

© К.А. Цагараев

Научная статья

УДК 371

DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.4.02>**ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ У ШКОЛЬНИКОВ К
ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА**

К.А. Цагараев

Цагараев Казбек Асланбекович,
аспирант кафедры педагогического образования,
психолого-педагогического факультет,
Северо-Осетинский государственный университет
имени К.Л. Хетагурова, Владикавказ, Россия.
SPIN-код: 1775-0180
bekoevamarina@mail.ru

Аннотация. *Статья посвящена проблемам формирования положительной мотивации у младших школьников к здоровому образу жизни как к многогранному социальному явлению. На сегодняшний день высокая значимость адекватного разрешения вопроса, связанного с повышением роли и значимости физкультуры и спорта в формировании ЗОЖ признается на государственном уровне, причем среди всех, без исключения, социальных групп в нашей стране, включая образовательную среду начальной школы. Авторами статьи доказывается тезис о том, что формирование здорового образа жизни у младших школьников в условиях общеобразовательной школы является важнейшей социально-педагогической задачей. Решение проблемы сохранения и улучшения здоровья граждан в большой степени зависит от того, как каждый из них относится к собственному здоровью. Здоровый образ жизни в статье рассматривается как совокупность обусловленных особенностями исторического развития, и отобранных с точки зрения временной протяженности существования человека, апробированных на практике поведенческих правил и норм в ходе жизнедеятельности человека. Они, в свою очередь, направлены на то, чтобы достичь следующих результатов: умение человеком максимально продуктивно осуществлять трудовую деятельность, обеспечивать рациональное расходование сил и ресурсов, знаний и практических умений в ходе реализации учебно-познавательной деятельности, в ходе общественно-полезного труда; владение человеком комплексом наиболее значимых знаний, умений и навыков в области восстановления и оздоровления организма после максимально интенсивной трудовой деятельности и физических усилий; на постоянной основе человек должен углублять и расширять свои нравственные убеждения и установки, эффективно реализовать процесс духовного развития, развивать свой физический потенциал; обеспечивать самостоятельную поддержку и принимать меры для укрепления здоровья.*

Ключевые слова: *здоровье, здоровый образ жизни, младшие школьники, режим дня, активная физическая деятельность.*

Библиографическая ссылка: Цагараев К.А. Формирование положительной мотивации у школьников к здоровому образу жизни как педагогическая проблема // ЦИТИСЭ. 2022. № 3. С.21-29. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.4.02>

Research Full Article

UDC 371

FORMATION OF POSITIVE MOTIVATION IN SCHOOLCHILDREN TO A HEALTHY LIFESTYLE AS A PEDAGOGICAL PROBLEM

К.А. Tsagaraev

Kazbek A. Tsagaraev,
Postgraduate Student, Department of Pedagogical
Education Psychological and Pedagogical Faculty,
North Ossetian State University named after
K.L. Khetagurova, Vladikavkaz, Russian Federation.
bekoevamarina@mail.ru

Abstract. *The article is devoted to the problems of formation of positive motivation among junior schoolchildren to a healthy lifestyle as a multifaceted social phenomenon. Today, the high importance of an adequate resolution of the issue related to the increase in the role and importance of physical culture and sports in the formation of a healthy lifestyle is recognized at the state level, and among all, without exception, social groups in our country, including the educational environment of primary school. The authors of the article prove the thesis that the formation of a healthy lifestyle among junior schoolchildren in a general education school is the most important socio-pedagogical task. The solution to the problem of preserving and improving the health of citizens to a large extent depends on how each of them relates to their own health. A healthy lifestyle in the article is considered as a set of behavioral rules and norms tested in practice in the course of human life, determined by the peculiarities of historical development, and selected from the point of view of the time span of a person's existence, tested in practice. They, in turn, are aimed at achieving the following results: the ability of a person to carry out labor activities as productively as possible, to ensure the rational use of forces and resources, knowledge and practical skills in the course of the implementation of educational and cognitive activities, in the course of socially useful work; a person's possession of a complex of the most significant knowledge, skills and abilities in the field of restoration and healing of the body after the most intense labor activity and physical effort; on an ongoing basis, a person must deepen and expand his moral convictions and attitudes, effectively implement the process of spiritual development, develop his physical potential; provide self-support and take action to promote health.*

Keywords: *health, healthy lifestyle, junior schoolchildren, daily routine, active physical activity.*

For citation: *Tsagaraev K.A. Formation of positive motivation in schoolchildren to a healthy lifestyle as a pedagogical problem. CITISE, 2022, no. 3, pp.21-29. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.4.02>*

В современном обществе проблема здорового образа жизни (ЗОЖ) младших школьников, как многогранного социального явления, стала особенно актуальной, поскольку отсутствуют эффективные подходы к решению проблемы здоровья; наблюдается недостаточная валеологическая компетентность преподавателей; со стороны родителей нет должного внимания к вопросам формирования у детей ценностно-мотивационного отношения к собственному здоровью, к здоровому образу жизни; вопросы, касающиеся психологического аспекта, индивидуальных особенностей и личностной направленности на ценностное отношение к здоровью недостаточно освещаются.

Тесная взаимосвязь между здоровьем и образом жизни, который ведет человек, обусловила развитие ситуации, когда в научный и практический обиход была введена рассматриваемая понятийная категория – здоровый образ жизни. При этом необходимо отметить, что понятие ЗОЖ прослеживается исключительно в структуре адаптационного подхода. Культура здорового образа жизни признается одним из главных элементов общего культурного уровня людей. Общественное здоровье – это здоровье каждого конкретного индивида, то, как он относится к своему здоровью, и какой образ жизни ведет. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), на состояние здоровья человека сказывается, прежде всего, его образ жизни. Главным образом речь идет о том, какова его двигательная активность, занимается ли он физкультурой, каков его режим дня, как он питается, есть ли вредные привычки.

Впервые понятие ЗОЖ начали использовать в странах Запада, понимая под ним обширный перечень ряда наиболее целесообразных правил поведения, при соблюдении которых человек получает возможность обеспечить для себя максимальный уровень защиты от поражения его «болезнями цивилизации». При этом в качестве фундаментальной основы ЗОЖ выступал принцип индивидуальной ответственности каждого человека за его личное здоровье. Был предпринят комплекс мер для разработки плана и практического воплощения комплекса адекватных мероприятий, целью которых являлась минимизация деструктивного влияния рискованных факторов. При этом одновременно реализовался и довольно обширный пакет мер экологического воздействия, в силу чего были получены результаты, свидетельствующие о том, что показатель смертности в Японии, США, ФРГ, Канаде и Финляндии от сердечно-сосудистых заболеваний снизился на 30%.

Среди отечественных ученых вопросы ценностного отношения к состоянию здоровья рассматривались в трудах таких исследователей, как Г.Ш. Ашрафуллина, А.И. Григорьев, А.И. Бугаков, Ф.Ф. Караваев и др. [1; 5; 8]. Здоровьесберегающей среде современной школы, как способу достижения новых образовательных результатов, посвящены труды Г.Е. Гун, И.В. Зотова, Б.А. Каракитатовой, Н.А. Пронина, Е.В. Романова, Г. Сыдыккызы, Б.М. Шаваринского и т.д. [6; 9; 12]. «Формирование положительной мотивации младших школьников к здоровому стилю жизни и воспитание ответственного отношения к здоровью, прежде всего, зависит не только от правильного взаимодействия социальных институтов (Г.Ш. Ашрафуллина), но в значительной мере зависит от сформированности у них ценностного отношения к здоровому стилю жизни в процессе включенности в культурно-досуговую деятельность (просветительной, лечебно-профилактической и физкультурно-оздоровительной работы)» [1, с. 220]. При этом, имеющаяся практика исследования проблемы не позволяет ответить на вопросы по поводу функционирования психологических элементов (под которыми подразумеваются личностные условия и средства) формирования

ценностного отношения к состоянию здоровья.

Нельзя не отметить широкое разнообразие научных подходов, которые используются в целях определения содержательной сути здоровья человека. При этом, принимая во внимание тот факт, что здоровье представляет собой научное междисциплинарное понятие, то его нельзя рассматривать за пределами философской концепции человека. Каждого человека, который проживает на земле можно охарактеризовать тем, что в нем закладывается определенный потенциал здоровья. При реализации указанного потенциала, данный процесс находится под влиянием широкого спектра факторов и специфических индивидуальных особенностей.

Учитывая имеющуюся критическую ситуацию, дискутируемую проблему необходимо представить как вопрос о том, чтобы сохранить (поддержать существующий уровень ресурсов организма человека) и укрепить (оптимизировать ресурсы организма человека) здоровье. Теоретическое исследование вопроса сохранения и укрепления здоровья (А.С. Бузоев, Т.В. Камышова, Д.В. Небиеридзе, В.Д. Саргсян, А.С. Сафарян, О.Н. Фоменков и др.) дает основания для выделения ряда специфик этой проблемы [2; 13; 15]. В частности, она является всеобъемлющей, характеризуется большой степенью напряженности, оказывает прямое воздействие на будущее всей цивилизации и при этом у нее отсутствуют сколь-нибудь эффективные решения. Названные особенности вопроса здоровья заставляют исследователей активно искать способы его решения. В этом процессе задействованы также разнообразные социальные институты, включая школу, семью, учреждения дополнительного образования и др. Ученые приводят множество научных концепций возможных путей решения этой проблемы (Н.А. Воронов, С.Н. Гусейнова, А.Р. Токова, Н.А. Пронина, Е.В. Романова) [4; 7; 12], однако, состояние физического, психического и социального благополучия детей пока остается, к сожалению, на низком уровне.

Ключевое направление в контексте здорового образа жизни отводится проблеме состояния здоровья школьников, так как от функционального состояния и резервных возможностей организма ребенка в этом возрасте во многом зависит ориентированность деятельности личности в направлении формирования, сохранения и укрепления как индивидуального, так и общественного здоровья.

Школа, являясь общественным институтом, которым охвачены все категории лиц на протяжении долгого времени, располагает значительными возможностями для того, чтобы найти наиболее успешные способы сохранения и укрепления здоровья учащихся. Но в реальности, как отмечают некоторые исследователи (С.Н. Кулина, О.Н. Фоменков), школа стала учреждением, которое пагубно сказывается на здоровье учащихся [10; 15]. Одна из причин такого положения вещей – слабая профессиональная подготовка педагогов к реализации валеологической деятельности. На одном из совещаний Министерства просвещения РФ сообщалось о плохой подготовке студентов, окончивших педагогические вузы, к тому, чтобы создать в школе все необходимые условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Характеризуя образовательную среду начальной школы, следует отметить, что многие из младших школьников вовлечены в дополнительную образовательную деятельность, учатся в музыкальной школе, занимаются в различных творческих кружках и т.д. Не всегда удается соблюдать режим дня, который, как известно, играет существенную роль в укреплении нервной системы ребенка (Н.В. Ворначева) [3]; успешности смены основного вида деятельности: с игровой на учебно-познавательную деятельность (И.А. Иськова, И.Л. Кляритская, В.В. Кривой, Т.А. Цапак) [16]; удовлетворении потребности в двигательной активности и т.д. «В этой связи одна из главных задач современной школы, как пишут в своем исследовании А.Г. Маджуга и И.А. Сеницина, помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать

ответственное отношение к собственному здоровью. Это возможно только в результате целенаправленной совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка. Именно поэтому система образования может и должна выступить не менее важным фактором здравоохранения человека, чем медицина, а в плане профилактики так называемых болезней поведения – и более значимым. Выражением такого понимания стал ориентир «здоровье через образование», который обеспечивает реализацию его здоровьесозидающей функции» [11, с. 227].

Отдельную проблему в контексте исследования здорового образа жизни младших школьников составляют пагубные привычки родителей и других членов семьи, из-за которых снижается их социальная ответственность за привитие детям навыков ЗОЖ, ответственность за укрепление и поддержание здоровья детей. В декларации ВОЗ подчеркивается, что здоровье подразумевает физическое, психическое, духовно-нравственное и общественное благополучие, а не только отсутствие заболеваний и физических недостатков.

За последние десять лет приходится констатировать, что позитивных сдвигов в состоянии здоровья детей нет. При этом медицина, цель которой – заботиться о состоянии здоровья людей, на сегодняшний день не в состоянии справиться с кризисом. В настоящее время объектом медицины являются уже заболевшие люди, это медицина «заболеваний и терапии». Эта медицина направлена на нейтрализацию объективно имеющих симптомов. В результате такого подхода зарождается «панацейная», «аптечная» психология. Именно поэтому вопрос здоровья на сегодняшний день не просто имеет место быть: он стоит очень остро и злободневно.

Приступив к рассмотрению вопроса о том, что же следует понимать под здоровьем человека, потребуется проанализировать современные позиции, которые в настоящее время занимают представители научного сообщества при рассмотрении этого вопроса. Итак, некоторые ученые утверждают (Н.А. Пронина, Е.В. Романова, В.В. Федоров), что здоровье человека представляет собой целенаправленную деятельность, реализуемую в целях обеспечения сохранности и развития биологических, физиологических и психологических возможностей и параметров человека, при этом также речь идет об организации максимально продуктивного процесса социальной активности на условиях достижения максимально возможного показателя продолжительности жизни [12; 14]. Анализируя категорию здоровья, можно отметить, что оно может быть представлено в виде модели, в структурном составе которой присутствуют четыре компонента: соматический, физический, психический и нравственный.

В ходе очередной сессии ВОЗ состоялось принятие резолюции, согласно которой главная социальная цель руководства всех государств на ближайшее десятилетие должно состоять в том, чтобы все люди мира достигли такого качества здоровья, которое даст им возможность для ведения эффективного в социальном и экономическом аспекте образа жизни. При этом на качество и состояние здоровья людей каждого отдельного государства влияет большое количество факторов. Прежде всего, это уровень физического развития и физическое воспитание молодого поколения.

Ранее мы уже отмечали, что фундаментальную роль в процессе разрушения человеческого здоровья в настоящее время играют не только разнообразные виды инфекционных заболеваний, но и ряд наиболее злободневных заболеваний хронического неинфекционного порядка. В качестве таких наиболее социально-обусловленных болезней выступают заболевания сердечно-сосудистой системы и, конечно, онкология, которая рассматривается сегодня как бич современного сообщества. В середине прошлого столетия в шестидесятых годах был завершён этап формирования концептуальной теории болезней цивилизации. При этом в группу таких наиболее значимых заболеваний помимо онкологии и

заболеваний сердечно-сосудистой системы специалисты (В.Д. Саргсян, А.С. Сафарян, Т.В. Камышова, Д.В. Небиеридзе) отнесли также различные типы поражений печени и почек, поражений кишечника, обширнейший спектр психических заболеваний, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, различные виды иммунно-аллергических патологических состояний, сахарный диабет, заболевания легких и бронхов [13].

В качестве одной из наиболее явных реакций, проявление которых было обусловлено стремительным снижением качества здоровья среднестатистического человека, проживающего на планете Земля, выступило выделение в науке нового научного течения, которое именуют как «Валеология». При этом фундаментальной целью данного научного течения является производство исследовательских мероприятий для того, чтобы определить максимально адекватный вариант модели разрешения проблемы в области обеспечения сохранности и укрепления здоровья. При этом необходимо отметить, что наиболее весомый вклад в становление данного научного течения внесли именно российские представители научного сообщества, специализирующиеся в области философии, психологии и в курсе общего естествознания.

В анализируемой ситуации принципиальное значение имеет то, что человек не в состоянии получить должное удовлетворение от достигнутого уровня благополучия. При этом такого всеобъемлющего удовлетворения нельзя достичь не только на уровне физиологическом, но и на уровнях физическом и психологическом. Также обеспечить гибкий переход к высшей ступени ЗОЖ не представляется возможным в ситуации, когда человек не осознает и не принимает определенные, признаваемые в обществе и в мире, жизненно важные ценности. В силу влияния обозначенной причины здоровье человека при его рассмотрении необходимо анализировать с точки зрения достижения единства между элементами адаптационного и креативного подхода, так как они представляют с собой взаимообусловленные категории.

Рассматривая в качестве основы тот факт, что здоровье представляет собой обеспечение гармоничного развития и функционирования биологического, физического, физиологического и психического компонентов здоровья человека, можно заключить, что здоровье нецелесообразно и не правомочно рассматривать на условиях его автономии от ценностей человеческого сообщества. Отметим, что при накоплении личностью некоторого конкретного социального опыта, может возникать ситуация значительной дисгармонии между познавательными, психологическими, социально-психологическими, функциональными процессами. Такого рода дисбаланс может обусловить формирование социальных и личностных качеств.

Оптимальный двигательный режим – представляет собой фундаментальное условие ЗОЖ. В качестве основы при этом предстает комплекс систематических занятий по физической культуре, которые, в свою очередь, могут максимально продуктивно решить задачи, связанные с укреплением здоровья и развития физического потенциала молодого поколения, обеспечения сохранности здоровья и двигательной активности человека, реализация адекватных профилактических мер для недопущения негативных изменений, обусловленных возрастом. И в силу влияния обозначенного фактора физкультура и спорт представляют собой один из наиболее эффективных инструментов воспитания.

Следует отметить тот факт, что на втором году обучения в школе количество заболеваний возрастает на 23%, на третьем году – на 30%, а на четвертом году – на 35%. Каждый год возрастает количество учащихся школ и вузов, которые в связи со своим состоянием здоровья входят в специальную медицинскую категорию. Изучив функциональное состояние, можно заключить, что состоянию здоровья учащихся свойственны такие показатели: высокий уровень здоровья – 20%; средний уровень – 27%; ниже среднего – 32%; низкий уровень здоровья – 21%. В настоящее время

психосоматическое здоровье сказывается на эффективности обучения и воспитания, на внутрисемейные и внутриколлективные взаимоотношения, на устойчивость настроения и жизнеспособность индивида. Как известно, качество жизнедеятельности, время, отводимое на сон, правильное питание и регулярные занятия спортом помогают поддерживать бодрость духа, укрепляют все органы и системы молодого организма, стабилизируют моральное и психическое здоровье.

Таким образом, для того чтобы сформировать ценностное отношение у младших школьников к ЗОЖ, следует приучить их к соблюдению такого режима: трудиться и отдыхать в хорошо проветриваемой комнате, отходить ко сну в одно и то же время; следовать правилам личной гигиены; поочередно заниматься умственной и физической деятельностью; принимать пищу в одно и то же время; каждый день делать утреннюю зарядку; просыпаться каждый день в один и тот же час. Именно по этой причине вопрос привития интереса к ЗОЖ младшим школьникам является многосторонним. При этом, как правило, они без помощи взрослых не могут уделять должного внимания и времени физической активности, следить за своим питанием, гигиене, сну, отдыху и т.д. Все это в совокупности подрывает здоровье учащихся. Необходимо внедрять в учебный процесс знания, нацеленные на то, чтобы выработать привычку к ЗОЖ уже в раннем возрасте и привить стремление к самовоспитанию.

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://www.elibrary.ru/item.asp?id=17009494>
2. Бузоев А.С. Механизмы организации здоровьесберегающей образовательной среды // ЦИТИСЭ. 2019. № 3 (20). С. 42. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39135361>
3. Ворначева Н.В. Профилактика девиантного поведения школьников: формирование установки на здоровый образ жизни // ЦИТИСЭ. 2018. № 4 (17). С. 10. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36709993>
4. Воронов Н.А. Здоровый образ жизни как основная составляющая жизни индивида // Тенденции развития науки и образования. 2019. № 55-7. С. 20-22. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41580317>
5. Григорьев А.И., Бугаков А.И. Проблема здоровьесбережения в условиях современной школы // Известия Воронежского государственного педагогического университета. 2015. № 1 (266). С. 69-73. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23274236>
6. Гун Г.Е., Зотов И.В., Шаваринский Б.М. Здоровьесозидающая среда современной школы как способ достижения новых образовательных результатов // Человек и образование. 2019. № 1 (58). С. 60-67. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39272648>
7. Гусейнова С.Н., Токова А.Р. Здоровый образ жизни - тренд в современном обществе // Сборник студенческих научных работ по биоэтике. - Ростов-на-Дону: Ростовский государственный медицинский университет, 2019. - С. 25-29. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43063848>
8. Караваев Ф.Ф. Психологическое здоровье и здоровьесберегающие технологии в образовании // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2014. № 3 (58). С. 64-70. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22529109>
9. Каракитатова Б.А., Сыдыкқызы Г. Здоровый образ жизни, вопрос первичной профилактики // Актуальные научные исследования в современном мире. 2020. № 11-4 (67). С. 68-73. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44476703>

10. Кулина С.Н. Нормативно-правовое обоснование достижения нового образовательного результата в области здоровьесбережения // *Мировая наука*. 2019. № 12 (33). С. 231-240. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42438365>
11. Маджуга А.Г., Синицина И.А. Здоровьесозидающая педагогика: теория, методология, опыт, перспективы развития: монография. - М.: Логос, 2014. - 508 с. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25322804>
12. Пронина Н.А., Романова Е.В. Формирование здоровьесберегающей компетентности будущих учителей в процессе их обучения в вузе // *ЦИТИСЭ*. 2022. № 2 (32). С. 147-161. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49134209>
13. Саргсян В.Д., Сафарян А.С., Камышова Т.В. Здоровый образ жизни как решающий фактор профилактики сердечно-сосудистых заболеваний // *Профилактическая медицина*. 2019. Т. 22, № 6-2. С. 56-60. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42663943>
14. Федоров В.В. К вопросу о взаимодействии категорий «здоровье», «здоровый образ жизни», «культура здорового образа жизни» // *Современный ученый*. 2019. № 3. С. 174-180. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38596914>
15. Фоменков О.Н. Современная школьная среда – ключевое условие формирования здоровьесориентированной направленности личности старшеклассника // *Символ науки: международный научный журнал*. 2015. № 11-2. С. 170-175. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25027760>
16. Цапьяк Т.А., Кляритская И.Л., Кривой В.В. Здоровый образ жизни как определяющий фактор продолжительности жизни // *Крымский терапевтический журнал*. 2020. № 2. С. 69-75. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44139902>

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://www.elibrary.ru/item.asp?id=17009494>
2. Buzoev A.S. Mechanisms for organizing a health-saving educational environment. *CITISE*. 2019. no. 3 (20), pp. 42. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39135361>
3. Vornacheva N.V. Prevention of deviant behavior of schoolchildren: formation of a healthy lifestyle attitude. *CITISE*. 2018, no. 4 (17), pp. 10. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36709993>
4. Voronov N.A. A healthy lifestyle as the main component of an individual's life. *Trends in the development of science and education*. 2019, no. 55-7, pp. 20-22. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41580317>
5. Grigoriev A.I., Bugakov A.I. The problem of health saving in the conditions of modern school. *News of the Voronezh State Pedagogical University*. 2015, no. 1 (266), pp. 69-73. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23274236>
6. Gun G.E., Zotov I.V., Shavarinskii B.M. Health-creating environment of modern school as a way to achieve new educational results. *Man and Education*. 2019, no. 1 (58), pp. 60-67. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39272648>
7. Guseynova S.N., Tokova A.R. A healthy lifestyle is a trend in modern society. *Collection of student scientific papers on bioethics*. Rostov-on-Don, Rostov State Medical University Publ., 2019, pp. 25-29. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43063848>
8. Karavaev F.F. Psychological health and health-saving technologies in education. *Psychopedagogy in law enforcement agencies*. 2014, no. 3 (58), pp. 64-70. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22529109>

9. Karakitatova B.A., Sydykkyzy G. Healthy lifestyle, the issue of primary prevention. *Actual scientific research in the modern world*, 2020, no. 11-4 (67), pp. 68-73. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44476703>
10. Kulina S.N. Normative-legal substantiation of achieving a new educational result in the field of health saving. *World science*, 2019, no. 12 (33), pp. 231-240. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42438365>
11. Madjuga A.G., Sinitsina I.A. *Health-creating pedagogy: theory, methodology, experience, development prospects*. Monograph. Moscow, Logos Publ., 2014. 508 p. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25322804>
12. Pronina N.A., Romanova E.V. Formation of health-saving competence of future teachers in the process of their education at the university. *CITISE*, 2022, no. 2 (32), pp. 147-161. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49134209>
13. Sargsyan V.D., Safaryan A.S., Kamyshova T.V. Healthy lifestyle as a decisive factor in the prevention of cardiovascular diseases. *Preventive medicine*, 2019, vol. 22, no. 6-2, pp. 56-60. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42663943>
14. Fedorov V.V. To the question of the interaction of the categories "health", "healthy lifestyle", "culture of a healthy lifestyle". *Modern scientist*, 2019, no. 3, pp. 174-180. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38596914>
15. Fomenkov O.N. The modern school environment is a key condition for the formation of a health-oriented orientation of the personality of a high school student. *Symbol of Science: International Scientific Journal*, 2015, no. 11-2, pp. 170-175. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25027760>
16. Tsapyak T.A., Klyaritskaya I.L., Krivoi V.V. Healthy lifestyle as a determining factor in life expectancy. *Crimean Therapeutic Journal*, 2020, no. 2, pp. 69-75. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44139902>

Submitted: 03 September 2022

Accepted: 04 October 2022

Published: 05 October 2022

