

## СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗБЕРЕЖЕННЯ ФУНКЦІЇ ЗОРОВОГО АНАЛІЗАТОРА В УМОВАХ ВИШІВ

Володимир Худий, Зоряна Коритко

*Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна*

Відомо, що порушення роботи зорового аналізатора – одного з головних аналізаторів у людському організмі, який отримує майже 95% усієї інформації про зміни довкілля, – знижує працездатність і спричиняє низку рухових порушень та психологічних відхилень [3].

Останнім часом на зоровий апарат значно збільшилося навантаження, особливо в учнівської молоді, внаслідок тотальної комп'ютеризації, постійного користування смартфонами та іншими гаджетами [1].

Дані наукової літератури свідчать, що кількість короткозорих дітей, які закінчують школу, становить від 20 до 30%. Водночас основна маса робіт присвячена вродженим проблемам зору. Разом з тим останнім часом суттєво збільшився відсоток студентів із набутими вадами зору [1, 2, 4].

Отже, дослідження проблеми ставлення студентів вишів до збереження функції зорового аналізатора є вчасним та актуальним.

**Мета** нашої роботи – проаналізувати літературні дані про стан зорового аналізатора в учнівської та студентської молоді та вивчити ставлення студентів до збереження функції зорового аналізатора в умовах вишу.

Для досягнення мети було поставлено такі **завдання**:

1. Проаналізувати сучасну літературу про стан зорового аналізатора у школярів та студентів вишів.

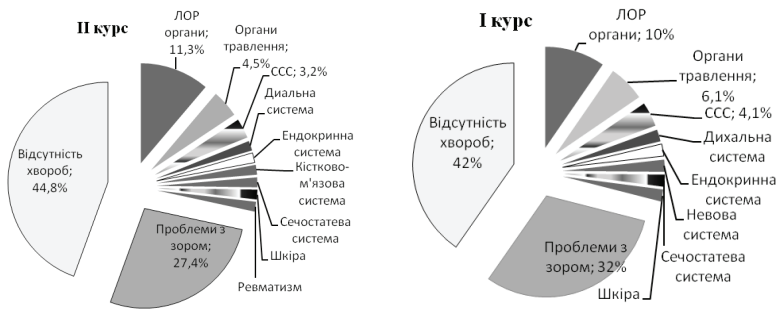
2. Розробити анкету для вивчення стану здоров'я студентів, зокрема стану здоров'я зорового аналізатора, і провести анкетування студентів Львівського державного університету фізичної культури (ЛДУФК).

3. Порівняти дані літератури та результати анкетування студентів ЛДУФК про їхнє ставлення до проблем із захворюванням очей, щоб виявити причини та удосконалити методи профілактики порушень роботи зорового аналізатора засобами фізичної терапії та ерготерапії.

**Методи та організація дослідження.** Проведено анонімне анкетування серед 142 студентів I та II курсів ЛДУФК, які навчаються за неспортивними спеціальностями (I курс – готельно-ресторанна справа, n=70, і II курс –

реабілітація,  $n=72$ ) з можливістю коректного порівняння результатів наших досліджень з науковими даними. Запитання анкети стосувалися стану здоров'я студентів і, зокрема, стану зорового аналізатора, способу життя, умов праці, а також рівня обізнаності в питаннях гігієни зору та профілактики захворювань очей. Результати статистично опрацьовано з використанням програми SPSS11.

**Результати досліджень та їх обговорення.** З анкетування студентів ЛДУФК встановлено, що на I курсі 58% студентів мали відхилення у стані здоров'я (різноманітні соматичні захворювання становили 26%, а проблеми із зоровим аналізатором – 32%) (рис. 1А).



**Рис. 1. Частота виявлення патологій (%) серед студентів ЛДУФК, які навчаються на I курсі (А) і на II курсі (Б)**

Такий самий розподіл виявлених проблем зі здоров'ям спостерігали серед студентів II курсу (27,8% студентів мали різноманітні соматичні захворювання, а 27,4% – порушення зору) (рис. 1Б).

Зокрема, частка соматичних захворювань у студентів ЛДУФК була нижчою, ніж у наукових даних, а частка проблем із станом зорового аналізатора майже удвічі перевищувала [2], що, очевидно, пов'язано з тим, що молодь останнім часом приділяє більшу увагу здоровому способу життя [5], тому за кількістю загальних соматичних патологій спостерігається тенденція до скорочення. Водночас станві зорового аналізатора не приділено достатньої уваги.

Результати анкетування свідчать, що стан зорового аналізатора пов'язаний зі способом життя студентів, зокрема зі заняттям фізичною культурою. Студенти II курсу мають менші проблеми з зором (32% – у студентів I курсу і 27,4% – у студентів II курсу), оскільки більше, ніж студенти I курсу,

роблять профілактику зору і 95% з них фізично активні, а студенти I курсу лише на 66% охоплені заняттями з фізичної культури.

Отримані дані переконливо свідчать про необхідність удосконалити методи профілактики порушень роботи зорового аналізатора, зокрема засобами фізичної терапії.

### **Список використаних джерел**

1. Вадзюк С. Н. Вплив роботи за персональним комп'ютером на гостроту зору, контрастну чутливість та кольоровідчуття у дітей старшого шкільного віку з еметропічною рефракцією / С. Н. Вадзюк, Уляницька Н. А. // Український медичний альманах. – 2011. – Т. 14, № 6. – С. 36–37.
2. Пилипей Л. П. Актуальність теорії функціонування зорового аналізатора в руслі проектування системи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів / Л. П. Пилипей // Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2008. – № 8. – С. 21–26.
3. Психолого-педагогічний супровід дітей з порушеннями зору та слуху / за ред. Л. С. Вавіної. – Київ : Науковий світ, 2009. – 168 с.
4. Худий В. Наукове підґрунтя відновлення зору за допомогою вправ за теорією Бейтса / В. Худий, З. Коритко // День студентської науки : зб. тез доп. за результ. наук. конф. студ. ЛДУФК. – Львів, 2016. – С. 87–88.
5. Influence of functional condition of visual sensory system on motive preparedness of school-age children / Azhippo A. Yu., Shesterova L. Ye., Maslyak I. P. [et al]. // Journal of Physical Education and Sport. – 2017. – Vol. 17(4). – P. 2519–2525.