

нарушения опорно-двигательного аппарата, таких как недостаточный уровень физической активности, длительные статические нагрузки, несоответствие рабочего места анатомо-физиологическим особенностям, ношение тяжелых ранцев.

2. Не все учителя в школе во время учебного процесса и родители дома используют меры, ориентированные на профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата.

3. Необходимы своевременное выявление нарушений осанки и проведение медицинских коррекционных мероприятий.

4. Необходимо исключение факторов риска в повседневной деятельности детей, а также гигиеническое обучение и воспитание детей, родителей и учителей, направленных на повышение гигиенической грамотности в вопросах профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата и формирования правильной осанки.

#### **Список литературы:**

1. Волков М.В. Детская ортопедия /М.В. Волков., В.Д.Дедова– М., 2012. – 240с.
2. Головкин А. Здоровье и гибкая спина /А. Головкин – М., 2011. - 105 с.
3. Кашуба В.А. Биомеханика осанки / В.А. Кашуба - Киев: Олимпийская литература, 2010. - 280с.
4. Ловейко И.Д. Лечебная физическая культура у детей при дефектах осанки, сколиозах и плоскостопии / И.Д. Ловейко– Л.: Медицина. - 2013. - 144 с.
5. Медведев Б. А. Сколиоз и остеохондроз: профилактика и лечение / Б. А. Медведев - Ростов н/д: Феникс, 2014. - 192 с.
6. Скоблин А.П., Деформация скелета у детей / А.П., Скоблин Рехмицкий А.Я.– М.: Медицина, 2012. - 48 с.

УДК 613.95

**Еряшева Т.С., Бабикова А.С.  
ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО  
СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ, ПОСЕЩАЮЩИХ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ШКОЛУ**

Кафедра гигиены и экологии  
Уральский государственный медицинский университет  
Екатеринбург, Российская Федерация

**Eryasheva T.S., Babikova A.S.  
FEATURES OF THE PSYCHOLOGICAL CONDITION OF  
CHILDREN VISITING THE SCHOOL**

Department of hygiene and ecology

Ural state medical university  
Yekaterinburg, Russian Federation  
E-mail: Tatyana.eryasheva.96@mail.ru

**Аннотация.** Для оценки психологического состояния детей были изучены уровни следующих видов тревожности: общая, школьная, межличностная и самооценочная, а также зависимость уровней тревожности от возраста и посещения дополнительных занятий. Наиболее высокие показатели всех видов тревожности имеются в 5 и 11 классах. Самые низкие показатели тревожности в 8 классе. Около половины учащихся (50 – 66,7%), посещающих и не посещающих дополнительные занятия, имеют нормальный уровень школьной тревожности. Уровень тревожности с посещением дополнительных занятий не связан.

**Annotation.** The levels of the following types of anxiety, were studied to assess the psychological state: general, school, interpersonal, and self-assessment; and the dependence of anxiety levels on age and attendance of extra classes. The highest rates of all types of anxiety are in grades 5 and 11. The lowest anxiety rates in grade 8. About half of the students (50–66,7%) who attend and do not attend extra classes have a normal level of school anxiety.

**Ключевые слова:** дети, тревожность школьников, шкала личностной тревожности, уровень тревожности.

**Key words:** children, school anxiety, personal anxiety scale, anxiety level.

### **Введение**

Увеличение числа «тревожных» детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью стало причиной того, что проблема тревожности – одна из наиболее актуальных. Тревожность, по мнению таких ученых, как А. М. Прихожан, А. И. Захаров, А. О. Прохоров, Ж. М. Глозман, В. В. Зоткина, В. В. Суворова, Л. И. Божович, имеет выраженную возрастную специфику. [1] Повышенная тревожность негативно сказывается не только на соматическом, но и на психологическом здоровье школьников: провоцирует развитие невротичности и депрессивных состояний. [3] У ребенка может возникнуть повышенное стремление к безопасности, а вследствие этого утрата решительности, инициативности, подавление собственной креативности и способности рисковать. Как правило, он начинает стремиться не к успеху, а к избеганию неудач: в ситуации выбора или в процессе деятельности школьник выбирает заведомо заниженные цели и задачи, не стремится к самореализации и успешности (успеваемость в таком случае снижается). Падает энергетический потенциал ребенка. Результатом, как правило, становится отсутствие полной реализации личности в обучении, равно как и других областях жизни. В связи с этим один из важнейших факторов повышения эффективности учебной деятельности школьников является создание психологически благоприятного климата и соответствующих условий

обучения. А.И. Захаров отмечает, что в страхе и в тревоге есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства, т.е. в обоих понятиях отображено восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности.[2]

**Цель исследования** – оценить уровень тревожности школьников в зависимости от возраста и занятости в дополнительных секциях.

#### **Материалы и методы исследования**

Для изучения характера тревожности школьников и измерения степени субъективной неприятности различных конкретных ситуаций была использована шкала личностной тревожности А.М. Прихожан. Всего в исследовании приняло участие 57 школьников. Критерием включения в выборку, являлось обучение детей в общеобразовательной школе в 5, 8 и 11 классах, так как эти классы отличаются наиболее высокой интенсивностью обучения. Получено информированное согласие родителей на анкетирование. Все персональные данные были обезличены. Также был использован опрос о посещении секций и кружков для выявления связи состояния повышенной тревожности и посещения дополнительных занятий. Значимость различий оценивалась при помощи Хи-квадрат для независимых выборок. Для сравнения уровня тревожности в зависимости от посещения дополнительных занятий использовалась процедура стандартизации по возрасту.

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

По результатам обследования учеников 5 класса, повышенный уровень общей тревожности имеется у 21,1% учащихся и высокий уровень – у 10,5%. Школьная тревожность имеет повышенный уровень у 31,6%, высокий – 5,3%, очень высокий – 5,3%. Самооценочная тревожность имеет повышенный уровень у 36,8%, высокий уровень – 5,3%. Межличностная тревожность имеет повышенный уровень у 10,5%, высокий – 5,3%, очень высокий – 5,3%. То есть, у детей в этом классе, наиболее выражены самооценочная и школьная виды тревожности. Но в тоже время имеется очень высокий уровень по показателям школьной и межличностной тревожности. [Таблица 1]

Показатели тревожности у 8 класса ниже, в основном преобладает нормальный уровень тревожности. Повышенный и высокий уровни общей тревожности имеют 8% учеников; повышенный уровень школьной тревожности – 12%, высокий – 8% и очень высокий 4%. Повышенный уровень самооценочной тревожности имеется у 12%, очень высокий – у 4%. По межличностной тревожности показатели самые низкие: повышенный уровень у 8% и высокий – у 4%. Таким образом, у восьмиклассников самые высокие показатели по школьной и самооценочной тревожности. [Таблица 1]

Самые высокие показатели выявлены у учащихся 11 класса: повышенный уровень общей тревожности – у 15,4%, высокий – у 23,1%. Самые высокие показатели по школьной тревожности: повышенный уровень – 46,2%, высокий – 7,7% и очень высокий – 7,7%. Самооценочная тревожность у одиннадцатиклассников тоже имеет высокие показатели: повышенный уровень –

23,1%, высокий – 7,7% и очень высокий уровень – 15,4%. Межличностная тревожность в этом классе имеет самые низкие показатели – детей с повышенным уровнем данной тревожности 30,8%. [Таблица 1]

Таблица 1.

Распространенность тревожности среди школьников в зависимости от возраста, %

класс	уровень тревожности	вид тревожности			
		общая	школьная	самооцночная	межличностная
5	нормальный	57,9	52,6	42,1	57,9
	повышенный	21,1	31,6	36,8	10,5
	высокий	10,5	5,3	5,3	5,3
	очень высокий		5,3	0,0	5,3
	чрезвычайно спокойный	10,5	5,3	15,8	21,1
8	нормальный	48,0	68,0	52,0	72,0
	повышенный	8,0	12,0	12,0	8,0
	высокий	8,0	8,0	0,0	4,0
	очень высокий		4,0	4,0	0,0
	чрезвычайно спокойный	36,0	8,0	32,0	16,0
1	нормальный	23,1	30,8	23,1	61,5
	повышенный	15,4	46,2	23,1	30,8
	высокий	23,1	7,7	7,7	0,0
	очень высокий		7,7	15,4	0,0
	чрезвычайно спокойный	38,5	7,7	30,8	7,7

В ходе анализа уровня тревожности в зависимости от занятости наибольшая доля детей, имеющих нормальный уровень общей тревожности, наблюдается среди детей, которые посещают музыкальную школу (100%) и творческие кружки (66,7%). А среди школьников, посещающих репетитора и тех, кто не посещает дополнительных занятий, наибольшая доля детей с повышенными уровнями общей тревожности. В тоже время более 41% детей, занимающихся спортом, испытывают чрезвычайное спокойствие. Более половины детей (50 – 66,7%), посещающих и не посещающих дополнительные занятия, испытывают нормальный уровень школьной тревожности. Но несмотря на это, очень большая доля детей (до 40%) с повышенными уровнями

тревожности наблюдается во всех секциях, по сравнению с показателями общей тревожности.

При оценке уровня самооценочной тревожности выяснилось, что самая большая доля детей с нормальным уровнем тревожности среди тех, кто посещает музыкальные школы (100%). Здесь отсутствуют дети с повышенными уровнями тревожности и с чрезвычайным спокойствием. Наиболее высокие уровни тревожности выявлены среди школьников, не посещающих дополнительных занятий и среди детей, которые занимаются с репетитором (31,8 – 42,8%). В спортивных секциях наибольшая доля детей с чрезвычайным спокойствием (36,8%).

В плане межличностной тревожности самая большая доля детей с нормальными уровнями тревожности, особенно среди школьников, посещающих творческие кружки и музыкальные школы (более 52,6%). Доля детей с повышенными уровнями больше среди занимающихся спортом, посещающих репетитора и не занимающихся в дополнительных секциях (до 22,7%). Между посещаемостью дополнительных занятий значимых различий нет.

### **Выводы**

Таким образом, наиболее высокие показатели всех видов тревожности имеются в 5 и 11 классах. Самые низкие значения в 8 классе. Причем, школьная тревожность имеет очень высокий уровень во всех трёх классах (до 7,7%), самооценочная – в 8 и 11 классах (4 – 15,4%). А межличностная только в 5 классе. Нормальный уровень по всем видам тревожности, в зависимости от посещения дополнительных занятий, отмечается в основном среди детей, которые занимаются музыкой и творчеством ( $p > 0,05$ ).

### **Список литературы:**

1. Соболева, Л.Г. Оценка уровня тревожности детей школьного возраста г. Гомеля / Л. Г. Соболева, Н. Г. Новак, Т. М. Шаршакова // Проблемы здоровья и экологии. – 2013. - №4. – С. 2-7.
2. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка / А.И. Захаров – СПб.: СОЮЗ, 2000. – 224 с. 3-е изд., испр. Серия: Психология ребенка.
3. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – Москва: Книжный мир, 2000. – 457 с.

УДК: 615.12

**Заваров Н.С., Хачатурова Н.Л.**  
**САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА УСЛОВИЙ ТРУДА**  
**ФАРМАЦЕВТА**

Кафедра гигиены и экологии  
Уральский государственный медицинский университет,