

## АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ХАРЧУВАННЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ м. ЛЬВОВА

Пасічнюк І.П.,

*асистент кафедри педіатрії,**Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького, Львів, Україна*

## ANALYSIS OF THE PECULIARITIES OF LVIV ELEMENTARY SCHOOL KIDS' FOOD HABITS

Pasichnyuk I.P.,

*Assistant of Pediatrics Department**Danylo Halytsky Lviv National Medical University, Lviv, Ukraine***Анотація**

У статті наведено результати аналізу анкетних даних щодо особливостей харчування учнів початкової школи міста Львова.

Об'єкт дослідження – 60 учнів 1-4 класів (вік 6 – 9 років), які навчалися у загальноосвітніх школах м. Львова

Мета дослідження – вивчити особливості харчування учнів початкової школи м. Львова.

Метод дослідження – статистичний аналіз даних спеціально розробленої анкети, яка містила 50 питань стосовно особливостей харчування

Аналіз анкетних даних показав, що 95,3% учнів 1-4 класів м. Львова споживали їжу 4-5 разів на день, а 80,0% досліджуваних осіб попри це мали регулярні перекуси впродовж дня. Щоденний харчовий раціон учнів початкової школи характеризувався недостатньою кількістю ключових для розвитку молодого організму тваринних білків, жирів і вуглеводів. Серед 86,6% учнів 1-4 класів поширене споживання «недитячих» продуктів харчування, а 65,0% вживали недостатню кількість якісної питної води.

Результати дослідження вказують, що харчування учнів 1-4 класів м. Львова не відповідає характеристикам збалансованого, що може з високою ймовірністю прогнозувати формування патологічних порушень з боку багатьох органів і систем.

Результати дослідження диктують необхідність розробки нових та удосконалення існуючих програм щодо збереження здоров'я дітей, у т.ч. – організації навчання і проведення індивідуального консультування батьків учнів початкової школи.

**Ключові слова:** школярі, початкові класи, особливості харчування.

**Summary**

The article shows results of the analysis of survey data concerning dietary habits of elementary schoolkids in Lviv. The object of study were 60 students of 1-4 grades (age: 6 - 9), who were studying at

comprehensive schools of Lviv City. The aim of the study - to learn food habits of elementary school kids in Lviv City. Research method: statistical analysis of data from the custom-tailored questionnaire containing 50 questions concerning dietary habits. Analysis of questionnaire data showed that 95.3% of students in grades 1-4 in Lviv City consumed food 4-5 times a day, and 80.0% of surveyed children nevertheless had regular snacks throughout the day. Daily diet of elementary school children was characterized by lack of animal proteins, fats and carbohydrates, which are pivotal for the development of young organism. Among the 86.6% of kids in grades 1-4, consumption of "adult" food was common, and 65.0% did not drink enough quantity of qualitative drinking water. Results of the study indicate that nutrition of kids in 1-4 grades in Lviv does not match the characteristics of a balanced nutrition, which may very likely predict pathological disorders of many organs and systems. Research results dictate the need to develop new programs and improve existing ones aimed at preserving kids' health, including at organizing the studies and individual counseling for parents of elementary school children.

**Keywords:** schoolkids, elementary school, food habits.

Фізіологічними особливостями організму дітей шкільного віку є збільшення швидкості росту, маси тіла та інтенсивності процесів обміну, завершення формування скелету та скелетної мускулатури, а також серцево-судинної, респіраторної, імунної систем, травного каналу тощо [ 1, 2, 4]. Саме у цей період, що характеризується інтенсивним навчальним навантаженням, велике значення приділяється правильній харчовій поведінці, яка безпосередньо пов'язана з особливостями харчування школярів [ 3, 5 – 7].

Метою дослідження було вивчити особливості харчування учнів початкової школи м. Львова. Було обстежено 60 учнів 1-4 класів різних загальноосвітніх шкіл міста. Для аналізу особливостей харчування батькам учнів була роздана спеціальна анкета, яка містила 50 питань стосовно

способу життя і детальних даних щодо харчування. Статистичну обробку цифрових даних проводили методом варіаційної статистики за допомогою програмного забезпечення *SPSS* та *Excel*.

Загальний аналіз отриманих даних показав, що учні 1-4 класів переважно (95,3%) споживали їжу 4-5 разів на день, частіше мали повноцінний обід у шкільній їдальні чи вдома, не завжди повністю з'їдали виділену їм порцію їжі, у перервах між основними прийомами їжі часто перекушували, поведінка під час прийому їжі була неспокійною.

У результаті обстеження виявлено, що 68,7% учнів 1-4-х харчувалися з частотою 4-5 разів на день, при цьому зафіксовано 2 (3,3%) випадки нічного споживання їжі. Більшість (80,0%) учнів початкової школи мали регулярні «перекуси» впродовж дня у вигляді фруктів (яблуко, банан, мандарин тощо). Щодо основних продуктів щоденного раціону, то у 50,8% досліджуваних осіб яловичина, свинина та м'ясо птиці зустрічалася лише по 1 разу на тиждень, натомість сири у 58,3%, були вказані по 4 рази і більше, а яйця у 52,0% - 2-3 рази на тиждень. На думку 39,2% батьків даних учнів – їхні діти споживали недостатню кількість страв, приготованих із круп – лише близько 3-х разів на тиждень, в інші дні надавали перевагу макаронним виробам і стравам з картоплі. На жаль, серед 86,6% дітей початкової школи було також поширене споживання «недитячих» продуктів харчування (майонези, кетчупи, чипси тощо), а 65,0% перевазі над якісною питною водою частіше надавали солодким газованим напоям і сокам промислового виробництва.

Отже, у більшості учнів 1-4-х класів м. Львова раціон харчування не відповідав характеристиці збалансованого, що прогностично вказувало на високу ймовірність формування патологічних порушень з боку багатьох органів і систем.

Результати дослідження диктують необхідність розробки нових та удосконаленні існуючих програм щодо збереження здоров'я дітей, у т.ч. – організації навчання і проведення індивідуального консультування батьків учнів початкової школи.

#### Перелік посилань

1. Бухановська Т. М. Стан здоров'я сучасних школярів, шляхи його збереження та поліпшення / Т. М. Бухановська, Л. О. Мальцева, Л. В. Андрейчин // Україна. Здоров'я нації. – 2012. – №1 – С. 44 – 51.

2. Кузьмінов Б. П. Аналіз фактичного харчування студентів-медиків на фоні вживання

енергетичних напоїв / Б. П. Кузьмінов, Я. М. Ямка // Медицина транспорту України. – 2015. – № 1(53). – С.26 – 28.

3. Children's adaptations to a fat-reduced diet: the Dietary Intervention Study in Children (DISC) / L. Van Horn, E. Obarzanek, L. Friedman [ et al. ] // Pediatrics. – 2005. – Vol.115, №7. – P.1723 – 1733.

4. Dietary intake of ten key nutrients for public health, United States: 1999-2000 / J. D Wright, S. Y. Wang, R. B. Ervin [ et al ] // Adv Data Vital Health Stat. – 2003. – P.334 – 336.

5. Family correlates of breakfast consumption among children and adolescents / N. Pearson, S. Biddle, T. Gorely [ et al. ] // A systematic review. Appetite. – 2009. – №52. – P.1 – 7.

6. Long-term weight loss and consumption among children and adolescents / N. Pearson, S. Biddle, T. Gorely [ et al. ] // A systematic review. Appetite. – 2009. – №52. – P.1 – 7.

7. Morabia A. Sodas, high fructose corn syrup, and obesity: let's focus on the right target / A. Morabia, M. Constanza // Prev Med. – 2010. – №51. – P.1 – 2.

#### References

1. Bukhanovska T. M. The health of modern schoolchildren, ways to preserve and improve it / T. M. Bukhanovska, L. O. Maltseva, L. V. Andreychyn // Ukraine. Health of the Nation. – 2012. – №1 – С. 44 – 51 (Ukr)

2. Kuzminov B. P. Analysis of actual nutrition of students of medical department against the background of energy drinks consumption / B. P. Kuzminov, Y. M. Yanka // Medicine of the transport of Ukraine. – 2015. – № 1(53). – С.26 – 28 (Ukr)

3. Children's adaptations to a fat-reduced diet: the Dietary Intervention Study in Children (DISC) / L. Van Horn, E. Obarzanek, L. Friedman [ et al. ] // Pediatrics. – 2005. – Vol.115, №7. – P.1723 – 1733.

4. Dietary intake of ten key nutrients for public health, United States: 1999-2000 / J. D Wright, S. Y. Wang, R. B. Ervin [ et al ] // Adv Data Vital Health Stat. – 2003. – P.334 – 336.

5. Family correlates of breakfast consumption among children and adolescents / N. Pearson, S. Biddle, T. Gorely [ et al. ] // A systematic review. Appetite. – 2009. – №52. – P.1 – 7.

6. Long-term weight loss and consumption among children and adolescents / N. Pearson, S. Biddle, T. Gorely [ et al. ] // A systematic review. Appetite. – 2009. – №52. – P.1 – 7.

7. Morabia A. Sodas, high fructose corn syrup, and obesity: let's focus on the right target / A. Morabia, M. Constanza // Prev Med. – 2010. – №51. – P.1 – 2.

ном случае говорят о различных цветах, что, однако, не нарушает процесс коммуникации при переводе.

Цвета окружают нас повсюду. Красный, белый, синий, зеленый, оранжевый, фиолетовый – слова, которые у всех на слуху. Всем известно, что представляют собой эти слова, но мало кто может сказать, что знакомы с их происхождением.

Это исследование рассматривает структурный анализ лексико - семантических групп слов, которые обозначают цвет в английском, украинском и русском языках, и сравнивает их этимологию в этих языках.

Актуальность работы заключается в том, что изучение и сравнение происхождений слов, указывающих на цвет, делает вклад в системный анализа лексики в целом.

Непосредственным предметом исследования являются цветообозначающие слова. Объектом являются классы английских прилагательных, которые относятся к семантическому полю «цвет», и украинские и русские соответствия этих прилагательных.

Термин *цветообозначение* (ЦО) подразумевает прилагательные, обозначающие цвета. Материалом для исследования являются английские и соответствующие им украинские и русские ЦО. Для обеспечения правильной интерпретации семантики лексем были использованы данные лексикографических источников, которые включают одно- и двуязычные, толковые и этимологические словари, такие как: «Этимологический Словарь Русского языка» Фасмера, «Историко-этимологический словарь современного русского языка» Черных, а также «Greek-English lexicon», «Concise etymological dictionary of the English language» by W. Skeat, «Сокращенный латинский словарь», «Латинско-русский лексикон», «Этимологічний словник української мови» и др.

Методы исследования: выборочный, сравнительный, описательный и метод анализа.

Целью данного исследования является сравнение этимологии ЦО в русском, украинском и английском языках.

На основе этого были поставлены данные задачи:

- выявить происхождение ЦО в трех перечисленных языках и попытаться обнаружить прототипы для каждого ЦО;

- сравнить этимологию названия цветов и выявить сходства и различия в формировании их названия.

Новизна данного исследования заключается в том, что впервые было проведено сравне-

ние этимологии ЦО в русском, украинском и английском языках и сделаны выводы о сходстве в происхождении слов, которые обозначают цвета.

Практическая ценность работы заключается в том, что результаты исследования могут быть использованы при изучении лексикологии, истории английского языка и на факультативных или групповых занятиях по этимологии английских, русских и украинских слов.

## Раздел 1. ИСТОРИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ЦВЕТОВ

### 1.1. Понятие о цвете и цветообозначении .

С раннего детства человек начинает интересоваться происхождением слов. Но вопрос, почему стол называется столом, а дом домом, интересует не только детей, но и старших. Наряду с этим является также вопрос, например, почему говорят «Красная кавалерия» (ведь лошади не красные, как всадники) или как писали в послереволюционных газетах «наше красное синее Черное море». В этом сочетании только эпитет «синий» имеет свое прямое обозначение цвета. В данном примере показана потеря этимологических связей, которая иногда возникает у прилагательных, обозначающих цвет.

Цвет представляет собой явление физического мира, которое воспринимают нашими органы осязания и превращают в знакомые каждому человеку чувства, распознающее цвет. Если подходить к определению цвета в физике, то это световые лучи с различными длинами волн, которые отражают физические объекты. В энциклопедии мы читаем, что цвет является «одним из свойств объектов в физическом мире, которые воспринимаются как сознательные осязательные чувства. Тот или иной цвет «присваивается» человеку при его зрительном восприятии».

Цвет имеет большое значение в жизни современного человека. Чаще всего от него напрямую зависит настроение, эмоции и даже физическое благополучие. Цвет и мода, цвет и маркетинг, цвет и психологическая диагностика, цвет и стресс, этот ряд можно непосредственно продолжить. Однако исследуя те или другие аспекты, скажем, данную цветовую символику, эксперты часто игнорируют глубокий исторический и культурный опыт человека. Какое бы психофизиологическое значение не имел бы язык цвета, он неизбежно будет навязываться традициям и обычаям народа.

«Цвет» не является чем-то новым, и был изучен с разных сторон, но не существует единого термина для слов, которые обозначают цвет. Так, Н. Бахилина [13] и Вежбицкая [17], А. Корнилов [24] и другие предлагают термин «Цветообозначения». «Цветоименования» используют Р.

Фрумкина [35], А. Василевич [16]. «Цветной термин» или «термин цвета» встречается в работах Б. Берлин и П. Кэй. [15]. В. Москович [28] использует термин «колоратив» и «колороним» и т.д. Мы остановились на цветообозначении (ЦО), полагая, что этот термин дает возможность более точно характеризовать процесс обозначения цвета.

### 1.2. Предпосылки развития ЦО лексики

Цветописание в древних языках было чем-то второстепенным. Это объясняет тот факт, почему прекрасные цвета, которые существуют в природе, не отражены в литературе. Со временем слово цветописание появляются в памятках в письменной форме. Вызывает постепенное улучшение эстетического восприятия человеком мира и необходимости выразить его. Этот процесс продолжается. Слова, которые обозначают цвет, увеличивают свой потенциал. XVI-XVIII вв. - времена крупных преобразований в общественной жизни не только в России; конечно, это отразилось в языке. Политические, торговые и культурные связи стран расширились, и в английском, русском и украинском языках появились новые слова, которые представляют цвет и обозначают конкретные предметы потребления.

Цветовые представления, восприятия цветов и процесс ЦО в различных уровнях их развития является объектом исследования различных наук: физиологии, психологии, этнологии, истории, лингвистики, и т.д. В лингвистике исследования ЦО лексики представлено достаточно широко. Первоначально, до появления идеи Б. Берлина и П. Кэй, [15], история происхождения и развития цвета носила чисто описательный характер. Исследование цветовых представлений на различных уровнях их развития в культурах народов мира, помимо уже упомянутых Б. Берлин и П. Кей [1], занимались Тернер [34] и Шерцль [41] и многие другие.

Современный период развития языков характеризуется развитием сложных ЦО. Это связано с изменением цветовосприятия у современного человека, с его стремлением к детализации цветов, которые в свою очередь могут привести к «распределению» оттенков. Среди трудных ЦО, связанных прежде всего с двух складными и (реже) трёх складными терминами цвета, например, белорозовая (полоска), серокоричневый (цвет), синезеленые (водоросли).

### 1.3. Основные цвета и их оттенки

Учение о цвете своими корнями уходит в древнюю Грецию. Даже Аристотель (IV в. до н.э.) и Демокрит (V-VI вв. до н. э.) пытались выделить основные цвета, чтобы объяснить происхождение цвета, а ученик Аристотеля Теофраст написал трактат о цвете. В течение веков великие ученые

исследовали природу цвета: Леонардо да Винчи, Исаак Ньютон, Гете, Гегель, и позднее, французский химик Шеврель, немецкий физиолог Гельмгольц, английский физик Максвелл и другие посвятили свои работы изучению цвета, цветовой сущности. Но, как указывает А. Вежбицкая [18], большинство таких исследований обычно не помогает ответить на простой вопрос: «что означают слова красный и синий».

Цветообозначение является удобным объектом для исследований, потому что образуют ограниченную лексико-семантическую группу. Традиционно популярной работой по проблемам семантики ЦО является книга Б. Берлин и П. Кэй. [15]. Обработав большой языковой материал (данные 80-ти языков разных языковых семей), авторы пришли к определенным выводам: есть 11 основных названий цветов: белый, черный, красный, зеленый, желтый, синий, коричневый, фиолетовый, розовый, оранжевый, серый. [1] Этого же мнения придерживается Р. Бахилина [13], заявив, что в древнерусском языке «...выделяют основные цвета... и некоторые оттенки синего и желтый, а также некоторые смешанные (сизый, серый, красный)». [13] Как отмечает Р. Фрумкина [38], наличие в русском языке понятия «основной» и «другие» цвета являются отражением наивной картины мира». [39].

Система ЦО в конкретном языке тем полнее (т.е. состоит из большего числа основных ЦО), тем выше стадия развития этого языка. Языки цивилизованного общества различают больше цветов (максимум 11 основных ЦО), так называемые примитивные языки - меньше (3-4). Если в языке не было некоторых основных цветов, тогда прослеживались следующие закономерности:

-абсолютно во всех языках, представлены черный и белый цвета;

-если в языке было три понятия цвета, то это были черный, белый и красный;

-если язык содержит 4 названия цвета, то это были черный, белый, красный и желтый или зеленый;

-если в языке 5 понятий цветов, то это будет черный, белый, красный, желтый и зеленый;

-если прослеживались 6 цветов, то там обязательно присутствовал синий;

-для языка с 7 основными цветами присуще наличие слова «коричневый»;

-8 и более ЦО в языке означало наличие фиолетового, розового, оранжевого или серого.

В. Москович [29] также попытался систематизировать критерии, согласно которым ЦО относят к основным:

-частота использования ЦО;

-отсутствие или наличие внутренних форм;