

стью повышения уровня санитарной культуры, профилактики заболеваний, распространения знаний о здоровом образе жизни. Федеральный закон № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (2012) обязывает общеобразовательное учреждение осуществлять «пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, создавать условия для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся». **Цель:** обоснование технологии гигиенического воспитания при формировании у школьников мотивации к здоровому образу жизни.

Материалы и методы. Разработаны принципы, методы и инновационная технология гигиенического воспитания школьников при формировании мотивации к здоровому образу жизни. Проведены измерения прямых показателей с их качественной и количественной характеристикой с применением методов анкетирования, квалиметрии, анализа вариабельности сердечного ритма.

Результаты. Разработаны и научно обоснованы принципы гигиенического воспитания обучающихся, предусматривающие комплексный подход с анализом основных компонентов образа жизни: питание, объём суточной двигательной активности, режим дня, правила личной гигиены, вредные привычки; учёт доминирующих биологических и социальных потребностей в критические возрастные периоды развития организма; единство, непрерывность и последовательность воспитательных действий, направленных на приобретение обучающимися знаний, убеждений и осознанного поведения при формировании мотивации к здоровому образу жизни; доступность информации с учётом основных дидактических приёмов; использование инновационной технологии гигиенического воспитания школьников, особенностью которой является комплексное решение проблем при структурировании форм, методов и средств воспитания в системе семья–образовательная организация–общество. Разработана методика анализа образа жизни школьников с оценочной шкалой и классификацией 8 вариантов образа жизни.

Заключение. Формирование у обучающихся мотивации к здоровью и здоровому образу жизни необходимо проводить в школе, начиная с младших классов, где возможно объединить усилия педагогов, родителей, медицинских работников и общественности. Использование инновационной технологии способствует эффективному формированию у школьников мотивации к здоровому образу жизни.

СОВРЕМЕННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ У ШКОЛЬНИКОВ МОТИВАЦИИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Игнатова Л.Ф., Стан В.В., Лукичева Т.А.,
Хамидулина Х.Х.

Российская медицинская академия непрерывного профессионального образования Минздрава России,
Москва, Россия

Ключевые слова: здоровый образ жизни; гигиеническое воспитание; школьники

Актуальность формирования здорового образа жизни у школьников обусловлена приоритетом профилактического направления в здравоохранении и образовании, необходимо-