

**СЕКЦИЯ 12. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ДЕТСКОГО И ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ**

УДК 613.95

**ОБУЧЕНИЕ В МЕДИЦИНСКОМ КЛАССЕ КАК СПОСОБ
ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ**

*Соловьева Ю.В., Скоблина Н.А., Маркелова С.В.
ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, г. Москва*

Аннотация. Формирование у школьников навыков здоровьесберегающего поведения является важной задачей, стоящей в настоящее время перед системой образования. В статье представлены результаты исследования влияния образовательного процесса на сформированность навыков здоровьесбережения у обучающихся медицинских и немедицинских классов общеобразовательной школы. Показано, что обучение в медицинском классе способствует повышению информированности и сформированности навыков ведения здорового образа жизни, что сказывается на соотношении жировой и мышечной массы в составе тела, более низком показателе индекса массы тела, более высоком значении мышечной силы кистей рук.

Ключевые слова: школьники, медицинский класс, знания, навыки, жировая масса, мышечная масса, здоровый образ жизни.

**TRAINING IN A MEDICAL CLASS AS A WAY OF FORMING
A HEALTHY LIFESTYLE OF SCHOOLCHILDREN**

*Solovieva Y.V., Skoblina N.A., Markelova S.V.
Pirogov Russian National Research Medical University, Moscow*

Annotation. The formation of health-saving behavior skills in schoolchildren is an important task currently facing the education system. The article presents the results of a study of the influence of the educational process on the formation of health-saving skills among students of medical and non-medical classes of secondary schools. It is shown that training in the medical class helps to increase awareness and develop skills for a healthy lifestyle, which affects the ratio of fat and muscle mass in the body composition, a lower body mass index, and a higher value of the muscular strength of the hands.

Keywords: schoolchildren, medical class, knowledge, skills, fat mass, muscle mass, healthy lifestyle.

Введение. Важность формирования здоровьесберегающего поведения среди современных школьников отмечается большим числом исследователей [1-5]. Нарушения питания школьников, их двигательной активности и других компонентов режима дня может приводить к дисгармоничности физического развития [6-8]. Целью реализуемого в Москве с 2014 года инновационного образовательного Проекта «Медицинский класс в московской школе» является подготовка компетентных и осмысленно выбравших будущую профессию специалистов, необходимых экономике города и востребованных на современном рынке труда. Обучение в медицинском классе направлено на подготовку к поступлению в медицинский ВУЗ и содержит углубленный блок информации по химии и биологии.

Цель исследования: провести анализ влияния обучения школьников в медицинском классе на формирование приверженности здоровому образу жизни.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие старшеклассники из медицинских классов (15 мальчиков и 15 девочек) образовательной организации, имеющей договор с РНИМУ им. Н.И. Пирогова, а также старшеклассники из немедицинских классов (52 мальчика и 69 девочек) образовательных организаций г. Москвы. Получены информированные согласия на проведение исследований от законных представителей обучающихся. Старшеклассники осмотрены с помощью прибора Ibody 230, посредством кистевого динамометра производилось изучение мышечной силы кистей рук, выполнено анкетирование по изучению приверженности здоровому образу жизни. Анализ полученных данных выполнялся с применением методов описательной статистики.

Результаты и их обсуждение. Результаты анкетирования школьников показали, что обучающиеся из медицинских классов имеют более высокий уровень знаний, а также более выраженную приверженность здоровому образу жизни – более информированы и чаще используют достоверные источники информации по вопросам здорового образа жизни и правильному питанию (70,3% из медицинских классов и 67,6% из немедицинских классов), продемонстрировали приверженность принципам правильного пищевого поведения (50,0% из медицинских классов и 30,0% из немедицинских классов, $p \leq 0,05$), регулярно посещают спортивные секции (25,0% и 7,3% соответственно, $p \leq 0,05$); тратят на прогулки на свежем воздухе более 1,5 часов (55,2% и 47,3% соответственно), имеют большее количество шагов ($15000,0 \pm 400,0$ и $9416,5 \pm 400,0$ соответственно, $p \leq 0,05$).

Индекс массы тела у мальчиков, обучающихся в медицинских классах составил $20,8 \pm 0,60$ кг, в немедицинских классах $22,1 \pm 0,54$ кг, у девочек - $20,1 \pm 0,65$ кг и $20,4 \pm 0,33$ кг соответственно. Мышечная сила у мальчиков, обучающихся в медицинских классах

составила $34,0 \pm 0,5$ кг, в немедицинских классах - $30,5 \pm 0,5$ кг соответственно, у девочек, обучающихся в медицинских классах составила – $28,0 \pm 0,5$ кг и $25,0 \pm 0,5$ кг соответственно.

Зафиксированные отличия в уровне информированности старшеклассников, обучающихся по разным образовательным программам, наряду с отмеченной тенденцией к увеличению приверженности к здоровьесберегающему поведению школьников из медицинских классов, позволяет ожидать благоприятного течения процесса их физического развития. Этот тезис подкрепляется показателем мышечной силы кистей рук, который является интегральным показателем, характеризующим состояние не только костно-мышечной системы, но и отражающим соотношение жировой и мышечной массы в составе тела.

Выводы. Таким образом, в процессе обучения в медицинском классе создаются предпосылки для повышения информированности и приверженности принципам здорового образа жизни, что способствует решению задачи по укреплению здоровья школьников, а также создает благоприятные предпосылки для успешного обучения в медицинском ВУЗе.

Список литературы

1. Девришов, Р. Д. Гигиенические аспекты инновационных процессов в современном обществе / В. В. Коломин, И. А. Кудряшева, Р. Д. Девришов [и др.] // Российский вестник гигиены. – 2021. – № 2. – С. 20-23. – DOI 10.24075/rbh.2021.013.
2. Маркелова, С. В. Роль родителей, учителей, медицинских работников в формировании знаний, умений и навыков безопасного использования электронных устройств старшими школьниками / С. В. Маркелова // Здоровье населения и среда обитания - ЗНиСО. – 2020. – № 8(329). – С. 50-57. – DOI 10.35627/2219-5238/2020-329-8-50-57.
3. Милушкина, О. Ю. Риск от влияния факторов внутришкольной среды и внешкольных факторов на здоровье школьников / О. Ю. Милушкина, Н. А. Скоблина, Р. Д. Девришов [и др.] // Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики. – 2023. – № 1. – С. 46-62. – DOI 10.24412/2312-2935-2023-1-46-62.
4. Попов, В. И. Состояние здоровья и физическая активность детей в период обучения в школе / В. И. Попов, Т. Л. Настаушева, О. А. Жданова // Здравоохранение Российской Федерации. – 2021. – Т. 65, № 3. – С. 238-244.
5. Решетников, А. В. Мотивационные факторы профессионального самоопределения учеников 10-11 классов медицинской направленности московских школ

/ А. В. Решетников, Т. М. Литвинова, Н. В. Присяжная Н.В. [и др.] // Социология медицины. – 2020. – Т. 19, № 2. – С. 115-122.

6. Горелова, Ж. Ю. Научное обоснование и разработка вариантов школьного меню (12 дневных суточных рационов) с учетом домашнего питания. Основные принципы, особенности и преимущества / Ж. Ю. Горелова, В. Р. Кучма, Ю. В. Соловьева [и др.] // Евразийское Научное Объединение. – 2017. – Т. 1, № 3(25). – С. 71-77.

7. Девришов, Р. Д. Организация питания школьников в условиях неблагоприятной эпидемиологической ситуации / Р. Д. Девришов, И. В. Хорошева // Международный научно-исследовательский журнал. – 2022. – № 3-1(117). – С. 108-110. – DOI 10.23670/IRJ.2022.117.3.018.

8. Кучма, В. Р. Гигиеническое обоснование и разработка рационов питания школьников / В. Р. Кучма, Ж. Ю. Горелова, А. В. Иваненко [и др.] // Здоровье семьи - 21 век. – 2018. – № 2(2). – С. 32-59.

УДК: 378.178

СПОСОБНЫ ЛИ ВЫ БЫТЬ ПОБЕДИТЕЛЕМ? АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ КУРСОВ

Михайлова С.А.¹, Пузырев В.Г.², Ситдикова И.Д.^{2,3}, Хузаханов Ф.В.¹, Ахметова А.Р.¹

¹ФГБОУ ВО «Казанский государственный медицинский университет»,

²ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский педиатрический медицинский университет»,

³ФГБОУ ВО «Набережночелнинский государственный педагогический университет»

Аннотация. В данной статье представлен анализ результатов теста "Способны ли вы быть победителем?" среди студентов 1, 3 и 6 курсов. Целью исследования было выявление склонности студентов к победе, а также распределения по трем категориям: «Однозначно победитель», «Склонен быть победителем» и «Не победитель». Результаты анализа показали, что 55,9% участников теста отнесены к категории «Однозначно победитель», 37,9% — к категории «Склонен быть победителем», и лишь 3,1% студентов оказались в категории «Не победитель».

Ключевые слова: победитель, студенты, тестирование, психологические характеристики, успех, склонности.