

СОЦІАЛЬНІ ФАКТОРИ, ЯКІ ОБУМОВЛЮЮТЬ ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ У ШКОЛЯРІВ

Сутула А. В.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. *Результати соціологічного дослідження, проведеного серед школярів м. Харкова свідчать, що за роки навчання у школі кількість порушень постави в дітей збільшується у 4 рази. Установлено, що батьки, вчителі та лікарі регулярно інформують дітей по проблемі порушень постави. Показано, що в школі, у режимі навчального дня використовуються не всі можливості для профілактики у дітей порушень постави.*

Ключові слова: *соціологічні дослідження, постава, профілактика, інформованість, режим навчального дня.*

Аннотація. **Сутула А. В. Социальные факторы, которые обуславливают нарушения осанки у школьников.** *Результаты социологического исследования, проведенного среди школьников г. Харькова, сви-*

© Сутула А. В. 2011



детельствуют, что за годы обучения в школе количество нарушений осанки у детей увеличивается в 4 раза. Установлено, что родители, учителя и врачи регулярно информируют детей по проблеме нарушения осанки. Показано, что в школе, в режиме учебного дня используются не все возможности для профилактики у детей нарушения осанки.

Ключевые слова: социологические исследования, осанка, профилактика, информированность, режим учебного дня.

Abstract. Sutula A. Social factors, which cause infringements of violations of carriage for the schoolchildren. The results of the sociological survey conducted among schoolchildren of Kharkiv. The findings suggest that during the years of schooling children 4 times increase in the number of violations of posture. Established that parents, teachers and doctors regularly informed on the issue of violations of children's posture. It shown that at school in the mode of educational day not all possibilities are used for a prophylaxis for the children of violations of posture.

Key words: social researches, posture, prevention, knowledge, mode of educational day.

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень і публікацій. Як свідчать результати аналізу спеціальної літератури, останніми роками в Україні здоров'я школярів суттєво погіршується. На сьогодні близько 90 % школярів мають різні відхилення у стані фізичного і психічного здоров'я [8]. За даними статистики, серед першокласників 30 % мають різні відхилення в стані здоров'я, а серед випускників такими вважаються майже 90 % учнів України [3]. Якщо виходити з опублікованих у спеціальній літературі даних, то необхідно констатувати, що за роки навчання в школі майже в два рази збільшується кількість дітей, які мають хронічні захворювання, за останні роки до 6–7 разів на рік збільшилась кількість респіраторно-вірусних інфекцій, захворюваність органів шлунково-кишкового тракту у школярів зросла майже в 1,4 рази, ендокринної системи – у 2,6 рази [2; 7]. У спектрі захворювань школярів визначальне місце займають різні форми порушення постави [5]. Найбільша кількість порушень постави, що супроводжуються змінами у хребті, спостерігається у дітей у віці 11–15 років [1; 6]. На даний час кількість дітей з порушеннями постави становить 80–90 % від загальної чисельності учнів [1; 7]. На думку О. Микитчика, частота проявів цього захворювання у школярів за період їх навчання в школі збільшується в 4 рази [4]. Широке розповсюдження серед школярів різних форм порушень постави зумовлює необхідність більш детального вивчення соціальних аспектів, які в тій чи іншій мірі впливають на розповсюдженість у середовищі дітей цього захворювання.

Мета дослідження. Вивчити ставлення школярів до проблеми порушення постави, визначити рівень знань школярів по цій проблемі, а також з'ясувати, які заходи проводяться в школі по профілактиці в дітей порушення постави.

Методи та організація дослідження. Для з'ясування факторів, які впливають на порушення у школярів постави, та для оцінки рівня їх знань по цій проблемі було проведено спеціальне соціологічне дослідження, в якому прийняли участь 820 школярів (з 5 по 10 клас) загальноосвітніх шкіл м. Харкова. У процесі дослідження використовувалась анкета закритого типу, яка дозволила в першому наближенні:

- вивчити ставлення школярів до проблеми порушення постави;
- оцінити рівень знань школярів по цій проблемі;
- з'ясувати заходи, які проводяться в школі по профілактиці порушення постави.

На поставленні питання школярам пропонувалось вибрати один із варіантів відповіді. У ході аналізу результатів дослідження визначалась у відсотках кількість респондентів, які вибрали ту чи іншу відповідь. Узагальнені результати опитування представлені в табл. 1 та 2, а також на рисунку.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз результатів дослідження, представлених у табл. 1, 2 та на рис. 1, показав наступне. На думку більшості школярів (66,4–90,5 %), необхідно знати причини, які впливають на порушення постави (табл. 1, пит. 1). Вірогідно, що така позиція сформувалась у результаті того, що батьки, вчителі та лікарі розповідають їм про порушення постави. Про це свідчать матеріали, представлені в табл. 1 (пит. 2–4). Так, у середньому, близько 62 % учнів, які брали участь у дослідженні, відмітили, що батьки та вчителі регулярно інформують їх по цій проблемі, а 40,5 % учнів відзначили, що така робота проводиться і лікарями. Звертає на себе особливу увагу результати відповіді учнів на п'яте питання. Так, у п'ятому класі 16,6 % учнів повідомили, що їм говорили спеціалісти про порушення у них постави. У шостому класі таких учнів вже 19,4 %; у сьомому – 30,4 %; у десятому – близько 70 %. Наведені данні свідчать про існування явної закономірності, яка свідчить, що за період навчання в школі в 4,2 рази збільшується кількість учнів, у яких діагностується порушення постави (рис. 1, в).

Як було показано В. Сутулою, широке розповсюдження в дітей різних форм порушень постави, що створює передумови для виникнення в них інших захворювань, обумовлено тим, що у школі недостатньо уваги приділяється проведенню в режимі навчального дня різноманітних фізкультурно-оздоровчих заходів, спрямованих на усунення факторів, які спричиняють виникнення цього захворювання (фізкультурні паузи та фізкультурні хвилини на уроках, рухливі перерви, ранкова гімнастика тощо) [5]. Такий висновок опосередковано підтверджується результатами, представленими у табл. 1. Так, лише близько половини опитаних учнів 5–10 класів відповіли, що в школі на уроках загального циклу проводяться фізкультурні хвилини та фізкультурні паузи. При чому, у п'ятому класі 58,3 % школярів відзначили, що у процесі проведення цих заходів використовуються вправи на корекцію постави, у той час як у десятому класі таких учнів було лише 38,4 % (табл. 1, пит. 6), хоча, як свідчать результати дослідження, у 69,2 % з них уже зафіксовані ознаки порушення постави (табл. 1, пит. 4). При усій відносності матеріалів да-



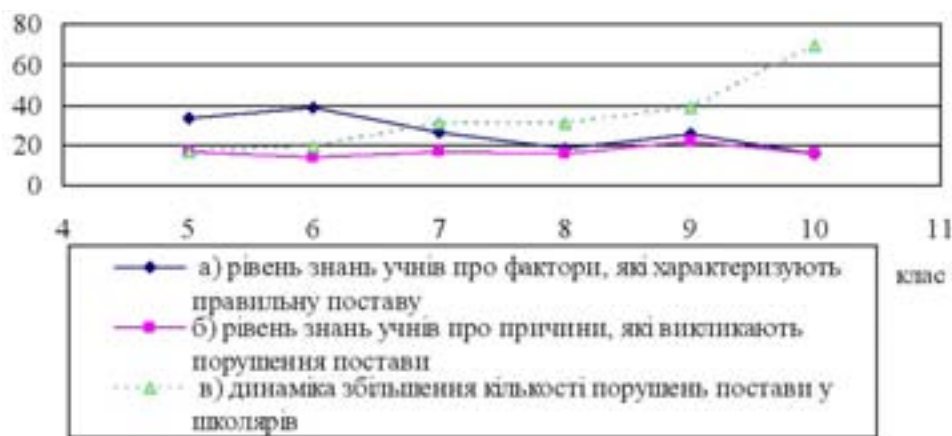


Рис. 1. Динаміка знань учнів 5–10 класів про особливості порушень постави

Таблиця 1

Оцінка учнями 5–10 класів джерел отримання інформації щодо порушення постави, %

№ з/п	Клас	5	6	7	8	9	10
	Кількість респондентів	112	136	152	162	133	126
	Відповідь	так	так	так	так	так	так
1.	Як ти вважаєш, необхідно знати причини, які впливають на порушення постави?	66,6	88,1	90,5	66,4	80,3	88,45
2.	Чи розповідають тобі вчителі про порушення постави?	66,6	66,25	61,2	81,8	43,35	53,8
3.	Чи розповідають тобі батьки про порушення постави?	66,6	75	77,5	34,6	82,9	38,4
4.	У вашій школі лікарі проводять консультації з питань, пов'язаних з порушенням постави?	41,6	44,4	27,6	32,2	33	65,35
5.	Чи говорили тобі спеціалісти (лікар, вчитель), що у тебе неправильна постава?	16,6	19,4	30,4	30,4	38,4	69,2
6.	У вашій школі проводять фізкультурні хвилини та фізкультурні паузи?	58,3	50,6	45,7	41,05	29,5	46,1
7.	Під час проведення фізкультурних хвилин використовуються вправи, спрямовані на корекцію постави?	58,3	45,62	34,29	44,9	31,45	38,4
8.	Чи необхідно прагнути до формування правильної постави?	91,6	100	96	70,3	90,3	88,45

ного дослідження відслідковується певна тенденція. За роки навчання у школі збільшується кількість учнів з порушенням постави (рис. 1, в), разом з тим зменшується кількість форм і засобів, які використовуються в ході навчального дня для профілактики в дітей порушень постави, це при тому, що 98,7 % учнів, як свідчать результати опитування, бажають покращити свою осанку.

Результати, представлені в табл. 1 (пит. 2–4), свідчать про те, що серед школярів проводиться значна інформаційна робота, пов'язана з порушеннями постави. Деякі уявлення про результати такої роботи можна одержати з матеріалів, представлених у табл. 2. У ході дослідження дітям було запропоновано дати відповідь на питання: які ознаки характеризують правильну осанку? (табл. 2, пит. 1). Як видно з узагальнених результатів опитування, 46,4 % учнів відмітили, що характерною ознакою правильної осанки є пряме положення голови (табл. 2, пит. 1, а); 56,1 % – одна-

ковий рівень надпліч (табл. 2, пит. 1, б); 52 % – кут лопаток знаходиться на одному рівні (табл. 2, пит. 1, в). Результати опитування свідчать також про те, що за роки навчання в школі зменшується кількість учнів, які правильно визначають основні ознаки порушень постави (табл. 2, пит. 1, з).

Відмічена тенденція явно простежується із графіку, представленого на рис. 1, а. Результати проведеного дослідження дають можливість також оцінити знання дітей відносно причин, які найбільш сильно впливають на порушення постави (табл. 2, пит. 2). Так, найбільш значимими факторами, на думку опитаних, являються: неправильна поза сидіння – 71,3 % (табл. 2, пит. 2, д); невідповідність меблів зросту дитини – 51,3 % (табл. 2, пит. 2, в); погані умови сну – 47,7 % (табл. 2, пит. 2, г). Результати дослідження також свідчать, що від 16 до 20 % учнів 5–10 класів стабільно демонструють правильні знання відносно причин, які впливають на порушення постави (рис. 1, б).

Таблиця 2

Рівень знань школярів по проблемі порушень постави, %

№ з/п	Клас	5	6	7	8	9	10	Середнє значення
	Кількість респондентів	112	136	152	162	133	126	
	Відповідь	так	так	так	так	так	так	
На твій погляд, що таке правильна постава?								
1.	а) пряме положення голови	58,3	44,2	38,6	27,25	37,2	73,05	46,4
	б) однаковий рівень надпліч	41,6	57,5	42,9	53,8	44,9	96,15	56,14
	в) кут лопаток на одному рівні	41,6	58,7	41,1	49,45	40,9	80,75	52
	г) рівність трикутників талії	41,6	21,8	12,6	15,9	37,1	57,65	31,1
	д) сідничні складки на одному рівні	25	23,7	14,9	17,0	27,35	34,6	23,7
	е) підколінні складки на одному рівні	33,3	16,2	11,8	15,9	29,2	30,7	22,8
	ж) фізіологічні вигини хребта помірно виражені	25	38,7	19,3	18,2	31,1	19,2	25,25
	з) усі вище перелічені ознаки	33,3	38,7	26,6	18,2	25,4	15,4	26,26
и) інші фактори	8,3	13,7	13,8	26,1	15,5	19,2	16,1	
На твій погляд, які з перелічених факторів впливають на виникнення порушень постави?								
2.	а) нерівномірний розвиток м'язів (спини, живота, стегон)	66,6	53,7	27,6	18,2	27,35	26,9	36,7
	б) тривалі хвороби	25	16,8	15,4	16,4	19,7	30,7	20,6
	в) не відповідність меблів (стілець, стіл та ін.) зросту дитини	58,3	68,7	46,6	24,36	44,75	65,4	51,35
	г) погані умови для сну (м'яка або тверда постіль, коротке ліжко і т. п.)	50	67,5	37,1	23,86	46,6	61,5	47,76
	д) неправильні пози сидіння	75	94,5	63,9	74,6	54,45	65,35	71,3
	е) незручний одяг	8,3	17,5	9,47	9,6	21,7	11,5	13,01
	ж) усі вище перелічені фактори	16,6	13,7	16,5	15,9	21,8	15,4	16,65
	з) інші фактори	16,6	22,5	11,8	15,9	15,7	19,2	16,95

Висновки:

1. Результати проведеного дослідження свідчать, що в середньому близько 62 % учнів, які брали участь у анкетуванні, відмітили той факт, що батьки та вчителі регулярно інформують їх по проблемі порушень постави, а 40,5 % учнів відзначили, що така робота проводиться і лікарями. У ході дослідження учні показали достатній рівень знань про ознаки, які характеризують правильну поставу та про фактори, які впливають на виникнення порушень постави, а також практично всі опитувані виявили бажання покращити свою поставу.

2. Проведений аналіз матеріалів соціологічного дослідження показав, що за період навчання в школі з п'ятого по десятий клас в чотири рази збільшується кількість учнів, у яких діагностується порушення постави. У п'ятому класі таких учнів 16,6 %; у шостому – 19,4 %; у сьомому – 30,4 %; у десятому – близько 70 %.

3. Результати дослідження свідчать про те, що

у школі недостатньо уваги приділяється проведенню в режимі навчального дня різноманітних фізкультурно-оздоровчих заходів, спрямованих на профілактику у дітей порушень постави (фізкультурні паузи та фізкультурні хвилини на уроках, рухливі перерви, ранкова гімнастика тощо). Так, лише близько половини опитаних учнів 5–10 класів відповіли, що в школі на уроках загального циклу проводяться фізкультурні хвилини та фізкультурні паузи. При чому, в п'ятому класі 58,3 % школярів відмітили, що в процесі проведення цих заходів використовуються вправи на корекцію постави, в той час як у десятому класі таких учнів було лише 38,4 % (табл. 1, пит. 6), хоча, як свідчать результати дослідження, у 69,2 % з них уже зафіксовані ознаки порушення постави

Перспективи подальших досліджень. Представлені вище результати носять орієнтовний характер. Для їх об'єктивізації планується проведення аналогічних досліджень в інших регіонах України (м. Миколаїв та м. Вінниця).

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

Література:

1. Земцова В. Валеологічні аспекти теорії фізичного виховання / В. Земцова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2007. – № 3. – С. 59–63.
2. Круцевич Т. Физическое воспитание как социальное явление / Т. Круцевич, В. Петровський // Наука в олимпийском спорте. – 2001. -- № 3. – С. 3–15.
3. Макущенко І., Пристинський В. Освітньо-валеологічна спрямованість фізичного виховання учнів молодшого віку / І. Макущенко, В. Пристинський // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 1. – С. 45–48.
4. Микитчик О. Комплексна методика формування постави у дітей 10–12 років. Парадигма здорового способу життя: духовні та фізичні компоненти / О. Микитчик // Збірник наук. статей II Міжнар. наук.-теорет. конферен. кафедри соц.-гуман. дисциплін. Київ, 19–20 березня 2010 р. [Уклад. Ю. О. Тимошенко]. – К. : НУФВСУ, 2010. – С. 116–123.
5. Сутула В. О. Здоров'я школярів як соціально-педагогічна проблема / В. О. Сутула, М. М. Кочуєва, Т. С. Бондар // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. – 2010. – № 17 (204). – С. 295–305.
6. Пешкова О. В. Комплексний підхід до фізичної реабілітації хлопчиків 12–14 років при кіфотичній поставі / О. В. Пешкова, О. М. Авраменко, О. В. Мітько // Слобожанський науково-спортивний вісник: наук.-теорет. журн. – Харків : ХДАФК, 2008. – № 4. – С. 130–135.
7. Українські школярі стали більше хворіти. – Режим доступу. – <http://www.intv-inter.net>.
8. Федоров А. Двигательная активность в структуре здорового стиля жизни подростков / А. Федоров, С. Шарманова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 2. – С. 103–107.