

виявлено підвищення тривожності у 15 (71%) досліджуваних, з них 14 дівчат та 1 хлопець. У 6 (29%) досліджуваних рівень тривоги або не змінювався (1 хлопець), або навпаки зменшувався (2 хлопця і 3 дівчини). Після розрахунку коефіцієнту кореляції, нами було отримано результат 0,497, що відповідає критерію ймовірності помилки у $P=0.05$.

Висновки. Отже, під час нашого дослідження ми підтвердили думку науковців про те, що рівень тривожності спортсменів збільшується під час змагань.

Значне зростання спортивних досягнень, рекордів, характерне для світового спорту, показує недостатність трьох видів підготовки (фізичної, технічної, тактичної). Сучасні спортивні змагання вимагають від учасників величезної витрати як фізичної так і психічної енергії. Іноді навіть високий рівень фізичної і технічної підготовки не може призвести до покращення результату. Все це говорить про необхідність введення четвертого виду підготовки спортсмена – психологічної підготовки.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розробкою науково обґрунтованих психологічних програм та тренінгів для спортсменів, а також запровадженням базової психологічної підготовки задля оптимізації не лише рівня психічного, а й фізичного та функціонального стану організму.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Література

1. Ахатов А. М., Роботін І.В. Психологічна підготовка спортсменів. Навчально-методичний посібник. ФОРТ, 2008. С. 19-88.
2. Дрежорін В. В. Основи організації психологічної та психофізичної підготовки студентів залізничних вузів в процесі фізичного виховання: зб. наук. пр. Р: Фізичне виховання і спорт, 2012. Вип. 26, С. 11-40.
3. Козлова Є. К. Підготовка спортсменів високої кваліфікації в умовах професіоналізації легкої атлетики. К: Олімп. літ., 2012. С. 131-137. URL: <https://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2011-04/11koksqs.pdf>
4. Родіонова В. А. Спортивна психологія: підручник для академічного бакалаврату. М: Юрайт, 2014. С. 11-69.

References

1. Akhatov A. M., Robotin I.V. (2008), Psychologichna pidgotovka sportsmeniv. Navchalno-metoduchnyy posibnyk. FORT, pp. 19-88. [in Ukrainian].
2. Dregorin V. V. (2012), Osnovy organizacii psyhologichnoi ta psyhophizichnoi pidhotovky studentiv zaliznychnuch vuziv v prozesy phizychnoho vyhovania. zb. naykov. pr. P: Phizyчне vyhovania i sport, no. 26, pp. 11-40. [in Ukrainian].
3. Kozlova E. K. (2012), Pidhotovka sportsmeniv vusokoi kvalifikacii v umovah profecionalizacii lehkoj atletyki. K: Olimp lit., pp. 131-137. [in Ukrainian].
4. Rodionova V. A. Sportyvna psyhologia: pidruchnik dla akademichnoho bakalavratu. M: Urait, pp. 11-69. [in Ukrainian].

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).21

Коломоєць Г. А.

*кандидат педагогічних наук, старший науковий дослідник,
начальник відділу науково-методичного забезпечення підвищення якості освіти
ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти»*

Малечко Т. А.

*кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання, доцент,
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*

АНАЛІЗ СТАНУ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ТА УЧЕНИЦЬ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

В статті проаналізовано стан здоров'я учнівської молоді. Опрацьовано результати анкетування стосовно розподілу учнів/учениць на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи. Виявлено, тенденцію збільшення кількості учнів спеціальної медичної групи.

Визначено, що однією з головних причин є зниження рухової активності, що негативно позначається на стані здоров'я дітей, і як наслідок, сприяє прогресуванню захворюваності. За результатами анкетування виявлено, який відсоток займають в закладах загальної середньої освіти учні з особливими освітніми потребами.

Доведено, що систематичні заняття фізичними вправами, ведення здорового способу життя, відвідування різноманітних фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів ефективно впливають на покращення морфофункціонального, фізичного стану та самопочуття тих, хто займається.

Ключові слова: фізичне виховання, анкетування, учні, спеціальна медична група, рухова активність.

Kolomoiets G., Malechko T. Analysis of the state of health of students of general secondary education institutions. The article analyzes the state of health of student youth. The results of the questionnaire regarding the division of students into basic, preparatory and special medical groups were worked out. The trend of increasing the number of students of the special medical group was revealed. According to the results of the questionnaire, an increase in the number of students with special educational needs was found. It was determined that one of the main reasons is a decrease in motor activity, which negatively affects the health of children, and as a result, contributes to the progression of the disease. It has been proven that

systematic exercises, leading a healthy lifestyle, attending various physical and recreational and mass sports events effectively affect the improvement of the morpho-functional, physical condition and well-being of those who practice. The formation of motives for physical exercises, motor activity, active lifestyle is important in improving the health of students and popularizing physical culture, because it is systematic physical culture activities that contribute to the development of basic physical qualities, education of will, courage, perseverance, and have a positive effect to strengthen health, increase mental capacity and social adaptation. In addition, physical education was negatively affected by real-time events, firstly the rapid spread of the coronavirus disease pandemic, then the war with the aggressor country, which forced the education system to be transferred to distance learning, and how, as a result, a sedentary lifestyle is observed among modern youth, because more they spend half of their time studying while sitting.

Keywords: physical education, questionnaire, students, special medical group.

Постановка проблеми. Стан здоров'я сучасної молоді є інтегральним показником загального благополуччя суспільства та однією з найвищих національних.

Аналіз літературних джерел та наукових праць вказує на стрімке підвищенні рівня загальної захворюваності, зростанні поширеності відхилень у роботі окремих органів і систем організму учнів закладів загальної середньої освіти. За даними О. Д. Дубогай, С. І. Присяжнюка, Л. І. Іванової в закладах загальної середньої освіти спостерігається динаміка щорічного збільшення кількості учнів, віднесених до спеціальної медичної групи з фізичного виховання, їх кількість у різних регіонах держави сягає 30-40%.

Однією з головних причин є низький статус уроків фізичної культури серед дітей та батьків, що знижує їх потенційне значення для покращення здоров'я, підвищення фізичної підготовленості та формування рухового досвіду школярів. Крім того, негативно позначилось на фізичному вихованні події реального часу, спочатку стрімке поширення пандемії коронавірусної хвороби, потім війна з країною-агресором, які змусили систему освіти перевести на дистанційне навчання, і як, наслідок, спостерігається малорухливий спосіб життя у сучасної молоді, адже більшу половину свого часу вони проводять навчаючись в сидячому режимі.

Великі перспективи для оптимізації змісту уроків фізичної культури, закладах загальної середньої освіти, має диференційований підхід, що дозволяє кожному учневі займатися в оптимальному руховому режимі. Зважаючи на значну кількість учнів з відхиленнями у стані здоров'я, особливої цінності набувають дослідження питання їх стану здоров'я та можливості відвідувати уроки фізичної культури.

Враховуючи те, що жодна фізична вправа, що має прикладне значення, не може бути протипоказаною взагалі, одні вправи можуть бути тимчасово виключені за медичними показниками, інші повинні використовуватися дозовано з урахуванням ступеня пристосованості організму, тому, важливе значення має пошук нових підходів до реалізації освітніх завдань фізичного виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я.

Аналіз літературних джерел. Теоретико-методичним засадам фізичного виховання учнівської молоді присвячено роботи В. Г. Ареф'єва, О. Д. Дубогай, Т. Ю. Круцевич, О. С. Куца, С. І. Присяжнюка та ін.; сучасний стан і тенденції у системі шкільного фізичного виховання викладено у працях Ж. Г. Дьоміної, М. Д. Зубалія, О. В. Тимошенка; вікові особливості фізичного та психічного розвитку учнів підліткового віку викладено в дослідженнях М. І. Корсунська, Л. О. Сиркін, О. П. Стромська, Е. Е. Саркіянц, М. П. Задесенець, Н. В. Школьнікова; особливості навчання фізичної культури учнів основної школи вивчали А. С. Дорошенко, М. П. Козленко, Ю. С. Костюк, Е. М. Литвинов; дослідниками І. І. Бахрах, В. Г. Властовським, Л. В. Волковим, І. Глазиріним, С. М. Громбахом запропоновано різні підходи до диференціації змісту фізичного виховання школярів; питання організації фізичного виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я досліджували І. Р. Боднар, Є. В. Бубнова, Н. В. Гребенкіна, В. Куриш, Н. І. Соколова, В. С. Язловецький, Л. І. Іванова; розробкою методичних основ навчання фізичних вправ учнів СМГ займалися В. І. Майер, В. В. Деревянко, М. В. Тимчик; шляхи підвищення ефективності фізичного виховання учнів з спеціальної медичної групи достатньо глибоко представлені у роботах В. Д. Ярової, О. Д. Светлової.

Виклад основного матеріалу дослідження. Реалії сьогодення вимагають від суспільства сформовану здорову націю, адже здоров'я учнів та учениць закладів загальної середньої освіти належить до пріоритетних ідеалів і національних інтересів [1].

Ситуація, що склалася в нашій країні, негативно впливає на рівень стан здоров'я здобувачів освіти, уроки фізичної культури поступово втрачають свою значимість, все це актуалізує проблему проектування нового здоров'язбережувального освітнього простору, який буде враховувати всі нюанси сучасності [2].

Важливе значення у підвищенні рівня здоров'я учнів та популяризації фізичної культури має формування мотивів до занять з фізичними вправами, рухової активності, активного способу життя, адже саме систематичні заняття фізичною культурою сприяють розвитку основних фізичних якостей, вихованню волі, сміливості, наполегливості, позитивно впливають на зміцнення здоров'я, підвищують розумову працездатність і соціальну адаптацію.

Аналіз наукових праць дозволи отримати інформацію про найпоширеніші захворювання учнівської молоді за 201-2018 роки. Так, за даними досліджень Т. А. Бублей визначено, що захворювання опорно-рухового апарату (плоскостопість, сколіотична постава, порушення постави) – 31,4%, захворювання ендокринної системи (ЕС) – 29,7%, захворювання органів зору (ЗОЗ) – 15,8%, шлунково-кишкового тракту (гастрит, дуоденіт, панкреатит, холецистит) – 12,2%, хвороби дихальної системи (бронхіт, гайморит, бронхіальна астма) – 4,1%, захворювання нервової системи (неврози, вегето-судинна дистонія) – 3,8% серцево-судинної системи (аритмія, вроджений порок серця) – 3,2% (рис 1.) [5].

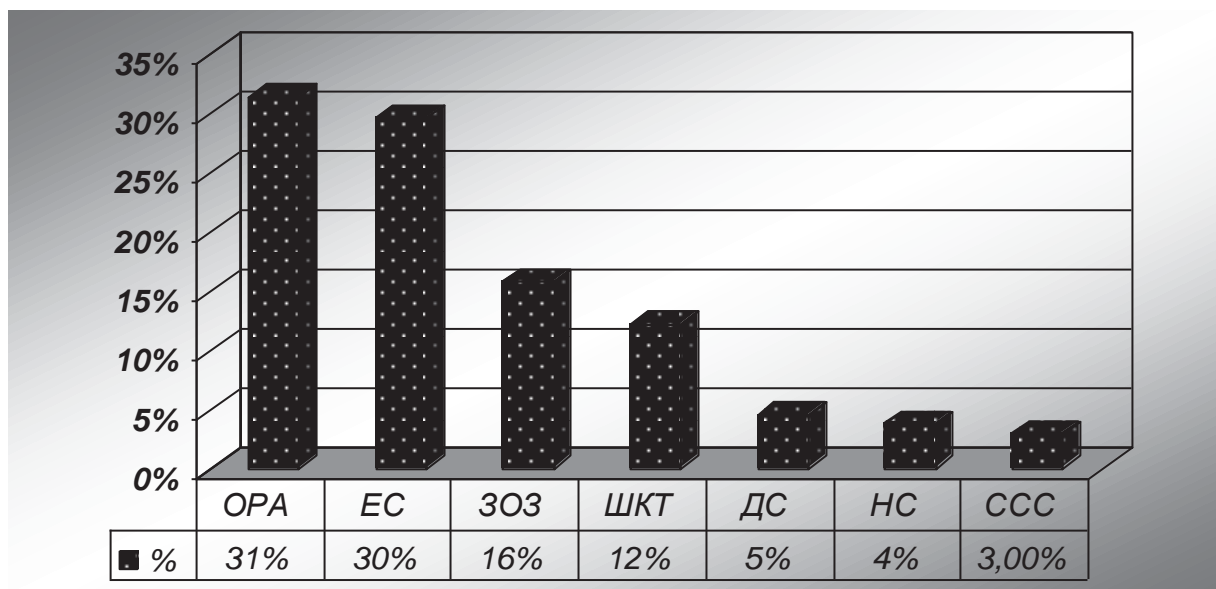


Рис. 1. Найпоширеніші захворювання серед учнів з відхиленнями в стані здоров'я

В результаті опрацювання сучасної літератури по проблематиці фізичного виховання в закладах освіти, виявили, що немає оновлених даних про стан здоров'я учнів та учениць та належності їх до певної медичної групи для відвідування уроків фізичної культури. Тому з метою визначення стану здоров'я сучасної молоді, нами було проведено анкетування серед закладів загальної середньої освіти України. Результати опитування дозволили отримати інформацію щодо стану їх здоров'я та належності їх по певній медичній групі (таблиця 1). Також в ході дослідження отримано інформацію про кількість учнів з особливими освітніми потребами, які потребують особливої уваги під час уроків фізичної культури.

Таблиця 1

Результати анкетування стосовно розподілу учнів/учениць на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи

№п/п	Область України	Загальна кількість учнів	Кількість учнів ОМГ (%)	Кількість учнів ПМГ (%)	Кількість учнів СМГ (%)	Кількість учнів з ООП (%)
1	Дніпропетровська	105	89	5	4	2
2	Київська	110	95	2	2	1
3	Рівненська	115	94	3	7	0
4	Полтавська	105	92	4	4	0
5	Волинська	112	95	3	3	0
6	Одеська	108	90	2	4	2
7	Житомирська	106	52	25	14	9
8	Вінницька	110	86	11	1	2
9	Закарпатська	114	44	16	40	0
10	Миколаївська	120	38	26	31	8
11	Сумська	116	93	4	3	0
12	Тернопільська	102	87	10	3	0
14	Черкаська	104	36	28	28	8
15	Кіровоградська	110	77	15	6	2
16	Чернігівська	104	85	9	4	2
17	Чернівецька	107	65	12	15	8
18	Донецька	104	73	14	10	3
19	Запорізька	102	79	8	9	4
20	м. Київ	111	42	7	31	21

Таким чином, первинне опрацювання результатів опитування, дають можливість зробити наступні висновки: реформи, які впроваджуються в освіті, зокрема реформа Нової української школи, позитивно впливає на проведення і відвідуваність уроків фізичної культури, про що свідчать результати анкетування. Адже порівнянні з минулими роками кількість учнів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи помітно зменшилася. Проте вчителю фізичної культури на практиці важко реалізовувати завдання Модельної навчальною програмою «Фізична культура» для 5-6 класів, оскільки програма нова, тільки запроваджена, і швидко під неї адаптуватися важко [5].

Висновки. Отже, зменшення кількості учнів та учинень, які за станом здоров'я віднесені до спеціальних медичних груп, на нашу думку, пов'язано модернізацією уроків фізичної культури, запровадження нових підходів до

навчання фізичних вправ, які дають можливість займатися учням з відхиленнями у стані здоров'я в оптимальному для них режимі. Запропонована програма розкриває більш широкі можливості на уроках фізичної культури для учнів, які мають відхилення у стані здоров'я, метою якої є «розвиток природних здібностей, інтересів, обдарувань учнів, формування компетентностей, необхідних для їхньої соціалізації та громадянської активності, свідомого вибору подальшого життєвого шляху та самореалізації, продовження навчання на рівні профільної освіти або здобуття професії, виховання відповідального, шанобливого ставлення до родини, суспільства, навколишнього природного середовища, національних та культурних цінностей українського народу».

Література

1. Ареф'єв В. Г. Сучасні аспекти диференційованого програмування розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури учнів загальноосвітньої школи / В. Г. Ареф'єв // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – 2014. – Вип. 9. – С. 12–16.
2. Бабич В. І. Організація оздоровчої роботи у спеціальній медичній групі. Держ. закл. «Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка». – Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2010. – 108 с.
3. Бісмак О. В. Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах: навч. посіб. / О. В. Бісмак. – Харків: Вид-во Бровін О.В., 2010. – 202 с.
4. Боднар І. Ефективність уроків фізичної культури зі школярами спеціальної медичної групи / І. Боднар // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2014. – № 1. – С. 12-16.
5. Бублей Т. А. Пріоритетний напрямок удосконалення системи фізичного виховання школярів, які мають нозологічні прояви / Ж. Г. Дьоміна, // Гірська школа Карпат. – Випуск № 16. – 2017. – с. 54-57.
6. Дубогай О. Зміст та результативність шкільної інноваційної діяльності в системі здоров'язберігаючих технологій / О. Дубогай, М.Свтушок // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 1. – С. 36-40.
7. Зубаль М. В. Індивідуально-типологічний підхід у фізичному вихованні школярів / М. В. Зубаль. // Проблеми теорії і методики фіз. вих.: Наукові праці Кам'янець-Подільск. держ.ун-ту. – 2006 – Вип. 4. – С. 255-261.
8. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Педан О. С., Коломоєць Г. А., Боляк А. А., Ребрин А. А., Дерев'яно В. В., Стеценко В. Г., Остапенко О. І., Лакіза О. М., Косик В. М. та інші) «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 17.08.2022 року № 752.
9. Хрипкова А. Г. Возрастная физиологии и школьная гигиена /А. Г. Хрипкова, М. В. Антропова, Д. А. Фарбер. – М. : Просвещение, 2003. – 320 с.

References

1. Arefev V. Modern aspects of the differentiated programming of developmental-improving classes on physical culture of students of secondary school / V. Arefev // Scientific journal of NP Dragomanov. – 2014. – Vip. 9. – С. 12–16.
2. Babich V. Organization of health work in a special medical group. The state. closed «Lugan. nat. Taras Shevchenko University». – Lugansk: Publishing House of Taras Shevchenko LNU, 2010. – 108 p.
3. Bismak O. Therapeutic physical culture in special medical groups: study. tool. / O. Bismak. - Kharkov: O. Brovin, OV, 2010. - 202 p.
4. Bodnar I. Effectiveness of physical culture lessons with students of a special medical group / I. Bodnar // Sport Bulletin of the Dnieper. – 2014. – No 1. – С. 12-16.
5. Bublely T. Priority direction of improving the system of physical education of schoolchildren who have nosological manifestations / Zh. Domina, // Mountain School of the Carpathians. - Issue № 16. - 2017. - p. 54-57.
6. Dubogay O. Content and effectiveness of school innovation in the system of health-saving technologies / O. Dubogay, M. Yevtushok // Physical education, sport and culture of health in modern society: Coll. of sciences. Lutsk Ave.: The tower tower of Volyn. nat. them. Lesya Ukrainka, 2008. – Т. 1. – С. 36-40.
7. Zubal M. Individual-typological approach in the physical education of students / M. Zubal. // Problems of theory and methodology of phys. ref: Scientific works of Kamianets-Podilsk. state university. – 2006 – Vip. 4. – С. 255-261.
8. Model training program "Physical culture. 5-6 grades" for general secondary education institutions (authors: Pedan O. S., Kolomoyets G. A., Bolyak A. A., Rebrina A. A., Derevyanko V. V., Stetsenko V. G., Ostapenko O. I., Lakiza O. M., Kosyk V. M. and others) "Recommended by the Ministry of Education and Science of Ukraine" order of the Ministry of Education and Science of Ukraine dated 08/17/2022 No. 752.
9. Khripkova A. Age physiologists and school hygiene / A. Khripkova, M Antropova, D. Farber. –M. : Enlightenment, 2003. – 320 p.