

© К.А. Цагараев, А.С. Бузоев

Научная статья

УДК 371

DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.4.06>**ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К  
ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

К.А. Цагараев, А.С. Бузоев

**Цагараев Казбек Асланбекович,**

соискатель кафедры педагогического образования  
Северо-Осетинский государственный университет  
имени К.Л. Хетагурова, Владикавказ, Россия.

SPIN-код: 1775-0180

bekoevamarina@mail.ru

**Бузоев Александр Сергеевич,**

старший преподаватель кафедры физического  
воспитания факультета физической культуры  
и спорта, Северо-Осетинский государственный  
университет имени К.Л. Хетагурова,

Владикавказ, Россия.

SPIN-код: 4400-594

bekoevamarina@mail.ru

**Аннотация.** *Сформировавшаяся на сегодняшний день учебно-воспитательная деятельность не способен оказывать существенного содействия формированию у младших школьников позитивной мотивации к здоровому образу жизни, осознанию ценности здоровья, двигательной активности. Старания родителей и учителей касаются, прежде всего, дидактического компонента, т.е. формирования у обучающихся большого объема академических знаний, упуская из виду, что здоровье – главная ценность в жизни человека, что только здоровая личность может, преимущественно, стать хозяином своей судьбы в какой-то степени, творить и созидать, преобразовывать мир вокруг себя, приносить пользу обществу. Признавая укрепление и сохранение здоровья подрастающего поколения приоритетной задачей социальной политики государства, ВОЗ под здоровьем человека понимает не только факт отсутствия болезней, но и имеет в виду полноценное психическое, физическое, нравственное и социальное благополучие населения. Имея скрытую, динамическую форму, очень часто болезнь не проявляется в выраженных симптоматических ощущениях до поры до времени, так как при определении физического состояния личности, медицина не видит отчетливой грани между здоровьем и болезнью человека. Это позволяет нам проблему формирования ценностно-мотивационного отношения у младших школьников к здоровому образу жизни в настоящее время считать чрезвычайно актуальным. Автором статьи доказывается тезис о том, что для успешного*

*формирования у обучающихся положительной мотивации к здоровому образу жизни учителям и родителям необходимо знать о потенциальных возможностях организма ребенка, особенности его нервной системы, роль внешних воздействий на личность. Однако на практике выясняется, что и родители, и педагоги предпочтение отдают, в первую очередь, успешной учебе, участию в творческих мероприятиях, предметных олимпиадах, примерному поведению, забывая при этом, что для человека в любом возрасте, особенно в детстве, важнее здоровья нет ничего, а здоровье можно укреплять и поддерживать через здоровый образ жизни.*

**Ключевые слова:** *здоровье, здоровый образ жизни, мотивация, физическая культура, младшие школьники.*

**Библиографическая ссылка:** *Цагараев К.А., Бузоев А.С. Основные направления формирования мотивации к здоровому образу жизни у младших школьников // ЦИТИСЭ. 2022. № 4. С.66-75. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.4.06>*

Research Full Article

UDC 371

## MAIN DIRECTIONS OF FORMATION OF MOTIVATION TO A HEALTHY LIFESTYLE IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN

K.A. Tsagaraev, A.S. Buzoev

**Kazbek A. Tsagaraev,**  
Competitor of the Department of Pedagogical  
Education, North Ossetian State University named after  
K.L. Khetagurova, Vladikavkaz, Russian Federation.  
[bekoevamarina@mail.ru](mailto:bekoevamarina@mail.ru)

**Alexander S. Buzoev,**  
Senior Lecturer, Department of Physical  
Education, Faculty of Physical Culture and Sports,  
North Ossetian State University named after  
K.L. Khetagurova, Vladikavkaz, Russian Federation.  
[bekoevamarina@mail.ru](mailto:bekoevamarina@mail.ru)

**Abstract.** *Educational activities formed today are not able to provide significant assistance in the formation of positive motivation in younger students for a healthy lifestyle, awareness of the value of health, physical activity. The efforts of parents and teachers relate, first of all, to the didactic component, i. the formation of a large amount of academic knowledge among students, losing sight of the fact that health is the main value in human life, that only a healthy person can, mainly, become the master of his own destiny to some extent, create and create, transform the world around him, bring benefits society. Recognizing the strengthening and preservation of the health of the younger generation as a priority task of the state's social policy, WHO understands human health*

*not only as the absence of diseases, but also means the full mental, physical, moral and social well-being of the population. Having a latent, dynamic form, very often the disease does not manifest itself in pronounced symptomatic sensations for the time being, since when determining the physical state of a person, medicine does not see a clear line between human health and illness. This allows us to consider the problem of the formation of a value-motivational attitude in younger schoolchildren to a healthy lifestyle to be extremely relevant at the present time. The author of the article proves the thesis that in order to successfully form students' positive motivation for a healthy lifestyle, teachers and parents need to know about the potential capabilities of the child's body, the characteristics of his nervous system, and the role of external influences on the personality. However, in practice, it turns out that both parents and teachers give preference, first of all, to successful studies, participation in creative events, subject Olympiads, exemplary behavior, while forgetting that for a person at any age, especially in childhood, there is no more important health nothing, but health can be strengthened and maintained through a healthy lifestyle.*

**Keywords:** *health, healthy lifestyle, motivation, physical culture, junior schoolchildren.*

**For citation:** *Tsagaraev K.A., Buzoev A.S. Main directions of formation of motivation to a healthy lifestyle in younger schoolchildren. CITISE, 2022, no. 4, pp.66-75. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.4.06>*

Одним из важнейших факторов социализации личности, как известно, является семья. Однако на ведущих позициях, наряду с семьей, стоит образовательная школа, цель которой в создании условий для сохранения и укрепления здоровья детей в школьный период их жизни, остается первостепенной. Наиболее эффективное и рациональное решение задач обучения и воспитания, возможно, прежде всего, на основе целенаправленного взаимодействия семьи и школы. В вопросах выбора образовательно-воспитательной стратегии по формированию положительной мотивации к здоровому образу жизни у детей это приобретает особую значимость.

Сохранение и укрепление здоровья членов общества, и особенно младшего поколения, всегда было национальной идеей и остается насущной проблемой. Это верная позиция и правильное направление дальнейшего поступательного движения, но важно не просто признать, принять или всецело разделять позицию – важно верно оценивать действительность и иметь необходимый инструментарий по осуществлению должных преобразований. Как показал анализ научных источников по данной проблеме (Г.Ш. Ашрафуллина Н.А. Вершинина, И.З. Гудиева З.А. Кисиева, С.Н. Малафеева, Л.Р. Пухова, М.В. Уригаева), а также собственные наблюдения, физическому воспитанию школьников, приобретению знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическому совершенствованию, формированию здорового и безопасного образа жизни, укреплению здоровья не уделяется должного внимания, как со стороны преподавателей, так и со стороны родителей [1; 5; 9].

Необходимы теоретические знания и практические организационно-методические умения и навыки в области здоровьесбережения, обеспечивающие формировании представлений о значении здоровья для человека,. «Чтобы совершенствовать процесс последовательного овладения жизненно необходимыми движениями, воспитания физических, психических, нравственных и волевых качеств, формирования основ здорового образа жизни у школьников, необходимо (Б.А. Баскаев, М.О. Ревазов, А.М. Хубецов): во-первых, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установка на приоритет здоровья, здоровый образ жизни, физическое совершенствование и

самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом; во-вторых, овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое и эмоциональное благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности; в-третьих, создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в перспективных личностных достижениях» [2, с. 876].

В научных журналах, материалах конференций, сборниках статей и других изданиях все чаще встречаются публикации, убеждающие нас о целенаправленной и успешной реализации принципов здоровьесберегающих технологий, ссылаясь на педагогическое мастерство и результаты отдельного учителя в конкретной образовательной организации. Однако вызывает опасение тот факт, что удачный результат работы или единичное мероприятие возводится в ранг результативной методики; легковесное жонглирование понятиями вызывает удивление и недоумение. Разрозненные мероприятия, не структурированные в стройную, продуманную систему воспитательной работы, не имеющие общей позиции в виде концептуальных подходов к содержанию профессионально-педагогической работы, нельзя считать программой формирования положительной мотивации у школьников к здоровому образу жизни. «Образ жизни человека не складывается сам по себе в зависимости от обстоятельств (А.В. Кусова), а формируется в течение жизни целенаправленно и постоянно» [7, с. 144-146].

Мы не опускаемся до критики, скорее делаем попытку проанализировать сложившуюся ситуацию, говоря о недостаточной теоретической основе и методологическом аспекте обозначенной проблемы. Поиск организационных форм и методических приемов работы нами всецело поощряются, но этот процесс должен идти планомерно, целенаправленно и с участием всех участников образовательного процесса, к которым, по нашему глубокому убеждению, относятся и родители. Поэтому система работы по сохранению здоровья обучающихся должна быть смоделирована на основе тесного взаимодействия семьи и школы.

Таким образом, позитивный результат приносит многогранная комплексная работа, объединяющая усилия различных социальных институтов, особенно семьи и школы. Это тем более актуально, так как с введением новых образовательных стандартов произойдет усложнение профессионально-педагогической деятельности, предполагающее максимальную самостоятельность в работе, возрастут нагрузки на педагогов и изменится степень личной ответственности каждого, но важно поощрять и развивать стремление к здоровье-ориентированной направленности своей профессиональной деятельности, вне зависимости от опыта, стажа педагогической работы. В образовательных стандартах нового поколения вопросам сохранения и развития здоровья обучающихся уделяется должное внимание, поэтому образовательная организация должна приложить максимум усилий для разработки и внедрения инновационных здоровьесберегающих технологий.

Процесс реформирования состоит в организации инновационного здоровьесберегающего пространства, воспитании потребности в здоровом образе жизни, активизации двигательных навыков, так как здоровье выпускников школы выступает одним из значимых показателей высокого качества современного школьного образования. Как пишут в своем исследовании С.Н. Никонова и Е.В. Тарануха, проблема сохранения и укрепления здоровья школьников продолжает активно развиваться, а также закрепляться и регламентироваться на нормативно-правовой основе [16]. А с точки зрения непрерывного образования, важно отметить (Ю.Г. Миронова, Т.Н. Яковлева), что процесс формирования мотивационного отношения к здоровому образу жизни будет осуществляться тем эффективнее, чем раньше этим займутся как в школе, так и в семье [10].

«Основными целями работы по формированию навыков здорового образа жизни являются: формирование положительной мотивации к здоровому образу жизни, культуры здоровья; знакомство учащихся с основами здорового образа жизни; формирования своего стиля здорового образа жизни (И.Г. Петренко); осуществления профилактической работы с негативными проявлениями; формирование теоретических и практических навыков здорового образа жизни учащихся; формирование творческой личности, способной к саморазвитию, самообразованию и самоактуализации» [13, с. 26]. Должна быть сформулирована новая парадигма образовательной политики, предполагающая создание здоровьесберегающего образовательного пространства, обеспечивающего условия сохранения и укрепления физического и психологического здоровья обучающихся, отвечающие требованиям нового образовательного стандарта.

Согласно федеральным требованиям, необходимо соблюдение следующих условий:

- целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников;
- соответствие инфраструктуры образовательного учреждения условиям здоровьесбережения обучающихся, воспитанников;
- рациональная организация образовательного процесса;
- организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательном учреждении;
- организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни;
- организация профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися;
- комплексное сопровождение системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников;
- мониторинг сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников.

В учебном плане современной школы отсутствуют уроки культуры здоровья, нет учебной дисциплины «культура здоровья», еще пока нет учителей культуры здоровья. Поскольку в образовательной организации должен быть подготовленный с позиций здоровьесбережения кадровый состав и ресурсный потенциал (А.И. Камилова, Э.Р. Кочиева, Е.Л. Назарова), нормативно-правовая и материально-техническая базы, методическое сопровождение, то необходимо позаботиться и об организации курсов подготовки, переподготовки и повышения квалификации педагогических работников школы [6; 11]. Каждая образовательная организация должна обеспечить методическими рекомендациями, включающими комплекс мер по сохранению, укреплению и формированию здоровья школьников.

Стандартизация диктует необходимость выделения здоровьесберегающего компонента. Глобальное реформирование всех ступеней российского образования предъявляет иные требования к сохранению здоровья каждого из субъектов образовательного взаимодействия. Многочисленными исследованиями установлено (С.Л. Агеев, Ф.Р. Асадулаева, Э.Ю. Бачиева, И.А. Бруев, М.М. Кутепов, Л.И. Кутепова), что о сохранении здоровья педагогов как профессиональной группы ученые озадачиваются не в первую очередь [3; 4; 8]. Формирование здоровьеразвивающей образовательной среды, содержание педагогического образования в современных социокультурных условиях, профессионально-личностное воспитание специалистов, развитие профессиональной компетентности педагогических кадров, – все это должно стать ключевой задачей современных ученых. Но это возможно только при условии, что сам педагог здоров и может полноценно исполнять свои профессиональные обязанности. Поэтому обращение к здоровью педагога на современном этапе приобретает особое значение и становится первостепенной

задачей в области социальной политики и модернизации образования в целом.

В арсенале политических проблем активно рассматриваются вопросы здоровья разных групп населения, где основная работа ведется в рамках решения федеральных целевых и социальных программ. В современных исследованиях педагогов, психологов, физиологов, медиков при анализе состояния здоровья субъектов образовательного процесса доминирует тезис о критическом положении дел на фоне увеличения масштабов социальных проблем, обрушившимся объемом информации, на фоне ситуаций, связанных с экологическим неблагополучием и экономической нестабильностью. «Формирование у обучающихся мотивации к здоровью и здоровому образу жизни, как отмечают Л.Ф. Игнатова, А.Г. Сухарев и В.В. Стан, необходимо проводить в школе начиная с младших классов, где возможно объединить усилия педагогов, родителей, медицинских работников и общественности» [15, с. 32-35].

Обучение в образовательной организации любого типа и уровня, как оно выглядит сегодня, мало совместимо с понятием здорового образа жизни. Информационная интенсификация, скоростная направленность контроля знаний (И.В. Романова), интеллектуальные нагрузки в учебном процессе актуализировали проблему здоровьесбережения, поэтому на первый план выходит формирование культуры здоровья обучающихся и обучение искусству сохранения здоровья как систематическая, целенаправленная, спланированная на длительный период работа [14]. Правильно организовать процесс здоровьесбережения можно, только используя потенциальные возможности организма, особенности нервной системы, учитывая роль внешних воздействий на личность.

Автор данной статьи, неоднократно обращавшийся к анализу проблем недостаточного внимания к вопросам сохранения здоровья обучающихся, видит причину такого положения дел в низком уровне сформированности компетенций в области здоровьесбережения, отсутствии мотивации на укрепление собственного здоровья, слабой организации режима труда и отдыха, низком уровне двигательной активности, и т.д. Основная проблема заключается в слабой профессиональной подготовке будущего учителя, что может быть решено за счет модернизации и выбора содержания образования, иной организации жизнедеятельности студента с ориентацией на большую двигательную активность, расширение спектра возможностей физической культуры и спорта, возможностей активного отдыха и системы релаксационных мероприятий.

Еще одна грань проблемы высвечивает не столько неумение или нежелание соблюдать принципы собственного оздоровления, сколько инерцию и консерватизм, как в мышлении, так и в поведении. Речь идет об учителях с большим стажем работы. Чем моложе представитель педагогической профессии, тем больше времени и сил он тратит на овладение профессиональными навыками, подготовку к занятиям, поиск решения профессиональных задач. Завоевать авторитет у детей, быть на высоте среди коллег, выполнять все поручения руководства наряду с профессиональными обязанностями, – это те доминанты деятельности молодого специалиста, которым подчинена вся его жизнедеятельность. В силу молодого возраста и возрастной оптимистической направленности частые нарушения режима, авральные мероприятия, сбой во всех сферах жизнедеятельности не сказываются негативно сразу. Очень высок уровень сопротивляемости организма и достаточно хорошо развиты адаптационные способности организма, что, в свою очередь, нивелируют многие проблемы и погрешности. Но это только отсроченная проблема и латентный период индивидуален.

Такое отношение закладывает полигон будущих болезней и болезненных состояний, например, синдром профессионального выгорания, хронической усталости или фрустрации, разочарования в профессии. Процесс здоровьесбережения способствует гармоничному психосоматическому развитию, повышает устойчивость организма к различным

заболеваниям, увеличивает работоспособность человека, направлен на охрану жизни. Целевые установки здоровьесберегающих программ реализуются в диагностическом, психофизиологическом, тренинговом, физкультурно-оздоровительном, информационном, игровом направлениях.

Главное правило – всегда планировать свою работу и реально рассчитывать свои силы. Надо начинать не с перечисления конкретных мероприятий по здоровьесбережению, но с определения принципов общей и индивидуальной жизнедеятельности, по которым будут жить все участники образовательного процесса, поскольку большую часть времени мы проводим на месте работы или учебы. Бережное отношение к каждой личности, необходимость уделять внимание и учительскому здоровью, особенно его психологической составляющей, позволит не только эффективно работать, но и избежать многих конфликтов и проблем.

Одним из главных условий создания благоприятного климата в образовательном учреждении по праву считается сохранение личного достоинства педагога. Уважение к личности, поддержка и взаимопомощь, доброжелательность и терпимость, – только эти параметры взаимодействия способствуют развитию самоуважения и адекватного самовосприятия. Процесс формирования ценностного отношения к здоровью необходимо начинать с учета индивидуальных свойств личности, что позволит совершенствовать содержание, средства, механизмы и технологии целенаправленной организации деятельности по решению задач сохранения здоровья как отдельного гражданина, так и общественного здоровья в целом. Эффективность субъективного фактора в формировании мотивации к здоровому образу жизни будет наиболее оптимальным, если разработать и реализовать основные пути профилактики стиля жизни, рационально использовать весь духовно-нравственный потенциал человека в единстве и целостности, среди которых основная роль принадлежит физической культуре и спорту, жизненным целям и ценностным установкам, ведущим мотивам и способам деятельности, всей системе приоритетов, позиции человека по отношению к себе, к окружающим людям, к социальным нормам и правилам поведения и т.д.

Таким образом, формирование позитивной мотивации у детей начальных классов к здоровому образу жизни – это специально организованный педагогический процесс приобщения младших школьников к культуре здоровья с опорой на непосредственный опыт детей ценностям и приоритетам, обеспечивающим хорошее здоровье в течение всей последующей жизни, эмоционально-ценностное отношение к сохранению своего здоровья. Ведущим является методическое обеспечение любой технологии. Выбор методов обучения, преподавания, тренировок должен, как лакмусовая бумажка, отражать философский взгляд педагога на проблему, где во главу угла мы ставим сохранение здоровья самого педагога и его воспитанников. Вся методика преподавания должна быть не только жизнеутверждающей, но четко подчинена (наряду с решением всего комплекса образовательных задач) законам здоровьесбережения.

#### **Список источников:**

1. Ашрафуллина Г.Ш. Формирование здорового стиля жизни младших школьников в условиях культурно-досуговой деятельности спортивного центра // Казанская наука. 2011. № 8. С. 220. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17009494>
2. Баскаев Б.А., Ревазов М.О., Хубецов А.М. Моделирование процесса формирования у подростков мотивационно-ценностного отношения к здоровому образу жизни // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 6. С. 876. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22878110>

3. Бачиева Э.Ю., Асадулаева Ф.Р. Формирование здорового образа жизни учащихся как приоритет воспитательной деятельности современной школы // Мир науки, культуры, образования. 2016. № 5 (60). С. 177-179. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27202072>
4. Бруев И.А. Воспитание навыков здорового образа жизни у обучающихся в процессе физического воспитания // Академия педагогических идей Новация. Серия: Студенческий научный вестник. 2021. № 11. С. 51-54. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47447137>
5. Кисиева З.А., Пухова Л.Р., Уригаева М.В. Двигательная активность как фактор, определяющий здоровый образ жизни человека // Проблемы науки. 2019. № 6 (42). С. 86-90. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38291798>
6. Кочиева Э.Р. Формирование здорового образа жизни у студентов как социально-важная проблема государства // Primo Aspectu. 2021. № 3 (47). С. 22-27. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46567831>
7. Кусова А.В. Инновационные подходы к формированию здорового и безопасного образа жизни в образовательной организации // Управление развитием образования. 2020. № 2. С. 144-146. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44931787>
8. Кутепов М.М., Кутепова Л.И., Агеев С.Л. Здоровый образ жизни в молодежном сознании: социологический аспект // Primo Aspectu. 2022. № 2 (50). С. 17-22. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48613709>
9. Малафеева С.Н., Вершинина Н.А. Оценка мотивации к здоровому образу жизни у младших школьников по данным анкетирования // Вестник Уральской медицинской академической науки. 2014. № 3 (49). С. 169-170. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22297875>
10. Миронова Ю.Г., Яковлева Т.Н. Оценка эффективности социальной политики по формированию здорового образа жизни молодежи: региональный аспект (на примере астраханской области) // Primo Aspectu. 2022. № 1 (49). С. 7-12. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48092687>
11. Назарова Е.Л., Камилова А.И. Формирование здорового образа жизни младших школьников средствами интерактивных технологий // Начальная школа: Проблемы и перспективы, ценности и инновации. 2016. № 9. С. 184-189. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25914779>
12. Нейфельд В.П. Активные методы обучения как средство повышения мотивации учащихся к занятиям физической культурой и спортом // Вестник Луганского государственного педагогического университета. Серия 2. Физическое воспитание и спорт. 2021. Т. 62, № 3. С. 18-23. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47924486>
13. Петренко И.Г. Формирование здорового образа жизни младших школьников средствами интерактивных технологий в процессе физического воспитания // APRIORI. Серия: Гуманитарные науки. 2014. № 4. С. 26. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21754246>
14. Романова И.В. Организационно-содержательные условия формирования готовности учителя физической культуры к воспитательной работе // Научные горизонты. 2017. № 3. С. 176-187. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32429057>
15. Сухарев А.Г., Стан В.В., Игнатова Л.Ф. Роль образовательной организации в формировании у учащихся мотивации к здоровью и здоровому образу жизни // Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. 2016. № 2. С. 32-35. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26507489>
16. Тарануха Е.В., Никонова С.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии // Вестник научных конференций. 2020. № 8-2 (60). С. 103-106. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44120629>



**References:**

1. Ashrafullina G.Sh. Formation of a healthy lifestyle of younger schoolchildren in the conditions of cultural and leisure activities of the sports center. *Kazanskaya Nauka*, 2011, no. 8, pp. 220. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17009494>
2. Baskaev B.A., Revazov M.O., Khubetsov A.M. Modeling the process of formation of a motivational-value attitude towards a healthy lifestyle in adolescents. *Modern problems of science and education*, 2014, no. 6, pp. 876. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22878110>
3. Bachieva E.Yu., Asadulaeva F.R. Formation of a healthy lifestyle of students as a priority of the educational activities of a modern school. *World of science, culture, education*. 2016, no. 5 (60), pp. 177-179. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27202072>
4. Bruev I.A. Education of healthy lifestyle skills among students in the process of physical education. *Academy of Pedagogical Ideas Novation. Series: Student Scientific Bulletin*, 2021, no. 11, pp. 51-54. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47447137>
5. Kisieva Z.A., Pukhova L.R., Urigaeva M.V., Gudieva I.Z. Motor activity as a factor determining a healthy lifestyle of a person. *Problems of Science*, 2019, no. 6 (42), pp. 86-90. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38291798>
6. Kochieva E.R. Formation of a healthy lifestyle among students as a socially important problem of the state. *Primo Aspectu*, 2021, no. 3 (47), pp. 22-27. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46567831>
7. Kusova A.V. Innovative approaches to the formation of a healthy and safe lifestyle in an educational organization. *Educational Development Management*, 2020, no. 2, pp. 144-146. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44931787>
8. Kutepov M.M., Kutepova L.I., Ageev S.L. A healthy lifestyle in youth consciousness: a sociological aspect. *Primo Aspectu*, 2022, no. 2 (50), pp. 17-22. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48613709>
9. Malafeeva S.N., Vershinina N.A. Evaluation of motivation for a healthy lifestyle in younger schoolchildren according to the survey data. *Bulletin of the Ural Medical Academic Science*, 2014, no. 3 (49), pp. 169-170. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22297875>
10. Mironova Yu.G., Yakovleva T.N. Evaluation of the effectiveness of social policy for the formation of a healthy lifestyle for young people: a regional aspect (on the example of the Astrakhan region). *Primo Aspectu*, 2022, no. 1 (49), pp. 7-12. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48092687>
11. Nazarova E.L., Kamilova A.I. Formation of a healthy lifestyle of younger schoolchildren by means of interactive technologie. *Primary School: Problems and Prospects, Values and Innovations*, 2016, no. 9, pp. 184-189. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25914779>
12. Neyfeld V.P. Active teaching methods as a means of increasing students' motivation for physical culture and sports. *Bulletin of the Lugansk State Pedagogical University. Series 2. Physical education and sport*, 2021, vol. 62, no. 3, pp. 18-23. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47924486>
13. Petrenko I.G. Formation of a healthy lifestyle of younger schoolchildren by means of interactive technologies in the process of physical education. *APRIORI. Series: Humanities*, 2014, no. 4, pp. 26. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21754246>
14. Romanova I.V. Organizational and substantive conditions for the formation of the physical culture teacher's readiness for educational work. *Scientific horizons*, 2017, no. 3, pp. 176-187. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32429057>

15. Sukharev A.G., Stan V.V., Ignatova L.F. The role of an educational organization in the formation of students' motivation for health and a healthy lifestyle. *Issues of school and university medicine and health*, 2016, no. 2, pp. 32-35. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26507489>

16. Taranukha E.V., Nikonova S.N. Health-saving educational technologies. *Bulletin of scientific conferences*, 2020, no. 8-2 (60), pp. 103-106. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44120629>

Submitted: 14 September 2022

Accepted: 14 October 2022

Published: 15 October 2022

