



Результативність методик оцінки рівня здоров'я студентів

¹Невелика А.В., ²Сутула О.В., ¹Зелененко Н.О.

¹Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

²СДЮСШОР ХО ФСТ «Україна», м. Харків, Україна

DOI: [https://doi.org/10.15391/prrht.2020-5\(3\).05](https://doi.org/10.15391/prrht.2020-5(3).05)

Анотація. Мета: У статті представлені результати оцінки рівня здоров'я студентів першого курсу Національного фармацевтичного університету. **Матеріал і методи:** Було обстежено 188 студентів (141 – дівчина, 47 - хлопців) першого року навчання. В ході дослідження визначався рівень здоров'я за різними методиками: методика Я.С. Вайнбаума, методика О.А. Пирогової, оцінка рівня соматичного здоров'я за Г.Л. Апанасенко. У всіх досліджуваних визначалися зріст, маса тіла, динамометрія, життєва ємність легень, частота серцевих скорочень, артеріальний тиск, індекс Руф'є та відповідні індекси (індекс маси тіла, життєвий індекс, силовий індекс, подвійний добуток). **Результати:** проведені нами дослідження підтвердили інформацію науковців про середній рівень здоров'я студентської молоді України. **Висновки:** Результати досліджень свідчать про те, що рівень здоров'я студентів першого курсу за методикою О.А. Пирогової у дівчат знаходиться на «середньому та вище середньому рівні», а у хлопців цей показник знаходиться на «вище середньому рівні». За методикою Г.Л. Апанасенко, рівень здоров'я студенток знаходиться на «середньому рівні», а у хлопців цей показник знаходиться на «нижче середньому та середньому рівні». За методикою Я.С. Вайнбаума рівень здоров'я студентів знаходиться на II ступені здоров'я.

Ключові слова: рівень здоров'я, студенти, силовий індекс, індекс маси тіла, життєвий індекс, вага, частота серцевих скорочень, артеріальний тиск.

Вступ. Аналіз спеціальної літератури свідчить про те що, 90% студентів мають серйозні відхилення в стані здоров'я, 50% і більше знаходяться на диспансерному обліку та рівень більш ніж 50% студентської молоді, які навчаються у вищих навчальних закладах, не відповідають середньому рівню державного стандарту фізичної підготовленості (Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня, В.А. Шаповалова, В.М. Вовк) [3, 7].

Товкун Л.П., Царьова М.П. у своїх дослідження, також відмічають, що лише у 1,14% досліджуваних студентів визначено високий рівень соматичного здоров'я і у 10,23% досліджуваних – рівень вище середнього. У більшості студентів (39,77%) – середній і нижче середнього (25%) рівні соматичного здоров'я [11]. Низка авторів, А.В. Романюк, Н.І. Рега, І.Я. Господарський, Кочина М.Л., Біла А.А., Кулик Н. А., Гудим С.В. вказують на погіршення стану здоров'я під час навчання у вищому навчальному закладі [2,6].

Аналіз наукових робіт О.А. Томенко і С.А. Лазоренко показало, що показники фізичного здоров'я студентської молоді знаходиться на не задовільному рівні. Так, 95% юнаків та 99% дівчат мають низький та нижче середнього рівні фізичного здоров'я, що сходиться з нашими даними. В ході проведення дослідження Довгань Н.Ю., теж констатує, що 60,9% юнаків та 62,8% дівчат мають низький та нижче за середній рівні фізичного здоров'я. Порівняння власних досліджень із результатами досліджень плеяди авторів (К.П. Мелега, М.І. Кляп, С.Ф. Чорей, В.М. Азаренков, А.В. Азаренков, К.Е. Безух, В.В. Чистяков, В.Ю. Волков, С.Н. Кучкин, В.В. Чистяков, І.О. Асаулюк, А.А. Дяченко, Г.В. Толчевої) свідчить, що значна кількість показників функціонального стану студентів знаходиться в основному на незадовільному рівні [1,4,5,10].

Розглядаючи основні складові здоров'я та вже обґрунтовані фахівцями підходи щодо його покращення, виявили, що одним із перспективних напрямків вирішення цієї нагальної проблеми є розробка результативних методик оцінювання рівня здоров'я, які б змогли допомогти розробити раціональне та ефективне використання систем фізичних вправ у процесі фізичного виховання студенток вищих навчальних закладів.

Мета дослідження – метою нашого дослідження було порівняти та виявити результативність різних методик оцінки рівня здоров'я студентів першого курсу Національного фармацевтичного університету (НФаУ).



Методи та організація дослідження. В статі надані данні показників рівня здоров'я студентів першого курсу в Національному фармацевтичному університеті. В ході дослідження було обстежено 188 студентів (141 – дівчина, 47 - хлопців) НФаУ першого року навчання. В ході обстеження використовувалися загальноприйняті методики оцінки рівня здоров'я студентів: методика Я.С. Вайнбаума, методика О.А. Пирогової, оцінка рівня соматичного здоров'я за Г.Л. Апанасенко. Для цього у всіх досліджуваних визначалися антропометричні (зріст, маса тіла, динамометрія), фізіологічні (життєва ємність легень, частота серцевих скорочень, артеріальний тиск) показники, також, індекс Руф'є, індекс маси тіла, життєвий індекс, силовий індекс, подвійний добуток [4,8,9,10].

Результати дослідження та їх обговорення. Результати аналізу дослідження свідчать про те, що рівень фізичного здоров'я у хлопців за методикою О.А. Пирогової краще ніж у дівчат. Так, рівень здоров'я у хлопців знаходиться на «вище середньому рівні» та становить 76,6%, а у дівчат цей показник ставить лише 34%. З таблиці 1 видно, що у більшості дівчат рівень здоров'я знаходиться на «середньому рівні» - 48,9%, а у хлопців цей показник становить – 17%. 2,1% дівчат мають «нижче середній рівень», а у хлопців цей показник становить – 6,4%. Цікавий факт, що 17% дівчат мають «високий рівень здоров'я».

Таблиця 1

Експрес-оцінка прогнозування рівня фізичного здоров'я за методикою О.А. Пирогової

Дівчата N=141	Рівень фізичного стану	Діапазон значень	Хлопці N=47
-	Низький	0,375 та менше	-
2,1%	Нижче середнього	0,376-0,525	6,4%
48,9%	Середній	0,526-0,625	17%
34%	Вище середнього	0,676-0,825	76,6%
17%	високий	0,826 та вище	-

Результати експрес-оцінки рівня соматичного здоров'я за Г.Л. Апанасенко показав, що «високого рівня здоров'я» у хлопців не має, а у дівчат він складає 8,5%. Більшість дівчат (65,9%) та хлопців (48,9%) мають «середній рівень». З таблиці 2, також видно, що рівень здоров'я «нижче середнього» більше у хлопців (27,6%), а у дівчат цей показник становить (2,1%). «Низький рівень» мають 1,4% дівчат та 12,7% хлопців (табл.2). «Високий рівень» здоров'я спостерігається тільки у дівчат 8,5%.

Таблиця 2

Експрес-оцінка рівня соматичного здоров'я за Г.Л. Апанасенко

Дівчата N=141	Рівень здоров'я	Сума балів	Хлопці N=47
1,4%	Низький	<5 і	12,7%
2,12%	Нижче середнього	6-9	27,6%
65,9%	Середній	10-14	48,9%
21,9%	Вище середнього	15-18	10,6%
8,5%	високий	19 і >	-

Результати оцінки здоров'я за методикою Я.С. Вайнбаума, свідчить про те, що 12,7% студенток та 6,4% студентів мають I ступень здоров'я. А це свідчить про те, що у цих студентів високий рівень здоров'я і вони не потребують ніяких рекомендацій щодо підвищення свого здоров'я. Більшість студентів мають II ступень здоров'я, так 73% дівчат та 59,6% хлопців. II ступень свідчить про те, що цим студентам необхідна консультація у спеціаліста з урахуванням найгірших у нього показників. III ступень здоров'я у дівчат становить 14,2%, а у хлопців 34%. Це свідчить про те, що їм необхідно провести поглиблене медичне обстеження.



Таблиця 3

Оцінка рівня здоров'я за методикою Я.С. Вайнбаума

Дівчата N=141	Ступень здоров'я	Сума балів	Хлопці N=47
12,7%	I	0-1	6,4%
73%	II	2-3	59,6%
14,2%	III	3	34%

Висновки

1. Проведені нами дослідження підтвердили інформацію багатьох вчених про середній рівень здоров'я студентів університетів України. Так, за методикою Я.С. Вайнбаума, 59,6% хлопців та 73% дівчат мають II ступень здоров'я, а це відповідає середньому рівню. 34% хлопців та 14,2% дівчат мають не задовільний стан здоров'я.
2. Рівень соматичного здоров'я за методикою Г.Л. Апанасенко показало схожі дані. Так, у хлопців знаходить на «середньому рівні» - (48,9%) та «нижче середньому рівні» - (27,6%). У дівчат, цей показник краще. Він знаходиться на «середньому рівні» - 65,9% та «вище середнього» - 21,9%. Також, у дівчат спостерігається і «високий рівень» - 8,5%, а у хлопців цього показника немає.
3. Експрес-оцінка прогнозування рівня фізичного здоров'я за методикою О.А. Пирогової показала наступні дані. 76,6% хлопців мають рівень здоров'я «вище середнього», а у дівчат цей показник становить – 34%. «Середній рівень» мають 48,9% дівчат, а у хлопців цей показник становить лише 17%. «Високий рівень здоров'я» спостерігається тільки у дівчат – 17%.
4. Узагальнюючі результати проведеного дослідження, можна зробити висновок, що рівень здоров'я за різними методиками коливається від «нижче середнього» до «вище середнього».

Перспективи подальших досліджень полягає у перевірці інформативності та результативності інших методик оцінки рівня здоров'я. Та в подальшому, розробка комплексної методики оцінки рівня здоров'я.

Список використаної літератури

1. Azarenkov V.M., Azarenkov A.V. Riven zdorovia uchnivskoi ta studentskoi molodi sumshchyny ta problema yoho zberezhenia. III Vseukrainska naukovo-praktychna konferentsiia; 2017; Kharkiv: 12-18.
2. Yeremenko N, Kovalova N, Bobrenko S. Suchasni pidhodi do formuvannya kulturi zdorov'ya studentiv u procesi fizichnogo vihovannya. Fizichna kultura, sport ta zdorov'ya natsiyi: zbirnik naukovih prac. 2019; 7(26): 57–63.
3. Krutsevich T.Yu., Bezverhnyaya G.V. Rekreatsiya u fizichniy kulturi riznih grup naseleण्या [Recreation in physical culture of different population groups]: nauk. posibnik,. K.: Ollmp. I-ra, 2010: 248 p.
4. Korol SA. Ocinka stanu somatichnogo zdorov'ya ta fizichnoyi pidgotovlenosti studentiv i kursu tehnicnih specialnostej. Pedagogika, psihologiya ta medikobiologichni problemi fizichnogo vihovannya i sportu. 2014; 11: 9-23.
5. Meleha K.P., Kliap M.I., Chorei S.F. Zdorovia naseleण्या: tendentsii ta prohnozy. ZDOROVla NATsII. 2018; № 4/1 (53): 7-12.
6. Romaniuk A.V., Reha N.I., Hospodarskyi I.Ia. Otsinka stanu zdorovia ta rivnia fizychnoho rozvytku studentiv luts'koho bazovoho medychnoho koledzhu medsestrynstvo. 2019; № 4: 4-6.
7. Pro zatverdzhennya Derzhavnoyi tsilovoyi sotsialnoyi programi rozvitku fizichnoyi kulturi i sportu na period 2020 roku [About the approval of the state target social program for the development of physical culture and sports for the period of 2020]: Postanova Kabinetu Ministriv Ukrayini vid 01.03.2017 r., no. 115. K., KMU, 2017.
8. Tamozhanska G.V. Metodichni osnovi kilkisnoyi otsinki rivnya zdorov'ya, fizichnogo stanu ta riziku viniknennya zahvoryuvan studentiv 1-2 rokiv navchannya [Methodical foundations of quantitative assessment of the level of health, physical condition and risk of occurrence of diseases of students 1-2 years of study]: metod. rek. dlya vkladachiv fizichnogo vihovannya. H.: NFaU, 2019, 48 p.;
9. Tamozhanska G.V., Myatiga E.N., Goncharuk N.V. Pokazniki funktsionalnogo stanu sistem organizmu studentok universitetu [Indicators of the functional state of the body systems of university students]. Fizichna kultura, sport ta zdorov'ya natsiyi: naukovih prats. Zhitomir: Vid-vo ZhDU Im. I. Franka, 2018, 6(25): 231-238.; Furman Yu.M. Zavdannya do laboratornih roblt zi sportivnoyi meditsini [Tasks for laboratory work on sports medicine] (Navchalno-metodichniy posibnik). Vinnitsya: DOV „Vinnitsya”, 2007, 56 p.
10. Tamozhanska H.V., Nevelyka A.V., Zelenenko N.O., Kobzar S.L. Porivnialnyi analiz pokaznykiv fizychnoho rozvytku ta rivnia zdorovia studentok I ta II kursu. Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Fizychna kultura. 2018; Vypusk 30:100-106.



11. Tovkun L.P., Tsarova M.P. Otsinka rivnia somatychnoho zdorovia studentiv Pereiaslav-khmelnytskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Hryhoriia skovorody. «Molodyi vchenyi». Ver., 2017; 9.1 (49.1): 167-170.
12. Furman Yu.M. Zavdannya do laboratornih roblt zi sportivnoyi meditsini [Tasks for laboratory work on sports medicine] (Navchalno-metodichnyi posibnik). Vinnitsya: DOV „Vinnitsya”, 2007, 56 p.
13. Konovalenko, O.K., & Orshatska, N.V. (2020). Involvement of physically inactive students in classes physical culture and sports, as a way of forming a healthy way of life on the example of students of Kharkiv National University of Radio Electronics. *Fizicna Reabilitacia ta Rekreativno-Ozdorovci Tehnologii*. 5(1), 97-100. [https://doi.org/10.15391/prrht.2020-5\(1\).14](https://doi.org/10.15391/prrht.2020-5(1).14)
14. Shchelkunov, A.O., Lebedeva, A.S., & Maiboroda, S.S. (2019). Forms of increasing the need-based motivation of students' motor activity for classes based on different levels of physical education options. *Fizicna Reabilitacia ta Rekreativno-Ozdorovci Tehnologii*. 4(2), 26-31. [https://doi.org/10.15391/prrht.2019-4\(2\).04](https://doi.org/10.15391/prrht.2019-4(2).04)

Effectiveness of methods of assessing students' health level

A.V. Nevelyka¹, O.V. Sutula², N.O. Zelenenko¹

¹National Pharmaceutical University, Kharkiv, Ukraine

²Youth and Youth Sports School "Ukraine", Kharkiv, Ukraine

Abstract. Purpose: The article presents the results of the assessment of the health level of first-year students of the National Pharmaceutical University. **Material and methods:** 188 students (141 - girls, 47 - boys) of the first year of study were examined. In the course of the study, the level of health was determined using various methods: the method of J.S. Weinbaum, the method of O.A. Pyrohova, evaluation of the level of somatic health according to G.L. Apanasenko. Height, body weight, dynamometry, vital lung capacity, heart rate, blood pressure, Ruffier index and corresponding indices (body mass index, vital index, strength index, double product) were determined in all subjects. **Results:** our research confirmed the information of scientists about the average level of health of student youth in Ukraine. **Conclusions:** The results of research indicate that the health level of first-year students according to the method of O.A. Pirogovova for girls is at the "average and above average level", and for boys this indicator is at the "above average level". According to the method of G.L. Apanasenko, the level of health of female students is at the "average level", and for boys this indicator is at the "below average and average level". According to the methodology of J.S. Weinbaum, the health level of students is on the II degree of health.

Key words: health level, students, strength index, body mass index, vital index, weight, heart rate, blood pressure.

Відомості про авторів

Невелика Анастасія Василівна (Nevelyka Anastasia)

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
викладач кафедри фізичної реабілітації та здоров'я,
Національний фармацевтичний університет
м. Харків, Україна

orcid.org/0000-0001-6459-8564

E-mail: anastasianevelika89@gmail.com

Сутула Ольга Василівна (Sutula Olga)

мастер спорту з бадмінтону, тренер секції з бадмінтону,
СДЮСШОР ХО ФСТ «Україна»
м. Харків, Україна.

orcid.org/0000-0001-6927-3987H;

e-mail: lelek_sutula@rambler.ru

Зелененко Наталія Олександрівна (Zelenenko Natalia)

старший кафедри фізичної реабілітації та здоров'я
Національний фармацевтичний університет
м. Харків, Україна.

orcid.org/0000-0003-3777-1071;

E-mail: zelik0204@ukr.net