УДК 371.72:616-036.88

СМЕРТЬ УЧНІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ: АНАЛІЗ ПРИЧИН

Ольга РЯБУХА, Віра БУДЗИН

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. У статті наведено дані щодо оцінювання рівня фізичного здоров'я дітей і підлітків та проаналізовано такі ймовірні причини їх раптової смерті на уроках фізичної культури у школі як гіподинамія, гіпокінезія, наслідки щеплень, гіпертрофічна кардіоміопатія, інфекція, віддалені наслідки радіоактивного опромінення. Обговорено основні причини погіршення здоров'я дітей та підлітків.

Ключові слова: учні, смертність, уроки фізичної культури, рівень фізичного здоров'я, захворюваність, рухова активність.

Постановка проблеми. Здоров'я є не тільки найбільшою цінністю кожної окремої особи – воно має величезну суспільну вартість і слугує індикатором сукупного здоров'я, добробуту й морально-етичних пріоритетів суспільства [14, 15, 16]. Оскільки індивідуальне здоров'я є підґрунтям формування суспільного здоров'я, воно повинно стати тією базою, на якій можливе формування, розвиток і зростання усіх соціально-економічних надбань суспільства [3]. Разом з тим стан індивідуального й детермінованого ним суспільного здоров'я нині в Україні є незадовільним [4]. Особливу увагу дедалі привертає незадовільний стан здоров'я учнівської молоді, серед якої усе частіше виникають випадки раптової смерті на уроках фізичного виховання у школі [10, 13].

Аналіз останніх досліджень. Останніми роками як в засобах масової інформації, так і в наукових виданнях спостерігається зростання інформації про погіршення стану здоров'я дітей шкільного віку. Показник очікуваної тривалості життя при народженні в нашій країні нестримно зменшується, а загальний коефіцієнт смертності зростає, що дає підстави стверджувати, що в Україні сформувалась і триває демографічна криза [5]. Стан депопуляції потенціює суттєве погіршення показників здоров'я молоді [6]. Так, за даними В.О. Сутули та співавторів за останні 10 років захворюваність серед дітей шкільного віку зросла на 26,8%, високий рівень фізичного здоров'я виявлено лише у 0,32% юнаків і дівчат, рівень вищий зі середній – у 4,18%, середній рівень – у 27%, тим часом як рівень нижчий за середній – у 27%, а низький рівень фізичного здоров'я – у 48,8%. Автори зазначають, що загальна захворюваність учнів загальноосвітніх шкіл України становить 64 – 71%, різноманітні відхилення у стані фізичного і психічного здоров'я мають до 90% школярів [12]. Разом з тим здоровий спосіб життя ще не став пріоритетним ні у школярів, ні в їхніх батьків. Здебільшого батьки мало обізнані з реальним станом здоров'я своїх дітей. Навіть знаючи про наявність у ньому певних відхилень, вони не інформують про це шкільного лікаря, не слідкують за дотриманням дітьми режиму дня. Водночас впровадження нових навчальних програм та загальне поширення комп'ютеризації призвели до того, що учні значно перевищують час, призначений на приготування домашніх завдань, комп'ютерних ігор чи перебування соціальних мережах, а час, призначений для рухової активності, прогулянок на свіжому повітрі, відпочинку, нічного сну постійно скорочується [1]. Зі зменшенням кількості дитячих спортивних закладів уроки фізичної культури у школі для більшості дітей стали чи не єдиною формою фізичної активності [11]. Разом з тим упродовж останніх шести років під час навчального процесу на уроках фізичної культури в школі в нашій країні сталося 14 нещасних випадків зі смертельним наслідком. Аналогічні випадки трапляються і в сусідніх пострадянських державах (Республіка Білорусь, Російська Федерація). Так, керівник департаменту медико-соціальних проблем сім'ї, материнства і дитинства Міністерства охорони здоров'я і соціального захисту РФ О. Шарапова повідомила, що за рік у школах Росії на уроках фізичної культури внаслідок раптової зупинки серця гинуть від 6 до 12 учнів [13].

Мета та завдання дослідження. За матеріалами наукових публікацій ознайомитись з даними вчених про стан здоров'я учнівської молоді та проаналізувати основні причини раптової смерті учнів на уроках фізичного виховання.

© Рябуха О., Будзин В., 2012

Методи дослідження. Теоретичний аналіз науково-методичної літератури.

Виклад основного матеріалу. Аналізуючи причини та ситуації виникнення трагічних випадків на уроках фізкультури, можна виокремити таке. Найчастіше такі випадки трапляються в дітей підліткового віку. Водночас підлітковий період – це час інтенсивної перебудови діяльності усіх функціональних систем організму. Так, активізація гіпофіза та щитоподібної залози посилює процеси обміну в організмі, активізує процеси збудження в нервовій системі, яка стає чутливішою до подразнень, особливо тих, що відбуваються в самому організмі. Суттєво (у 1,5 рази) зростає маса тіла, маса міокарда та його об'єм збільшуються у 2 рази, натомість діаметр судин залишається малим. Це призводить до того, що серце у випадку підвищеного фізичного чи психічного навантаження не спроможне постачати необхідну кількість крові до різних ділянок організму, наприклад до мозку, а нервовий апарат, що регулює серцеву діяльність підлітків, не завжди може адекватно реагувати на ситуацію, що виникла. Найлегшими наслідками такого стану є швидка втомлюваність, погана витривалість до фізичних навантажень. Навіть у цілком здорового підлітка зовнішні провокуючі чинники можуть спровокувати порушення серцевого ритму. У тяжких випадках може розвинутися серцева недостатність або й раптова зупинка серця. З другого боку, різноманітні серцеві вади, які не були своєчасно діагностовані, можуть перебігати безсимптомно, без скарг. Раптова смерть на уроці фізкультури може бути пов'язана з гіпертрофічною кардіоміопатією – вродженою, генетично детермінованою патологією, характерною рисою якої є наявність потовщення внутрішньошлуночкової перетинки або стінки одного зі шлуночків (частіше лівого) [7, 9].

Однією з імовірних причин раптової смерті учнів на уроках фізкультури вчені вважають наслідки вакцинації. Так, у наказі МОЗ України №48 від 03. 02. 2006р. зазначається, що гостра серцева недостатність може розвинутись упродовж найближчих 72 годин після щеплення проти кору, багряниці (краснухи), паротиту, вітряної віспи, гепатиту Б, застосування вакцин АКДС, АаКДБ, АДБ. Така причина крововиливу, як тромбоцитопенія, може настати терміном до 31 доби після щеплення АКДС, АаКДБ, АДБ та від 4 до 15 діб після щеплення проти кору, багряниці, паротиту, вітряної віспи; також це може бути одним із ускладнень щеплення проти грипу [6].

Ще однією ймовірною причиною раптової смерті школярів може бути інфекція [6]. Золотистий стафілокок, який часто є причиною тонзиліту, ангіни, отиту, або ж супроводжує карієс, унаслідок антигенної спорідненості має велику тропність до міокарда – саме він є частою причиною виникнення міокардитів. Потрапивши через лімфатичні шляхи і венозну систему в порожнини серця, збудник викликає ендокардит, який з часом може спричинити формування емболів, зокрема тромбоемболів, які можуть призвести до закупорки гілок церебральних чи кардіальних судин. Наслідки тромбозу залежать від діаметра закупореної судини та резервних можливостей ураженого органа (серце чи мозок).

Доволі вагомою причиною раптової смерті учнів на уроках фізкультури можуть бути і віддалені наслідки впливу незначних доз радіоактивного опромінення. Після катастрофи на Чорнобильській АЕС, яка за масштабами радіаційного забруднення стала найбільшою екологічною катастрофою сучасності, спостерігається виразна і стійка тенденція до погіршення стану здоров'я населення України, зокрема дітей та підлітків. За даним МОЗ України, якщо у 1987 – 1988 рр. здоровими було визначено 44,7% дорослого населення і 53% дитячого населення, то вже 1994 року ці показники зменшилися відповідно до 23% і 27%. На сьогодні в жителів радіаційно забруднених територій значно (у 10–15 разів) зросла захворюваність ендокринної системи, частішають випадки онкопатології щитоподібної залози в дітей. Особливо негативних змін зазнало здоров'я дітей, чиї батьки були ліквідаторами аварії на ЧАЕС, або особи, які були опромінені в період внутрішньоутробного розвитку чи під час дитячого/підліткового віку зазнали комбінованого опромінення радіоізотопами йоду й цезію. Хоча вплив малих доз радіації, зокрема її відтерміновані наслідки для організму, особливо дитячого, вивчені ще недостатньо, в дитячого контингенту, який мешкає на теренах, що постраждали від Чорнобильської катастрофи, стійко діагностується зниження імунітету, анемія, гіподинамія [8].

Одним із чинників погіршення здоров'я дітей, а отже, і ймовірною причиною їх раптової смерті під час фізичних чи психічних навантажень може бути й промислова забрудненість території проживання, а також кількісно та якісно неповноцінне харчування [2].

Таким чином, проведений аналіз поглядів учених на досліджувану проблему показав її велике суспільне значення. Разом з тим питання залишається недостатньо вивченим і потребує подальшого різнопланового моніторингу фахівцями різних профілів – педагогів, спеціалістів з фізичного виховання і спорту, лікарів.

Висновки.

1. Трагічні випадки на уроках фізичної культури у школі зумовлені широким спектром об'єктивних і суб'єктивних причин.
2. Незадовільний стан здоров'я учнівської молоді мусить спонукати батьків уважно ставитися до здоров'я своїх дітей: самим дотримуватися здорового способу життя й виховувати в дітей його навички, підтримувати тісні контакти з сімейним лікарем із питань стану здоров'я дітей, інформувати шкільних лікарів про його зміни.
3. Уроки фізичної культури в загальноосвітніх школах призначені виконувати оздоровчу функцію – зменшувати явища гіподинамії й гіпокінезії, поліпшувати адаптаційні можливості організму, сприяти його фізичному розвиткові. Саме тому рівень та інтенсивність фізичних навантажень повинні бути індивідуальними для кожної дитини і відповідати не тільки її загальній фізичній підготовленості, але й враховувати захворювання, проведені профілактичні щеплення, самопочуття в день уроку.

Перспективи подальшого дослідження вбачаємо в детальній розробці засобів підвищення рівня фізичного здоров'я школярів.

Список літератури

1. Актуальні питання охорони материнства і дитинства в Україні [Електронний ресурс] / Р. О. Моісеєнк. – Режим доступу : http: // medexpert.org.ua / modules / myartieles / article storyid 526. html
2. *Варвянский С. М.* Зависимость здоровья людей от экологических факторов / С. М. Варвянский // Фізична культура, спорт і здоров'я нації : зб. наук. пр. II Міжнар. наук.-практ. конф. – Вінниця, 1996. – Ч.2. – С. 24 – 26.
3. Стан здоров'я населення України та забезпечення надання медичної допомоги : аналіт.-стат. зб. / Ю. О. Гайдаєв, В. М. Коваленко [та ін.]. – К., 2007. – 97 с.
4. *Давидович І. Є.* Медико-соціальні аспекти проблеми здоров'я населення України [Електронний ресурс] / Давидович І. Є. – Режим доступу : http://novosti:mif–ua.com/archive/issue–3961/article–4009/
5. Демографічна ситуація та рівень здоров'я населення України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://www.enrolab/ua/encyclopedia/565/43837/
6. Заклади охорони здоров'я та захворюваність населення України у 2010 році : стат. бюл. – К. : Державний комітет статистики України, 2011. – 89 с.
7. *Завацький В. І.* Фізіологічна характеристика розвитку організму школярів : навч. посіб. / В. І. Завацький. – Луцьк : Надстир'я, 1994. – С. 36 – 54.
8. *Завацький В. І.* Соціальні та медико-біологічні особливості життєдіяльності дітей і дорослого населення, які постраждали внаслідок аварії на Чорнобильській АЕС : монографія / В. І. Завацький. – Луцьк : Надстир'я, 1994. – С. 36 – 67.
9. *Ильин А.* Особенности подросткового возраста / А. Ильин // Здоровье ребят. – № 22. – С. 12 – 13.
10. *Купчишин О. Ю.* Смерть учнів на уроках фізичного виховання: постановка проблеми / О. Ю. Купчишин, О. І. Рябуха // Здоровий спосіб життя : зб. наук. ст. – Л., 2011. – Вип. 59. – С. 21 – 25.
11. *Приступа Є.* Завищені нормативи чи слабкі діти? [Електронний ресурс] / Євген Приступа // Дзеркало тижня. – 2011. – № 9. – Режим доступу : http: // dt.ua/articles/7719/

12. *Сутула В. О.* Здоров'я школярів як соціально-педагогічна проблема [Електронний ресурс] / В. О. Сутула, Т. С. Бондар, М. М. Кочуєва. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua /portal/doc.Lum/Vluch/Ped/2010.17.02/49.paf

13. *Терехов А*. Физкульт-инфаркт. Почему российские школьник всё чаще гибнут во время уроков [Электронный ресурс] // Алексей Терехов, Дарья Окунева, Ольга Раганова. – Режим доступа : http://www.uwizv.ru/razdel/2005–10–04/5/

14. *Barabasz Z.* Kultura fizyczna w europejskich szkołach wyższych / Barabasz Z., Obodyński K. // Akademicka kultura fizyczna na przełomie stuleci. –Warszawa : AZS ZG, 2009. – T. 1. – s.41-50.

15. *Zadarko E.* Ocena aktywności i sprawności fizycznej słuchaczy / E. Zadarko, Z. Barabasz // Problemy kultury fizycznej i zdrowotnej w ujęciu holistyczno-humanistycznym. – Rzeszow : Wyd. Uniwersytetu Rzeszowskiego, 2009. – S.149-156.

16. *Barabasz Z.* Nabór, selekcja i system szkolenia w sporcie wyczynowym dzieci i młodzieży / Barabasz Z., Zadarko E. // Wybrane zagadnienia z teorii sportu: Prace nauk.-dydakt., zeszyt. – Krosno: PWSZ, 2009. – S. 42.

СМЕРТЬ УЧЕНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: АНАЛИЗ ПРИЧИН

Ольга РЯБУХА, Вера БУДЗЫН

Львовский государственный университет физической культуры

Аннотация. В работе приводятся данные оценки уровня физического здоровья детей и подростков и анализируются такие возможные причины их внезапной смерти на уроках физической культуры в школе, как гиподинамия, гипокинезия, последствия вакцинаций, гипертрофическая кардиомиопатия, инфекция, отдалённые последствия радиоактивного облучения. Обсуждаются основные причины ухудшения состояния здоровья детей и подростков.

Ключевые слова: учащиеся, смертность, уроки физической культуры, уровень физического здоровья, заболеваемость, двигательная активность.

CHILD ON DEATH AT PHYSICAL CULTURE LESSONS : THE ANALYSIS OF ITS REASONS

Olga RYABUKHA, Vira BUDZYN

Lviv State University of Physical Culture

Annotation. The level of children and teenagers` physical conditioning is analyzed. The reasons of sudden death, caused by hypodynamia, hypokinesia, vaccination effects, hypertrophic cardiomyopathy, infection, radiation level are studied. The main factors of children`s and teenagers` health deterioration are considered.

Key words: children, death, physical culture lessons, physical conditioning level, motor activity.