

EXPERIMENTÁLNÍ POHLEDY

УДК159.942:613.9(045)

ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ И ХАРАКТЕРА ТРЕВОЖНОСТИ
НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ 7–11 ЛЕТ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Т. В. Красноперова

*Кандидат биологических наук
старший научный сотрудник
Санкт-Петербургский
научно-исследовательский
институт физической культуры
г. Санкт-Петербург, Россия*

Г. З. Самигуллина

*Кандидат биологических наук, доцент
Международный
Восточно-Европейский институт
г. Ижевск, Республика Удмуртия, Россия*INFLUENCE OF THE LEVEL AND NATURE OF ANXIETY
ON THE STATE OF HEALTH OF 7–11 YEAR-OLD
PUPILS OF SECONDARY SCHOOL

T. V. Krasnoperova

*PhD, Senior Research Associate
St. Petersburg Research Institute of Physical
Culture, Saint Petersburg, Russia*

G. Z. Samigullina

*PhD, associate professor
International Eastern-European Institute
Izhevsk, The Republic of Udmurtia, Russia*

Abstract. This paper presents the results of the effect of the level and nature of anxiety associated with the school, on the health status of primary school age. The author describes the results of the experiment conducted among primary school students and their parents. The study has found a relationship between anxiety and health. These results indicate the need for psycho-correctional work to reduce school anxiety.

Keywords : level of anxiety; state of health of primary school pupils.

Введение. В статье показано, что патологические процессы в организме формируются в группе хронически тревожных детей и представляют собой результат срыва адаптации в наиболее востребован-

ных в образовательном процессе системах организма ребенка [1]. Относительная стабильность повышенного уровня тревожности младших школьников связана со страхами и переживаниями, возни-

кающими в ситуации школьного обучения, и имеет непосредственную связь с учителем [1; 2].

Появившееся в последние годы понятие «здоровьесберегающие» технологии предполагает консолидацию всех усилий школы, нацеленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья учащихся [2].

Поэтому проблема высокой школьной тревожности, как показателя эмоционального неблагополучия учащихся, накладывающего отпечаток не только на успешность

учебной деятельности, но и на состояние их физического здоровья, является актуальной.

Цель исследования: оценить влияние уровня и характера тревожности, связанной со школой, на состояние здоровья у детей младшего школьного возраста.

Результаты исследования. Были проведены исследования школьников начальных классов и их родителей в МОУ СОШ г. Ижевска (таблица 1).

Таблица 1

Количество участников анкетирования

Класс	Учащиеся	Родители
1 класс	0	20
2 класс	20	20
3 класс	20	20
4 класс	20	20
Итого	60	80

Для оценки уровня и характера тревожности выбрана методика теста школьной тревожности Филлипса [4], состоящая из 58 вопросов, которые предлагались учащимся индивидуально в письменном виде и инструкцией. С целью сравнительного анализа мнения родителей с мнением детей данный тест был адаптирован для родителей и тоже предлагался индивидуально в письменном виде с инструкцией.

Для сопоставления результатов уровня тревожности с состоянием здоровья учащихся у медицинских работников школы взята информация по группам здоровья и физкуль-

турным группам, хроническим заболеваниям учащихся.

При обработке и интерпретации результатов выделяли вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом (проявление тревожности).

По результатам анкетирования учащихся, родителей, данным медицинских работников школы проведен стандартный статистический анализ [3].

По данным медицинских работников школы наибольший процент учащихся 1–4 классов имеют врожденный порок сердца, заболевания центральной нервной системы и хронические заболевания почек. К

четвертому классу у учащихся в среднем имеются заболевания многих систем и органов. У учащихся первого класса отсутствуют хрони-

ческие заболевания желудка, но уже в четвертом классе выявлены дети с подобной патологией (таблица 2).

Таблица 2

Сведения о заболеваемости обучающихся 1–4 классов

Наименование заболеваний	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Врождённый порок сердца	1,54 %	3,51 %	2,86 %	3,34 %
ПМК (заболевания сердца)	0	1,75 %	0	1,67 %
Бронхиальная астма	0	3,51 %	0	3,34 %
Хронические заболевания желудка	0	1,75 %	0	1,67 %
Хронические заболевания почек	1,54 %	0	5,72 %	1,67 %
Заболевания ЦНС	3,08 %	3,51 %	0	3,34 %
Заболевания крови	0	0	0	3,34 %

С первого по четвертый класс наблюдается снижение количества детей, имеющих основную физкультурную группу и увеличение количества школьников с подготовительной и специальной физкультурными группами, что свидетельствует, об ухудшении состояния здоро-

вья детей на протяжении обучения в начальной школе (таблица 3). Среди второклассников выявлено наименьшее количество – с основной физкультурной группой и наибольшее – с подготовительной по сравнению с другими параллелями.

Таблица 3.

Физкультурные группы учащихся 1–4 классов

Физкультурные группы	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Основная	87,30 %	66,67 %	77,14 %	76,67 %
Подготовительная	11,10 %	33,33 %	20,00 %	20,00 %
Специальная	1,60 %	0	2,86 %	3,33 %

Анализируя оценку уровня и характера тревожности по выбранной методике теста школьной тревож-

ности Филлипса, установлено, что 15 % учащихся 2–4 классов имеют повышенный уровень общей тре-

возности, 10 % – высокий уровень общей тревожности. По параметрам лидируют такие факторы, как страх ситуации проверки знаний, проблемы и страхи в отношениях с учителями, страх самовыражения. Мнение родителей и детей совпадают. От 2 до 4 класса количество детей с повышенным и высоким уровнем тревожности увеличивается. Меньше всего таких учащихся в 3 параллели, что объясняется тем, что период адаптации к учебной деятельности к школе уже завершен, а до среднего звена еще есть время, но уже в 4 классе уровень тревожности резко возрастает. Следует отметить и положительный момент, что фактор фрустрации потребности в достижении успеха тревожит учащихся меньше всего, это говорит об отсутствии психологически неблагоприятного фона, не позволяющего детям достигать определенные результаты. По мнению родителей,

этот фактор тревожит их детей (4 место по значимости). Положительно и то, что среди 2-классников отсутствуют дети с высоким уровнем общей тревожности, а среди 3-классников – с высоким уровнем тревожности по переживанию социального стресса (таблицы 3, 4).

В результате проведения корреляционного анализа выявлена средняя отрицательная зависимость между уровнем общей тревожности и состоянием здоровья младших школьников.

Усиление неблагоприятного психологического фона, не позволяющего ребенку развить свои потребности, ведет к хроническим заболеваниям нервной системы и заболеваниям сердца.

Повышение уровня страха самовыражения приводит к наличию заболеваний желудочно-кишечного тракта, сердца, увеличению хронических заболеваний.

Таблица 3

Интерпретация результатов теста школьной тревожности Филлипса

	2 класс		3 класс		4 класс		2-4 класс	
	повышенный	высокий	повышенный	высокий	повышенный	высокий	повышенный	высокий
Общая тревожность	15%	0	5%	10%	25%	20%	15%	10 %
Переживание социального стресса	20%	15%	10%	0	25%	25%	23,30%	13,3 %

Фрустрация потребности в достижении успеха	25%	5%	5%	5%	30%	15%	20%	8,30 %
Страх самовыражения	40%	10%	40%	15%	25%	15%	35 %	13,3 %
Страх ситуации проверки знаний	50%	15%	30%	20%	45%	25%	41,60%	20%
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	25%	35%	20%	30%	15%	15%	20 %	26,60%
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	25%	30%	15%	5 %	25%	10%	21,60%	15 %
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	60%	10%	30%	10%	25%	35%	38,3 %	18,3 %

Таблица 4

Рейтинг факторов школьной тревожности

Рейтинг	Мнение учащихся	Мнение родителей
1	Страх ситуации проверки знаний	Проблемы и страхи в отношении с учителями
2	Проблемы и страхи в отношении с учителями	Страх ситуации проверки знаний
3	Страх самовыражения	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих
4	Переживание социального стресса	Фрустрация потребности в достижении успеха
5	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	Переживание социального стресса
6	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	Страх самовыражения
7	Фрустрация потребности в достижении успеха	Общая тревожность в школе
8	Общая тревожность в школе	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу

Заключение. Выявлено и оценено влияние уровня и характера тревожности, связанной со школой, на состояние здоровья у детей младшего школьного возраста. Установлено, что чем выше уровень общей тревожности, тем хуже состояние здоровья младших школьников, об этом факте свидетельствует анализ заболеваний учащихся и физкультурных групп. Полученные в ходе исследования сведения не только

обозначили уровень тревожности у детей начальных классов, но и определили участникам образовательного процесса дальнейшие пути снижения уровня тревожности и необходимости коррекционной психолого-педагогической работы.

Библиографический список

1. Гуров В. А. Тревожность и здоровье младших школьников // Вестник Томского государственного педагогического университета, № 4. – 2009. – С. 56–60.
2. Красноперова Т. В., Самигуллина Г. З., Калинин О. В. Влияние уровня тревожности на состояние здоровья учащихся начальных классов // Тезисы XV Российского национального конгресса «Человек и его здоровье». – СПб, 2010. – С. 190.
3. Лакин Г. Ф. Биометрия. – М. : Высшая школа, 1990. – 352 с.
4. [http://psycabi.net/testy/571-test-fillipsa-na-shkolnuyu-trevozhnost-metodika-](http://psycabi.net/testy/571-test-fillipsa-na-shkolnuyu-trevozhnost-metodika-diagnostiki-urovnya-trevozhnosti-po-filipsu)

[diagnostiki-urovnya-trevozhnosti-po-filipsu.](http://psycabi.net/testy/571-test-fillipsa-na-shkolnuyu-trevozhnost-metodika-diagnostiki-urovnya-trevozhnosti-po-filipsu)

Bibliograficheskiy spisok

1. Gurov V. A. Trevozhnost' i zdorov'e mladshih shkol'nikov // Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta, № 4. – 2009. – S. 56–60.
2. Krasnoperova T. V., Samigullina G. Z., Kalinichenko O. V. Vlijanie urovnja trevozhnosti na sostojanie zdorov'ja uchashtsih nachal'nyh klassov // Tezisy XV Rossijskogo nacional'nogo kongressa «Chelovek i ego zdorov'e». – SPb, 2010. – S. 190.
3. Lakin G. F. Biometrija. – M. : Vysshaja shkola, 1990. – 352 s.
4. [http://psycabi.net/testy/571-test-fillipsa-na-shkolnuyu-trevozhnost-metodika-diagnostiki-urovnya-trevozhnosti-po-filipsu.](http://psycabi.net/testy/571-test-fillipsa-na-shkolnuyu-trevozhnost-metodika-diagnostiki-urovnya-trevozhnosti-po-filipsu)

© *Красноперова Т. В.,
Самигуллина Г. З., 2016.*