

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
КАФЕДРА НАУК ПРО ЗДОРОВ'Я

Шепелла Гретта Лайшовна

**ФАКТОРИ, ЩО ФОРМУЮТЬ РІВНІ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ У
ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ, ЯКІ ПРОЖИВАЮТЬ У СІЛЬСЬКІЙ
МІСЦЕВОСТІ**

Науковий керівник
Брич Валерія Володимирівна
к. мед. н., доцент

Ужгород 2022

Актуальність дослідження

- ❖ В останні роки спостерігається погіршення здоров'я дітей шкільного віку, а в сільських загальноосвітніх школах – тенденція до збільшення чисельності спеціальних медичних груп, в результаті чого гостро постає проблема контролю за станом здоров'я, запобігання та зниження захворюваності дитячого населення сільської місцевості
- ❖ В результаті посилення загрозливих тенденцій зниження рівня здоров'я серед населення посилення фізичної активності повинні виступати ефективним засобом профілактики захворювань. Проте наявна інфраструктура для розвитку спорту та відпочинку більшості сільських, селищних рад не відповідає сучасним вимогам і не може задовольнити потреби населення.
- ❖ Одним зі способів покращення ситуації може стати формування здорового способу життя дітей з посиленням одного з найважливіших компонентів – фізичної активності

Актуальність дослідження

- ❖ Поширені недоліки втручання щодо фізичної активності вказують на те, що складні основні механізми змін ще не повністю зрозумілі, а рівні фізичної активності дітей сільської місцевості можуть формуватися під впливом багатьох факторів
- ❖ Актуальною проблемою є пошук і наукове обґрунтування таких інтервенцій громадського здоров'я щодо посилення фізичної активності, особливо в селі, які б враховували особливості дітей, їх розвитку, соціального середовища та відповідали українському менталітету та сучасним світовим тенденціям.
- ❖ Саме тому для розробки інтервенцій громадського здоров'я для вказаної цільової групи слід визначити основні прогностичні чинники формування її фізичної активності

Рекомендації ВООЗ до фізичної активності дітей різного віку

Для дітей віком до 5 років:

- до 1 року фізичну активність кілька разів на день різними способами принаймні 30 хвилин у положенні лежачи (час на животі)
- Діти 1-2 років щонайменше 180 хвилин різноманітним видам фізичної активності будь-якої інтенсивності, включаючи фізичну активність середньої та високої інтенсивності, розподілену протягом дня
- Діти 3-4 років щонайменше 180 хвилин різноманітним видам фізичної активності будь-якої інтенсивності, з яких щонайменше 60 хвилин — це фізична активність від середньої до високої інтенсивності, розподілена протягом дня

Дітям та підліткам віком 5-17 років:

- виконувати в середньому 60 хвилин на день фізичної активності середньої та високої інтенсивності, переважно аеробної, протягом тижня
- включати аеробні навантаження високої інтенсивності, а також ті, що зміцнюють м'язи та кістки, принаймні 3 дні на тиждень
- обмежити кількість часу, проведеного в сидячому положенні, особливо час відпочинку за екраном



Фактори, що впливають на формування фізичної активності у дітей шкільного віку

соціально-економічні умови перебування

**доступність елементів спортивної
інфраструктури та багатофункціональної
інфраструктури відпочинку**

**індивідуальні психологічні та функціональні
особливості організму дітей**

**організація фізичного виховання в закладах
освіти**

рівень культури



Фактори, що мотивують:

- ✓ поради та особистий приклад батьків, друзів;
- ✓ сформована звичка виконання фізичних вправ;
- ✓ вплив закладу освіти, вихователя, педагога з фізичного виховання;
- ✓ різноманіття форм інформаційно-просвітницьких заходів;
- ✓ промоція фізичної активності за допомогою популярних серед дітей інформаційно-комунікаційних каналів.

На фізичний стан дитини значною мірою впливають стосунки в родині:



- ✓ взаємини між батьками, їхня поведінка, спосіб життя,
- ✓ соціально-побутові умови,
- ✓ ставлення до дитини, розуміння її проблем,
- ✓ характер занять з дитиною.

В останні роки дедалі більшого впливу набувають соціальні медіа та віртуальні контент-спільноти, які формують переконання та поведінку дитячого населення, в тому числі в частині здорового способу життя.

Регіональне та соціальне середовище

Визначаючи рівні фізичної активності дітей та фактори, що їх зумовлюють, необхідно враховувати умови їхньої життєдіяльності **у конкретному регіональному та соціальному середовищі.**

Це потребує вивчення та аналізу чинників:

→ природно-
кліматичних

→ інфраструктурних

→ соціальних

→ економічних

→ культурних

→ психологічних

→ освітніх

→ сімейних

→ комунікаційних

Мета дослідження:

Дослідити фактори, що впливають на формування рівнів фізичної активності дітей шкільного віку, які проживають у сільській місцевості та на їх основі сформулювати рекомендації щодо покращення рівнів

Завдання дослідження:

- Дослідити та узагальнити інформацію з вітчизняних та іноземних науково-методичних джерел щодо рівня фізичної активності дітей, які проживають у сільській місцевості та фактори, що впливають на їх формування.
- Розробити план та поетапну програму дослідження, підготувати методологічний інструментарій для проведення дослідження.
- Дослідити та провести аналіз рівнів фізичної активності дітей шкільного віку, які проживають у сільській місцевості різних районів.
- Дослідити та провести аналіз факторів, які позитивно та негативно впливають на рівні формування фізичної активності дітей.
- Узагальнити результати дослідження та розробити на їх основі рекомендації щодо покращення рівнів фізичної активності дітей шляхом впливу на фактори, що їх формують.

Об'єкт дослідження

Діти шкільного віку, які проживають в сільській місцевості, та їхнє навколишнє середовище (соціальне, природне, технологічне)

Предмет дослідження

Фактори, що впливають на формування рівнів фізичної активності дітей шкільного віку, які проживають в сільській місцевості

Методи дослідження:

- 1) **Системний підхід та системний аналіз** – на всіх етапах дослідження для оцінки проблеми з врахуванням всіх аспектів системного підходу
- 2) **Бібліосемантичний** – для вивчення та узагальнення інформації з вітчизняних та іноземних наукових джерел щодо рівнів фізичної активності та факторів, які впливають на їх формування в дітей шкільного віку, які проживають у сільській місцевості.
- 3) **Соціологічний метод** - з метою отримання інформації шляхом опитування дітей сільської місцевості та інших визначених цільових груп (батьків, членів родини, вчителів та ін.)
- 4) **Медико-біологічний** - метод шкал, дослідження дітей шляхом проходження попередньо підготовлених шкал.
- 5) **Статистичний метод** – для проведення математичної обробки даних, отриманих в результаті дослідження.
- 6) **Графічний метод дослідження** – метод для наочного зображення отриманих результатів.
- 7) **Метод експертних оцінок** – з метою оцінки розроблених рекомендацій щодо покращення рівнів фізичної активності дітей.

Наукова новизна:

будуть представлені детальні дослідження проблеми формування рівнів фізичної активності дітей під впливом факторів сучасного сільського середовища та науково обґрунтовані способи вирішення проблеми шляхом формування та розробки рекомендацій на основі результатів проведеного дослідження

Теоретичне значення:

доповнення вже наявної теорії щодо формування рівнів фізичної активності дітей шкільного віку детальною інформацією про фактори, які на це впливають у сільському середовищі.

Практичне значення:

На основі результатів дослідження будуть розроблені методичні рекомендації щодо покращення рівнів фізичної активності дітей, які проживають в сільській місцевості, шляхом впливу на фактори, які безпосередньо пов'язанні з їх формуванням

Програма дослідження

Для досягнення поставленої мети дослідження та виконання завдань поставлених перед дослідженням, програма попередньо складатиметься з **5 етапів**

I етап



Вивчити та узагальнити інформацію з вітчизняних та іноземних наукових-методичних джерел щодо факторів формування рівнів фізичної активності дітей шкільного віку, які проживають у сільській місцевості.

II етап



Вибір найбільш актуальних, сучасних та на даний час з найбільшим рівнем інформативності методів дослідження

Програма дослідження

III етап



Полевий етап дослідження, полягатиме у використанні соціологічного методу та методу шкал – для дослідження рівнів фізичної активності школярів та факторів, які безпосередньо впливають на їх формування

IV етап



Аналіз та обґрунтування результатів дослідження, подання у графічному вигляді для наочної презентації та написання наукової роботи.

V етап



Формування на основі результатів дослідження практичних рекомендацій щодо покращення рівня фізичної активності дітей, які проживають у сільській місцевості



Дякую за увагу!