



Сергій Руденко,
м. Київ, Україна

УДК 616-053.2:613.95:371.7.+362.76

ЖИТТЄВА АКТИВНІСТЬ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА СТАН ПСИХОЛОГО-ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Проведен анализ видов жизненной активности школьников с учетом региональных особенностей развития детей школ г. Киева и г. Луцка, показано влияние фактора на формирование психолого-физических особенностей развития детей школьного возраста.

Ключевые слова: *школьники, жизненная активность, формирование личности, отклонения, здоровье, профилактика, влияние.*

The analysis of the types life activity was conducted in school children of schools in Kiev and Lutsk. It was shown the influence of factors on the formation of psycho - physical characteristics of school-age children and condition of health children school ages.

Key words: *school children, vitality, personality formation, defections, health, prophylactics, the impact.*

Реформування системи сучасної освіти супроводжується ускладненням навчальних програм, запровадженням новаторських педагогічних технологій, які можуть виявляти часто негативний вплив на стан здоров'я учнів [4].

Динаміка формування стану здоров'я дитини, майже на 50% залежить від способу та умов життя, у тому числі на 21–27% – від умов та організації навчального процесу у загальноосвітніх навчальних закладах [3].

Значну увагу цим питанням приділяють педіатри США. Недарма, за поданням R. M. Barros [7], члени Американської педіатричної академії висловили думку, що кожна дитина заслуговує на те, щоб враховувати і розвивати її унікальний потенціал з урахуванням факторів, що заважають її оптимальному розвитку.

Більш важливою умовою підтримання фізичного та нервово-психічного благополуччя учнів постає повноцінна психологічна адаптація до оточення школи, під якою мають на увазі пристосування до дії сукупності розумових, емоційних та фізичних навантажень, як зв'язаних, так і не зв'язаних навчально-виховним процесом та збереження життєвої активності учня. Відхилення у психофізіологічному статусі учнів є причиною виникнення дезадаптаційних порушень, зниження рівня життєвої активності та соматичних захворювань, що створюють ускладнення при засвоєнні навчальної програми, та формують порушення нормального росту та розвитку дитини [1, 6].

Зниження рівня життєвої активності може призвести до формування синдрому хронічної втоми. Хронічна втома – це стан, за якого імунна система дитини набуває такої толерантності, що стає беззахисною перед різними вірусно-бактеріальними агентами та виникненням швидкої втоми, слабкості, в'ялості, недостатку енергії, апатії. Як наслідок, у дітей порушується пам'ять, здатність вирішувати завдання, з'являється безсоння, тремор рук, неспокій та безпричинні страхи. Якщо не прийняти своєчасних заходів, це може призвести до психологічних відхилень і, навіть, хронічних захворювань. Несвоєчасне розпізнавання характеру та природи відхилень, відсутність індивідуально-корегуючих програм призводять не тільки до хронічного відставання у засвоєнні шкільної програми, а й до порушень психосоціального розвитку дитини та різних форм відхилень у поведінці [5].

Групою вчених з Великої Британії під керівництвом Margaret May було проведено широке дослідження, з визначення варіантів (фенотипів) синдрому хронічної втоми з превалюванням певних синдромів. Учені виявили синдром хронічної втоми у 69,4% [8]. Тому висвітленню проблематики збереження життєвої активності дітей шкільного віку приділяється сьогодні значна увага вчених.



Матеріали і методи. Реєстрація даних, первинна статистична обробка вад особистісного розвитку, дефектів розвитку пріоритетів, тест Варга-Століна, соціометричні показники, зокрема, показники соціально-комунікативних здібностей, та життєвої та соціальної активності було проведено з використанням ДПК «Універсал 3.43», автор В. О. Киричук [2]. Дослідження проведено на базі Київської гімназії № 34 – задіяно 527 дітей, та Луцької гімназії № 4 – 583 дитини середнього та старшого шкільного віку.

Вплив на формування якісних показників здоров'я учнів та вплив на його показники соціальних та психологічних чинників у процесі навчання оцінювався шляхом парної та багатофакторної математичної кореляції.

Аналіз отриманих даних проведено з використанням статистичного пакету SPSS 20 версії. При виконанні монофакторного аналізу кількісних даних було визначено середні значення або медіани в залежності від виду розподілу значень змінної. Для монофакторного аналізу якісних даних були обчислені частки значень.

Завдання порівняння двох генеральних сукупностей з нормальним розподілом кількісних значень виконувалася за двостороннім критерієм Стьюдента. При несиметричному розподілі значень кількісні дані двох незалежних вибірок порівнювалися за допомогою критерію Ман-Уїтні. Критичний рівень значущості становив 0,05. В обох випадках було обчислено 95 % довірчий інтервал різниці значень. Порівняння якісних даних у двох незалежних вибірках здійснено з використанням критерію узгодженості Пірсона хі-квадрат. За наявності 5-ти та менше значень в одній із груп спостережень використовувався точний критерій Фішера. При аналізі 4-клітинкових таблиць взаємної спряженості було обчислено відношення перехресних добутоків, тобто, відношення шансів, що характеризує міру відносного ризику. Для відношення шансів також обчислювалися 95 % довірчі інтервали.

Визначення остаточних значень відношення шансів здійснювалося за допомогою логістичної регресії методом зворотного виключення незалежних змінних, що мали незначущі значення відношення шансів.

Результати дослідження.

Важливим показником рівня соціального комфорту дитини є життєва активність. Відомо, що життєва активність – це здатність особистості виступати збудником змін у зовнішньому і власному внутрішньому світі (на відміну, коли джерелом є зовнішній стимул). Вона є фундаментальною властивістю живого і виступає критерієм відмінності живої матерії від неживої [2].

Розрізняють 9 видів життєвої активності дитини шкільного віку:

1) дозвільно-ігрова, 2) фізично-оздоровча, 3) художньо-образна, 4) предметно-перетворювальна, 5) навчально-пізнавальна, 6) соціально-комунікативна, 7) громадсько-корисна, 8) національно громадянська, 9) духовно-катарсична.

Характеристика особливостей життєвої активності учнів може дати медичним працівникам можливість виявлення преморбідних станів у дітей. Зниження рівня життєвої активності може бути індикативною ознакою наявності грізного соціального фактору впливу на створення ситуації дисбалансу функціонування фізіологічних систем організму дитини.

Дозвільно-ігровий вид життєвої активності характеризується через якість використання вільного часу для відновлення власних сил, подорожі, гри, перегляду художніх і науково-популярних фільмів, відвідування театру, концертів, де активність спрямована на відтворення енерго-інформаційного потенціалу людини. Нами було вивчено стан дозвільно-ігрового виду життєвої активності учнів двох регіонів, дані якої показано у таблиці 1.

Як видно, лише 14,6% дітей нами було віднесено до високого рівня дозвільно-ігрової активності, а показники 33% дітей відповідали низькому рівню цього виду життєвої активності.

Загальновідомим є те, що надзвичайно велике значення має стан фізично-оздоровчої активності дитини. Проявами цього виду життєвої активності є фізичні вправи,



загартовування, спорт, гігієна тіла тощо. При вивченні цього виду життєвої активності ми встановили наявність достовірної різниці показників двох груп. (див. табл. 2.)

Таблиця 1

Характеристика стану дозвільно-ігрового виду життєвої активності учнів

Параметр	Одиниці виміру	Київ (n=527)	Луцьк (n=583)	Всього (n=1110)	Р
Дозвільно-ігрова, n (%)	низька	145 (27,2)	214 (36,8)	359 (32,6)	0,001*
	середня	283 (53,8)	303 (52,0)	586 (52,8)	
	висока	99 (18,8)	64 (11,1)	163 (14,6)	

*Різниця статистично достовірна при $p < 0,05$

Таблиця 2

Характеристика фізично – оздоровчої життєвої активності учнів

Параметр	Одиниці виміру	Київ (n=527)	Луцьк (n=583)	Всього (n=1110)	Р	ВШ (95 % ДІ)
Фізично-оздоровча, n (%)	низька	129 (23,8)	190 (32,6)	319 (28,7)	0,001*	0,65 (0,50; 0,84)
	середня	297 (56,9)	310 (53,3)	607 (54,8)		
	висока	101 (19,3)	82 (14,1)	184 (16,5)		

*Різниця статистично достовірна при $p < 0,05$

З приведених даних видно, що лише 16,5% дітей від загального масиву було віднесено до групи з високою активністю, а – 28,7% дітей мали низький рівень фізично-оздоровчої активності. Це вказує на негативні тенденції формування мотиваційного потенціалу до занять фізичними вправами та оздоровчими заходами. Це, як відомо, призводить до збільшення факторів ризику розвитку хвороб під впливом гіподинамії.

Більш високі показники цього виду життєвої активності у дітей м. Києва є відображенням позитивного впливу більш вираженого рейтингового середовища, що сформовано в умовах мегаполіса.

Ще одним важливим видом життєвої активності учнів є художньо-образна. Вона виражається через заняття музикою, вокалом, театром, образотворчим мистецтвом, поезією. Цей вид життєвої активності виступає способом самовираження власного «Я» через: емоційно-почуттєву, когнітивну та вольову сферу, реалізацію творчого потенціалу особистості. При вивченні художньо-образного виду життєвої активності учнів ми не виявили достовірної різниці у прояві цього виду життєвої активності у дітей двох груп. (табл. 3)

Таблиця 3

Характеристика художньо-образного виду життєвої активності учнів

Параметр	Одиниці виміру	Київ (n=527)	Луцьк (n=583)	Всього (n=1110)	Р	ВШ (95 % ДІ)
Художньо-образна, n (%)	низька	188 (35,7)	212 (36,4)	400 (36,0)	0,822*	0,97 (0,76; 1,24)
	середня	236 (44,7)	278 (47,8)	514 (46,3)		
	висока	103 (19,6)	92 (15,8)	195 (17,6)		

*Різниця статистично достовірна при $p < 0,05$

Проте, нами встановлено наявність низької питомої ваги групи з високим рівнем художньо-образної активності для дітей у загальному масиві – 17,3%. Низький рівень художньо-образної життєвої активності було встановлено у 36,0% випадків. Загальний масив дітей з



низьким рівнем художньо-образної активності є резервом для психолого-педагогічної активізації роботи з дітьми в умовах навчального та позашкільного навчального закладу.

Особливої значущості для реалізації особистості в сучасних умовах має предметно-перетворювальний вид життєвої активності дітей шкільного віку. Предметно-перетворювальна активність виражається через заняття дитиною різьбленням, ліпленням, робототехнікою, вишиванням, малюванням тощо, де активність виступає засобом перетворення предметів навколишнього фізичного світу і є засобом розвитку творчих здібностей. При проведенні порівняльного аналізу предметно-перетворювального виду життєвої активності дітей груп порівняння ми встановили достовірну різницю у формуванні цього виду життєвої активності дітей (див. табл. 4).

Таблиця 4

Характеристика предметно-перетворювального виду життєвої активності учнів

Параметр	Одиниці виміру	Київ (n=527)	Луцьк (n=583)	Всього (n=1110)	Р	ВШ (95 % ДІ)
Предметно-перетворювальна, n (%)	низька	246 (46,7)	178 (30,5)	424 (38,2)	0,000*	1,99 (1,56; 2,54)
	середня	231 (43,8)	359 (61,6)	590 (53,2)		
	висока	50 (9,5)	46 (7,9)	96 (8,6)		

*Різниця статистично достовірною при $p < 0,05$

Особливої уваги заслуговує низький рівень предметно-перетворювального виду життєвої активності учнів. У загальному масиві група дітей низьким рівнем предметно-перетворювальним видом життєвої активності учнів більш ніж у 4 рази переважала групу дітей з високим рівнем цього виду життєвої активності.

За даними досліджень встановлено, що розвиток креативності та успішність засвоєння навчальної програми залежить від рівня навчально-пізнавального виду життєвої активності дітей [2]. Навчально-пізнавальна активність учня виражається у реалізації пошуку нової інформації та здатності її опрацювання, та, зокрема, засвоєння шкільної програми, знань про природу, науку суспільство. Предметом реалізації цього виду активності виступають нові знання, вміння та навички. При проведенні порівняльного аналізу науково-пізнавального виду життєвої активності дітей груп порівняння не встановлено достовірну різницю між дітьми 1 та 2 групи (див. табл. 5).

Таблиця 5

Характеристика навчально-пізнавального виду життєвої активності учнів

Параметр	Одиниці виміру	Київ (n=527)	Луцьк (n=583)	Всього (n=1110)	Р	ВШ (95 % ДІ)
Навчально-пізнавальна, n (%)	низька	141 (26,8)	183 (31,4)	324 (29,2)	0,106	0,80 (0,62; 1,03)
	середня	296 (56,2)	292 (50,1)	589 (53,0)		
	висока	89 (17,0)	108 (18,5)	197 (17,7)		

*Різниця статистично достовірною при $p < 0,05$

Рівень навчально-пізнавального виду життєвої активності учнів, без сумніву, впливає на стан здоров'я дітей. Нами проведено дослідження в результаті якого було встановлено залежність між рівнем академічної успішності дітей шкільного віку, станом здоров'я та психологічного комфорту. В результаті дослідження звертає на себе увагу значна перевага питомої ваги дітей з низьким рівнем навчально-пізнавального виду життєвої активності учнів у порівнянні з високим рівнем (відповідно 29,6 % та 17,7 %).

Навчально-пізнавальний вид життєвої активності стоїть в основі самого сенсу перебування дитини в умовах загальноосвітнього навчального закладу. При достатній активізації



цього виду життєвої активності дитина потрапляючи в зону психолого-соціального комфорту, в умовах напруженого навчального процесу отримує більше шансів для збереження здоров'я. Встановлена наявність резерву активізації цього виду життєвої активності є, без сумніву, значним резервом в арсеналі профілактичних програм охорони здоров'я в умовах навчання.

Важливим видом життєвої активності для дітей шкільного віку в умовах навчального процесу є громадсько-корисний вид життєвої активності. Предметом цього виду активності є турбота, спрямована на задоволення потреб та інтересів, в т.ч. класного колективу, загальноосвітнього навчального закладу. Реалізуючи себе як особистість по відношенню до соціуму, дитина, без сумніву, працює над розв'язанням індивідуальних проблем, комплексів. Відповідно отримання зворотної позитивної енергії позитивно впливає на емоційний стан дитини і, як наслідок, сприяє зміцненню здоров'я в цілому. Вказаний вид життєвої активності може бути одним із індикаторів формування розвитку навичок соціальної комунікації, допомагаючи дитині виходити зі стану замкнутості та відторгнутості. В умовах проведення нашого дослідження, ми встановили закономірність розподілу дітей масивів порівняння за рівнями розвитку цього виду життєвої активності (див. табл. 6.)

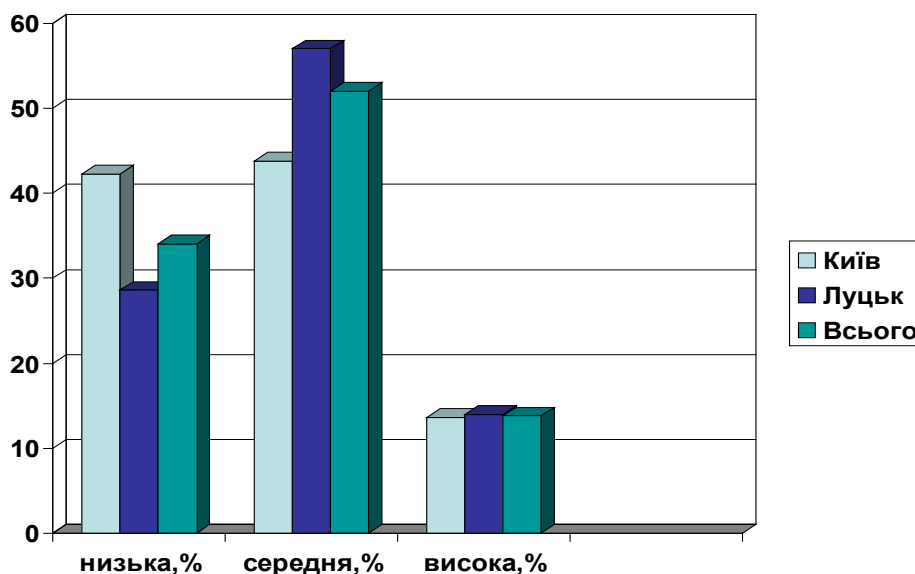
Таблиця 6

Характеристика громадсько-корисного виду життєвої активності учнів

Параметр	Одиниці виміру	Київ (n=527)	Луцьк (n=583)	Всього (n=1110)	P	ВШ (95 % ДІ)
Громадсько-корисна, n (%)	низька	225 (42,6)	167 (28,6)	392 (35,3)	0.000*	1,83 (1,43; 2,34)
	середня	230 (43,8)	335 (57,4)	565 (51,0)		
	висока	72 (13,6)	81 (14,0)	153 (13,8)		

*Різниця статистично достовірна при $p < 0,05$

З таблиці 6 видно, що існує достовірна різниця у проявах громадсько-корисного виду життєвої активності учнів м. м. Києва і Луцька. У групі дітей м. Луцька встановлена наявність більш високої питомої ваги дітей з низьким рівнем прояву цього виду життєвої активності, що може бути пояснено більш високим рівнем соціальних процесів та енерго-інформаційного оточення в умовах мегаполіса. Інтенсивність громадських, соціальних процесів мимоволі провокує дітей звертати на цей вид життєвої активності більшу увагу та, як наслідок, отримувати більш високу інтенсивність його прояву (див. мал. 1).



Мал. 1. Порівняльний аналіз громадсько-корисного виду життєвої активності учнів Києва і Луцька



Встановлено, для двох груп високий рівень громадсько-корисного виду життєвої активності більше ніж втричі нижчий показників з низьким рівнем життєвої активності. Активізація цього виду життєвої активності може стати резервом у засобах проведення профілактичної роботи в умовах навчального процесу.

Важливим напрямом життєвої активності учнів є духовно-катарсичного виду життєвої активності учнів. Предметом цього виду життєвої активності свідомо виступає її суб'єкт, спрямований на самопізнання, самооцінку, встановлення відповідних морально-психологічних правил, як інструкції для гармонійного психофізичного існування в соціумі. Порухення психологічної рівноваги через невідповідність індивідуального стилю поведінки, відхилень у моралі, наявності стану агресивного лідерства, або, навпаки, відторгнутості, спустошеності може призвести до психологічних відхилень та різних органічних захворювань [2] (див. табл. 7.)

Таблиця 7

Характеристика духовно-катарсичного виду життєвої активності учнів

Параметр	Одиниці виміру	Київ (n=527)	Луцьк (n=583)	Всього (n=1110)	P	ВІП (95 % ДІ)
Духовно-катарсична, n (%)	низька і нижче середнього	206 (39,0)	140 (24,5)	336 (30,3)	0,000*	1,96 (1,53;2,53)
	середня та висока	321 (61,0)	443 (75,5)	774 (69,7)		

*Різниця статистично достовірна при $p < 0,05$.

Встановлено наявність достовірної різниці між показниками духовно-катарсичного виду життєвої активності учнів 1 та 2 групи. Цей вид життєвої активності був достовірно більш високим у дітей м. Луцька, що може бути ознакою більш високого рівня духовного розвитку, формування моралі та більш якісних етичних норм відношення до соціуму. Встановлення на рівні 69,7% дітей, що віднесено до групи з високим рівнем духовно-катарсичного виду життєвої активності може бути ознакою оптимістичних перспектив формування морально-психологічного клімату в майбутньому України.

Таким чином, стан життєвої активності дітей шкільного віку виявляє специфічний вплив на формування психолого-фізичного розвитку особистості дитини шкільного віку. Параметри життєвої активності мають бути враховані при побудові програм індивідуального медичного та психолого-педагогічного супроводу.

Використані літературні джерела

1. Арзикулов А. Ш. Некоторые особенности психоэмоциональных реакций школьников [Текст] // Соц. и клин. Психиатрия / А. Ш. Арзикулов. – 2004. – № 14 (1). – С. 52–57.
2. Киричук В. О. Проектування та психолого-педагогічний супровід розвитку обдарованості: Монографія [Текст] / В. О. Киричук. – К. – 2012. – с. 273.
3. Мошчич П. С. Стан здоров'я дитячого населення в Україні та шляхи його покращання [Текст] // Проблеми медицини / П. С. Мошчич, –1998. –№ 1(1). – С. 24–25.
4. Неділько В. П., Камінська Т. М., Руденко С. А., Пінчук Л. П. Стан фізичного здоров'я дітей шкільного віку та шляхи його підвищення [Текст] // Перинатология и педиатрия, – 2009. – № 2. – С. 72–74.
5. Полька Н. С. Гігієнічне забезпечення оптимальних умов життєдіяльності дітей – основа збереження їх здоров'я [Текст] // Матеріали до «круглого столу». «Сучасна загальноосвітня школа та репродуктивне здоров'я» / Н. С. Полька. – К., 2003. – С. 22–23.
6. Тухтаева О. Т., Алимов А. В., Каримова М. Н. Психофизиологическое состояние школьников на переходных этапах обучения [Текст]// Педиатрия / О. Т. Тухтаев и др., – 2011. – Том 90. – № 2. – С. 131–134.



7. *Barros R. M., Silver E. J., Stein E. K.* School Recess and Group Classroom Behavior. *Pediatrics.* – 2009. – № 123. – p.431–436.
8. *Neurol J. Neurosurg.* – Psychiatry. – Arch. Dis. Child tascientific. ru.

Bibliography

1. *Arzykulov A. Sh.* Некоторые особенности психоэмоциональных реакции школьников [Text] // *Sots. y klyn. Psykhyatryya / A. Sh. Arzykulov.* – 2004. – № 14 (1). – S. 52–57.
2. *Kyrychuk V. O.* Proektuvannya ta psykholoho-pedahohichnyy suprovid rozvytku obdarovanosti: Monohrafiya [Text] / V. O. Kyrychuk. – K. – 2012. – s. 273.
3. *Moshchych P. S.* Stan zdorovya dytyachoho naseleण्या v Ukrayini ta shlyakhy yoho pokrashchannya [Text] // *Problemy medytsyny / P. S. Moshchych,* –1998. – 1(1). – S.24–25.
4. *Nedilko V. P., Kaminska T. M., Rudenko S. A., Pinchuk L. P.* Stan fizychnoho zdorov"ya ditey shkilnoho viku ta shlyakhy yoho pidvyshchennya [Text] // *Perynatolohyya y pedyatryya,* – 2009. – № 2. – S. 72–74.
5. *Polka N. S.* Hihiyenichne zabezpechennya optimalnykh umov zhyttyediyalnosti ditey – osnova zberezhenya yikh zdorovya [Tekst] // *Materialy do «kruhloho stolu». «Suchasna zahalnoosvitnya shkola ta reproduktyvne zdorovya» / N. S. Polka.* – K., 2003. – S. 22–23.
6. *Tukhtaeva O. T., Alymov A. V., Karymova M. N.* Psykhofyzyolohycheskoe sostoyanye shkolnykov na perekhodnykh yetapakh obuchenyya [Text]// *Pedyatryya / O. T. Tukhtaev y dr.,* – 2011. – Tom 90. – 2. – S. 131–134.
7. *Barros R. M., Silver E. J., Stein E. K.* School Recess and Group Classroom Behavior. *Pediatrics.* – 2009. – 123. – r.431–436.
8. *Neurol J. Neurosurg.* – Psychiatry. – Arch. Dis. Child tascientific. ru.