров'я – це стійкий функціональний стан організму, що забезпечує успішну життєдіяльність людини (життєдіяльність як окремих тканин, органів і систем, так і всього організму в цілому) [5]. При цьому, Б. Долинським визначено, що поняття соматичного здоров'я входить до складу фізичного здоров'я і не відокремлюється від нього [4].

Реальне управління рівнем розвитку фізичної підготовленості дошкільників здійснюється за умови наявності єдиного критерію, що свідчитиме про ефективність цього процесу, а саме за результатами дослідження соматичного здоров'я. Також доведено, що індивідуалізувати рівень фізичної підготовленості неможливо без врахування різноманітних функціональних особливостей дітей дошкільного віку та стану їхнього соматичного здоров'я.

Враховуючи недостатню кількість подібних досліджень, нами були отримані вихідні дані для проведення дослідження рівня соматичного здоров'я дошкільнят 5-6 років за методикою Г.Л. Апанасенка. За кожним показником визначалася загальна сума балів, що співставлялася зі шкалою для отримання оцінки рівня фізичного здоров'я: низький (до 2-х балів), нижче середнього (до 3-х балів), середній (до 4-х балів), вище за середній (до 5-ти балів) і високий (більше 5-ти балів).

Аналіз індивідуальних показників соматичного здоров'я дошкільнят представлений в таблиці 1.

Таблиця 1

Розподіл дошкільників за рівнями соматичного здоров'я

Вік	Стать	Рівні соматичного здоров'я (в %)				
		низький	н/середнього	середній	в/середнього	високий
5-6	х	37,5	50,0	12,5	–	–
	д	40,0	20,0	30,0	10,0	–

Отримані результати свідчать про низький рівень соматичного здоров'я дошкільнят: низькі і нижче середнього рівні у хлопчиків становлять від 37,5 до 50,0 %, а середні – мають лише 12,5 % хлопчиків; дещо інші співвідношення між низькими і середніми рівнями виявлено у дівчат – 40,0 і 30,0 % відповідно. При цьому, 10,0 % дівчаток мають вище за середній рівень соматичного здоров'я.

Дослідження рівня соматичного здоров'я дошкільнят цілком підтверджують висновки вчених (Г.Л. Апанасенко, Т.Ю. Круцевич та інших) про низький рівень соматичного здоров'я дітей.

Динаміка стану здоров'я дошкільнят, за даними медичного працівника, представлена на рисунку 1.

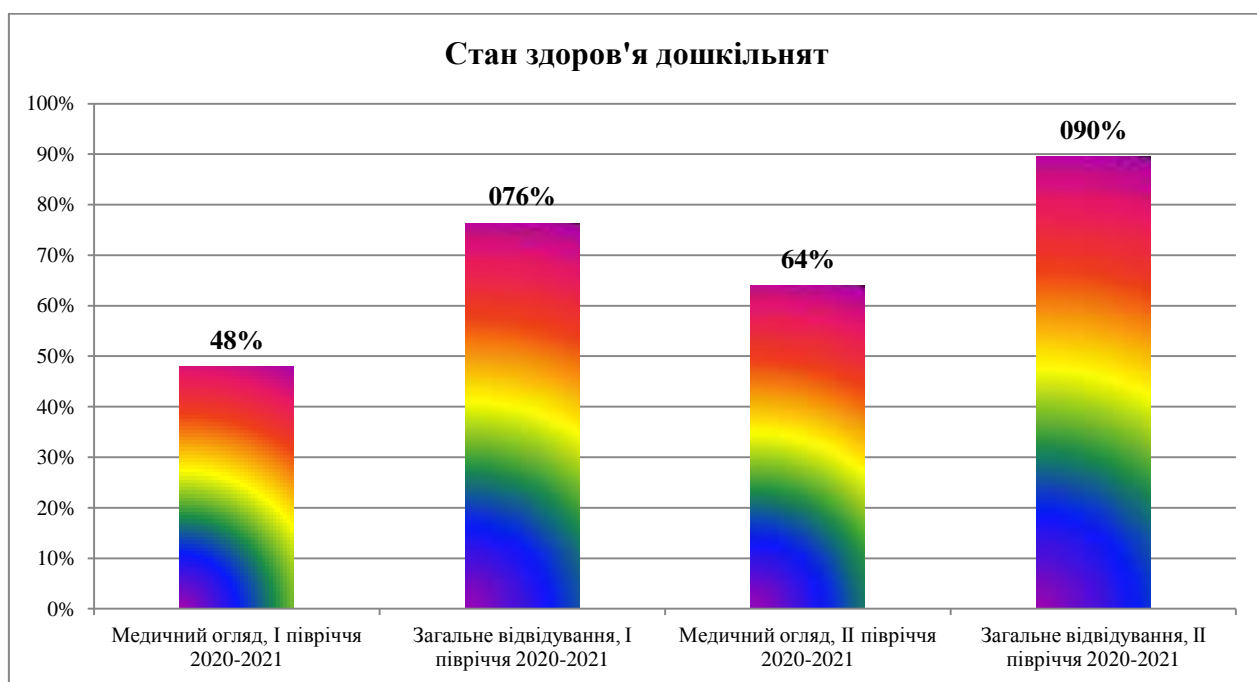


Рис. 1. Динаміка стану здоров'я дошкільнят

Аналіз отриманих результатів, представлених на рисунку 1, свідчить про значно позитивну динаміку стану здоров'я дошкільнят 5-6 років. Якщо говорити про медичний огляд у I та II півріччі 2020-2021 навчального року, то їх порівняльний аналіз дав можливість виявити більшу кількість повністю здорових дітей на 16 %. При цьому, значно покращилося загальне відвідування дошкільнят з середньо статистичною різницею у 13,2 %, що у II півріччі 2020-2021 навчального року склало 89,6 %.

Висновки. Отримані результати зі всією очевидністю свідчать про достатньо низький рівень соматичного здоров'я дошкільників. Однак, отримані результати стану здоров'я свідчать про позитивну динаміку. *Перспективою подальших досліджень* в цьому напрямі можна вбачати впровадження спеціалізованих засобів фізичного виховання у повсякденне життя дошкільнят та виявлення їх ефективності у підвищенні показників соматичного здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Антипкін Ю.Г. Стан здоров'я дітей в умовах дії різних екологічних чинників / Ю.Г. Антипкін // Мистецтво лікування. – 2005. – № 2. – С. 17–23.
2. Апанасенко Г.Л. Експрес-скринінг рівня соматичного здоров'я дітей та підлітків: [метод. рек.] / Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко, Ю.В. Бушуєв. – К., 2000. – 12 с.
3. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): [навчально-методичний посібник] / Олена Олександрівна Максимова. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018.– 213 с.
4. Долинський Б.Т. Визначення сутності поняття «здоров'я» та його роль у професійній діяльності вчителя початкової школи // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка.; гол. ред. Носко М.О. Чернігів: ЧНПУ, 2016. – Вип. 136. – 256 с. – С. 63–67.
5. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука [Електронний ресурс]. – Харків: Вид. Рожко С.Г., 2017. – 488 с. – Режим доступу:

http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf_zdor_ta_korr_os/Zagalna_teoriya_zdorovia_i_zdor_viazberegennja.pdf

6. Медведовська Н.В. Стан здоров'я підлітків та особливості їхнього способу життя / Н.В. Медведовська, С.Д. Пономаренко, Т.К. Кульчицька // Україна. Здоров'я нації. – 2007. – № 3–4. – С. 27–30.

Рекомендує до друку науковий керівник доцент Пришва О.Б.