

## **ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ АНКЕТИ RAQ-C У ДОСЛІДЖЕННІ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ**

**Шепелла Гретта Лайошовна**

Аспірант 3 року навчання

ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

м. Ужгород, Україна

hretta.shepella@uzhnu.edu.ua

**Вступ.** Фізична активність є важливою складовою життя людини, а дослідження її рівня у дитячому віці завжди залишається важливою проблемою через погіршення здоров'я дітей та збільшення за останні роки їх чисельності у спеціальних медичних групах. Одним із актуальних шляхів дослідження рівня фізичної активності на сьогоднішній день є метод анкетування та опитування. У проведених нами раніше дослідженнях [1, 2] були встановлені найбільш актуальні та об'єктивні анкети для оцінки рівня активності дітей з достатнім рівнем валідності. Вимірювання рівня активності дітей допомагає розробити втручання та політики, надаючи цінні дані для оцінки ефективності наявних програм і втручань, що дає перспективу для майбутніх ініціатив [1, 2, 3].

**Мета роботи.** Обґрунтувати надійність та доцільність використання анкети RAQ-C для дослідження рівня фізичної активності дітей шкільного віку.

**Матеріали та методи.** Бібліосемантичний метод – шляхом системного аналізу науково-методичних джерел вітчизняних та іноземних авторів.

**Результати та обговорення.** Опитувальники з використанням самозвіту є одним з найбільш поширених методів дослідження, за рахунок своєї простоти у використанні та велику інформативність. Часто опитувальники надають додаткову інформацію про респондента, яку неможливо отримати шляхом об'єктивного вимірювання. Метод анкетування дозволяє дослідникам охопити велику групу населення з низьким рівнем навантаження на самих учасників, без потреби залучення спеціалізованого персоналу та водночас витрачаючи мінімум коштів [3, 4, 5, 6].

Анкета RAQ-C (Physical Activity Questionnaire for Older Children) є інструментом для оцінки рівня фізичної активності дітей шкільного віку [7], який може бути використаний у великих дослідженнях з охопленням значної кількості респондентів та в польових умовах [8]. Фізична активність дітей зазвичай нерегулярна з різною тривалістю, інтенсивністю та частотою, що викликає труднощі при згадуванні про характер їх активності. Тому анкети для визначення фізичної активності дітей не повинні вимагати великих зусиль при пригадуванні, а вплив на когнітивні навички та пам'ять при оцінюванні зведений до прийняттого мінімуму [4, 5]. Позитивною особливістю анкети RAQ-C є використання сигналів пам'яті, які полегшують дітям пригадати рухову діяльність, а термінологія анкети проста для розуміння дітьми [1, 4, 9]. Слід зазначити, що анкета також має деякі недоліки – вимірює тільки модель фізичної активності, а не час проведення, використовується тільки протягом навчального року [3, 10].

Анкета була розроблена вченими (Kowalski, Crocker, Donen) [7] у Канаді в 1997 році для дослідження фізичної активності дітей віком 8-14 років, шляхом самозвіту. Мета анкети – надати загальне уявлення про рівень фізичної активності дітей [5, 7]. Оцінюється звична фізична активність протягом семиденного проміжку часу в навчальний період, окрім літніх канікул.

Структура анкети не дуже складна, але змістовна, і складається з 10 пунктів для оцінки помірної та високої фізичної активності [3, 10, 11].

Респонденти оцінюють кожний пункт в діапазоні від 1 до 5, де 1 – низька фізична активність, а 5 – дуже висока фізична активність. Оцінюються перші 9 пунктів з метою розрахунку показника активності дитини, винятком є останній пункт, який оцінює стан здоров'я дитини або фактори, що можуть негативно вплинути на звичну фізичну активність у звітний період, але не входить до розрахунку показника активності [3, 12].

Перший пункт анкети складається з переліку 22 видів дозвілля та спорту, а також двох пропусків з найменуванням «інше», які оцінюються за шкалою від 1 (відсутній) до 5 (7 разів і більше) залежно від частоти активності протягом семи днів, після розраховується загальне середнє значення для всіх видів діяльності з метою формування комбінованого балу за пунктом 1. Решта пунктів анкети оцінюють діяльність протягом дня або в певні проміжки часу, зокрема активність під час уроку фізичного виховання, активність на перервах, позашкільну та активність у вихідні дні. Більші бали вказують на вищий рівень рухової активності. Середня оцінка 9-ти перших пунктів є сумарною оцінкою анкети [1, 5, 11, 12].

Було знайдено дослідження з різних країн світу, де використовували саме анкету RAQ-C для оцінки рівня активності дітей, однак опитувальний зазнавав модифікацій відповідно до занять, характерних для країни. Вчені вказують на необхідність модифікації анкети в залежності від етнічних та популяційних особливостей досліджуваної групи. Оригінальна версія не проявляє зовнішню валідність, що пов'язано з переліком занять в анкеті, які не є характерними для багатьох популяцій [4]. Також слід зазначити, що під час перекладу анкети, необхідно врахувати етнічну належність, мову та культуру досліджуваної популяції [4].

Були знайдені дослідження з використанням модифікованих версій анкети RAQ-C, розроблених для Угорщини [3], Італії [9], Голландії [13], Чехії [14], Хорватії [10], Китаю [11], Японії [6], Туреччини [12], Саудівської Аравії [4] та ін. Наприклад у модифікованій версії для шкіл Саудівської Аравії [4] з

першого пункту були замінені або вилучені деякі види діяльності (веслування, американський футбол, вуличний хокей та ін.), тому замість 22 найменувань, перший пункт містив тільки 16. Японська версія також зазнала зміни у багатьох видах активності, які були змінені на більш характерні для японської культури бойових мистецтв (дзюдо, кендо, карате, сумо та ін.). Угорська ж версія зазнала незначну модифікацію у заміні лише деяких видів активності, а італійська лише в шести пунктах [3, 4, 6, 9].

Анкета PAQ-C має місце в дослідженнях рівня фізичної активності дітей і може бути використана працівниками сфери охорони здоров'я та педагогічними працівниками для проведення науково-практичних досліджень. Наукових праць з використанням анкети PAQ-C в Україні не було знайдено, що актуалізує модифікацію та валідацію вказаного опитувальника з метою подальшого проведення досліджень рівня фізичної активності українських школярів.

**Висновки.** Під час огляду літератури знайдені роботи з різних країн світу з використанням анкети PAQ-C, в яких доведено доцільність її використання з метою оцінки рівня фізичної активності школярів. Проста структура анкети, низька вартість її використання та можливість охопити велику вибірку респондентів обґрунтовують потребу її модифікації та валідації в Україні.

### **Список літератури**

1. Шепелла Г.Л., Брич В.В. Методи оцінки рівня фізичної активності дітей. *Україна. Здоров'я нації*. 2023. № 2 (72). С. 26-30.

2. Шепелла Г.Л., Брич В.В. Можливі способи визначення фізичної активності у дітей. *Громадське здоров'я в Україні: проблеми та способи їх вирішення*: матеріали V науково-практичної конференції з міжнародною участю на вшанування пам'яті М.Г. Гуревича (1891– 1937), засновника та керівника першої в Україні кафедри соціальної гігієни при Харківському медичному інституті (28 жовтня 2022р.). Харків: ХНМУ, 2022. С. 68-70.

3. Examination of Physical Activity Patterns of Children, Reliability and Structural Validity Testing of the Hungarian Version of the PAQ-C Questionnaire / A. Makai et al. *Children*. 2023. Vol. 10, no. 9. P. 1547. DOI:10.3390/children10091547

4. Physical activity questionnaire for older children (PAQ-C): Arabic translation, cross-cultural adaptation, and psychometric validation in school-aged children in Saudi Arabia / M. S. Sirajudeen et al. *PeerJ*. 2022. Vol. 10. P. e13237. DOI:10.7717/peerj.13237.

5. Thomas E.L., Upton D. Psychometric properties of the physical activity questionnaire for older children (PAQ-C) in the UK. *Psychology of Sport and Exercise*. 2014. Vol. 15, no. 3. P. 280-287. DOI:10.1016/j.psychsport.2014.02.002.

6. Reliability and Validity of the Japanese Version of the Physical Activity Questionnaire for Older Children / T. Isa et al. *Clinical Medicine Insights: Pediatrics*. 2019. Vol. 13. P. 117955651983583. DOI:10.1177/1179556519835833.

7. Kowalski K.C., Crocker P.R., Donen R.M. The physical activity questionnaire for older children (PAQ-C) and adolescents (PAQ-A) manual. College of Kinesiology, University of Saskatchewan. 2004. 38 p.

8. Benítez-Porres J. Cut-off values for classifying active children and adolescents using the Physical Activity Questionnaire: PAQ-C and PAQ-A. *Nutrición Hospitalaria*. 2016. Vol. 33, no. 5. DOI: 10.20960/NH.564.

9. Psychometric Properties of the Physical Activity Questionnaire for Older Children in Italy: Testing the Validity among a General and Clinical Pediatric Population / E. Gobbi et al. *PLOS ONE*. 2016. Vol. 11, no. 5. P. e0156354. DOI: 10.1371/journal.pone.0156354.

10. Samaržija D.V., Mišigoj-Duraković M. Pouzdanost hrvatske verzije upitnika za procjenu ukupne razine tjelesne aktivnosti djece mlađe školske dobi. *Hrvatski športskomedicinski vjesnik*. 2013. Vol. 28, no. 1. P. 24-32.

11. Validation of the Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) among Chinese Children / Wang J. J. et al. *Biomedical and environmental sciences*. 2016. Vol. 29, no. 3. P.177-186. DOI: 10.3967/BES2016.022

12. Erdim L., Ergün A. Reliability and validity of the Turkish version of the Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C). *Turkish Journal of Medical Sciences*. 2019. Vol. 49, no. 1. P. 162–169. DOI: 10.3906/sag-1806-212.

13. Reliability and Validity of the Dutch Physical Activity Questionnaires for Children (PAQ-C) and Adolescents (PAQ-A) / L. Bervoets et al. Archives of Public Health. 2014. Vol. 72, no. 1. DOI: 10.1186/2049-3258-72-47.

14. Cuberek R., Janíková M., Dygrýn J. Adaptation and validation of the Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) among Czech children. *PLoS One*. 2021. Vol. 16, no. 1. P. e0245256. DOI: 10.1371/journal.pone.0245256.