

УДК 370.37.1

## **МЕДИЦИНСКИЙ АСПЕКТ ЗДОРОВЬЕСОХРАНЯЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ РОССИИ И ВОСТОЧНОЙ ЕВРОПЫ**

### **Климацкая Людмила Георгиевна**

Доктор медицинских наук, профессор. Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева. Красноярск, Россия. E-mail: klimatskaya47@mail.ru

### **Зайцева Ольга Исаевна**

Доктор медицинских наук, главный научный сотрудник ФИЦ КНЦ СО РАН. Научно-исследовательский институт медицинских проблем Севера. Красноярск, Россия. E-mail: 1081959@mail.ru

### **Кузьмин Владимир Андреевич**

Доцент, зав. отделением факультета военного обучения. Военно-инженерный институт Сибирского федерального университета. Красноярск, Россия. E-mail: atosn35@mail.ru

### **Клещевска Эва**

Доктор наук о здоровье, профессор, Государственная высшая профессиональная школа имени профессора Эдварда Ф. Щепаника в Сувалках. Сувалки, Польша. E-mail: kleszczewska.ewa@gmail.com

### **Дыхно Юрий Александрович**

Доктор медицинских наук, профессор, Красноярский государственный медицинский университет им. В. Ф. Войно-Ясенецкого. Красноярск, Россия dykhno\_yury@mail.ru

### **Шпаков Андрей Иванович**

Кандидат медицинских наук, доцент, зав. кафедрой спортивной медицины и реабилитации. Гродненский государственный университет им. Янки Купалы. Гродно, Беларусь. Доцент. Высшая медицинская школа в Белостоке. Белосток, Польша. E-mail: shpakofff@tut.by

## **MEDICAL ASPECTS OF HEALTH-SAVING BEHAVIOR OF UNIVERSITY STUDENTS FROM RUSSIA AND EASTERN EUROPE**

### **Klimatckaia Liudmila Georgievna**

Doctor of Medical Sciences, Professor, Department of Social Pedagogy and Social Work, Krasnoyarsk Pedagogical University named after V. P. Astafiev. Krasnoyarsk, Russia. E-mail: klimatskaya47@mail.ru

### **Zaitseva Olga Isaevna**

Doctor of Medical Sciences, Science-Research Institute of Medical Problems of the North, Russian Academy of Sciences, Siberian Branch. Krasnoyarsk, Russia. E-mail: 1081959@mail.ru

### **Kuzmin Vladimir Andreevich**

Associate Professor, Head of the Department of Military Studies. Military Engineering Institute of the Siberian Federal University. Krasnoyarsk, Russia. E-mail: atosn35@mail.ru

### **Kleszczewska Eva**

Doctor of Health Sciences, Professor. State Higher Vocational School named after Professor Edward F. Schepanik in Suwalki. Suwalki, Poland. E-mail: kleszczewska.ewa@gmail.com

### **Dykhno Yuriy**

Doctor of Medical Sciences, Professor. Department of Oncology Krasnoyarsk Medical University named after prof. V. F. Voyno-Yasenetskiy. Krasnoyarsk, Russia. dykhno\_yury@mail.ru

### **Shpakou Andrey Ivanovich**

Candidate of Medical Sciences, Associate Professor, Head. Department of Sports Medicine and Rehabilitation. Yanka Kupala State University of Grodno. Grodno, Belarus. E-mail: shpakofff@tut.by  
Associate Professor. Higher Medical School in Bialystok. Bialystok, Poland. E-mail: biuro@wsmed.edu.pl

#### **Следует цитировать / Citation:**

*Климацкая Л. Г., Зайцева О. И., Кузьмин В. А., Клещевская Э., Дыхно Ю. А., Шпаков А. И.* Медицинский аспект здоровьесохраняющего поведения студентов вузов России и Восточной Европы. — 2019. — № 4 (15). Спецвыпуск по гранту РФФИ № 19-013-20149\19. — С. 276–284. URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

*Klimatckaia L. G., Zaitseva O. I., Kuzmin V. A., Kleszczewska E., Dykhno Yu. A., Shpakou A. I.* 2019. Medical aspects of health-saving behavior of university students from Russia and Eastern Europe. Health, Physical Culture and Sports, 4 (15), pp. 276–284. (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>.

Поступило в редакцию / Submitted 18.06.2019

Принято к публикации / Accepted 19.09.2019

**Аннотация.** В этой статье мы представляем часть проекта международных междисциплинарных команд, которые уже достаточно долго сотрудничают между собой и результативно решают проблемы и задачи по качеству жизни, связанному со здоровьем людей различного возраста.

Цель исследования: изучить медицинский аспект здоровьесохраняющего поведения студентов по самооценке здоровья на основе данных медицинских осмотров.

Студенты из вузов Польши, Беларуси, Украины и России были объектом исследования (n=2998 человек). Анкетирование студентов проведено на основе ключевых общих подходов Программы здоровьесбережения в период 2013–2016 гг., в России — 2013–2018 гг. Вопросы анкеты касались здоровьесохраняющего поведения студентов в части отношения и участия в медицинских осмотрах.

После проведения медицинских осмотров обобщены полученные результаты посредством командной работы. Были сформированы группы студентов по оценке своего здоровья от очень хорошей до очень плохой вне зависимости от страны проживания. Наиболее многочисленной (свыше 40%) являлась группа студентов, оценившая свое состояние здоровья как «хорошее». Второй по численности была группа, обозначившая свое здоровье как «среднее». При этом категория респондентов из Беларуси и России была достоверно значительнее в сопоставлении со студентами из Польши и Украины ( $P_{1,4-2,3} < 0.001$ ). Третья, немногочисленная группа студентов, оценила свое состояние здоровья как «очень хорошее». Эта когорта была представлена студентами из Польши (почти четверть респондентов), промежуточное положение заняли студенты из России (11,6%), затем студенты Беларуси и Украины ( $P_{2-1,3,4} < 0.001$ ).

Среди всех респондентов категория студентов, оценивших свое здоровье как «плохое» и «очень плохое», составила менее 5%, а среди респондентов из России категория «очень плохое» вообще отсутствовала. На примере российских студентов установили положительную

корреляционную взаимосвязь между частотой медицинских осмотров и самооценкой уровня здоровья ( $R=0,63$ ,  $P<0,001$ ,  $n=413$ ).

Прохождение ежегодных медицинских осмотров дает возможность студентам регулярно получать объективную информацию о своем здоровье, формирует адекватную самооценку, дает уверенность в своем физическом, психологическом, социальном, духовном функционировании и является компонентом такого показателя как качество жизни.

Самооценка и ценность здоровья обуславливают здоровьесберегающее поведение лидеров здоровья — студентов медицинских и педагогических университетов.

**Ключевые слова:** студенты, здоровьесохраняющее поведение, медицинские осмотры, самооценка здоровья.

**Abstract.** We present in this article a part of a project of international interdisciplinary teams that have been cooperating with each other for quite a long time and effectively solving problems and tasks in the quality of life related to the health of people of different ages.

To study the medical aspect of health self-esteem health behavior of students based on data from medical examinations.

Students from universities in Poland, Belarus, Ukraine and Russia were the object of study ( $n = 2998$  people). The survey of students was carried out on the basis of key general approaches of the Health Saving Program in the period 2013–2016, in Russia 2013–2018. The questionnaire related to students' health-preserving behavior in terms of attitude and participation in medical examinations.

The results were summarized after conducting medical examinations through teamwork. Groups of students were formed to assess their health from very good to very bad, regardless of country of residence. The most numerous (over 40%) was a group of students, assessing their state of health as “good”. The second largest group was designated their health as “average”. At the same time, the category of respondents from Belarus and Russia was significantly more significant in comparison with students from Poland and Ukraine ( $P1.4-2.3 <0.001$ ). A third, small group of students rated their state of health as “very good”. This cohort was represented by students from Poland (almost a quarter of respondents), students from Russia (11.6%) took an intermediate position, then students from Belarus and Ukraine ( $P2-1.3.4 <0.001$ ).

The category of students who rated their health as “bad” and “very poor” was less than 5%. Among the respondents from Russia, the category “very poor” was completely absent. Using the example of Russian students, a positive correlation was established between the frequency of medical examinations and self-assessment of the level of health ( $R = 0.63$ ,  $P <0.001$ ,  $n = 413$ ).

Annual medical examinations gives students the opportunity to regularly receive objective information about their health, forms an adequate self-esteem, gives confidence in their physical, psychological, social, spiritual functioning and is a component of such an indicator as quality of life.

Self-esteem and health value determine the health-saving behavior of leaders — students of medical and pedagogical universities.

**Key words:** students of university, health-saving behavior, medical examination, self-reported health.

**Актуальность.** Термин «здоровьесбережение» в последнее время является часто употребляемым. Многочисленные исследования доказали необходимость разработки специальных мер по сохранению и укреплению здоровья населения [1–6]. В данной ста-

тье рассматривается здоровьесберегающее поведение, которое подразумевает способ жизнедеятельности, позволяющий реализовать намеченные идеи, сохранять и улучшать здоровье.

Особый интерес в исследовании здоровьесберегающего поведения вызывает уча-

щаяся молодежь, именно данной категории населения труднее всего придерживаться принципов здорового образа жизни [7]. Ранее нами, как и другими авторами, было показано, что это отражается в таких важных компонентах, как несоблюдение режимных моментов в приеме пищи; недостаточности двигательной активности, малом пребывании на свежем воздухе, систематическом недосыпании за счет решения сложных материальных проблем или проблем карьеры, курение и др. [8–12]. Поэтому особенностью населения России является то, что проблемы здоровья перемещаются с группы престарелого населения в группы детей и молодежи, что противоречит естественным процессам [13]. Общество осознало важность понятия здоровьесберегающего поведения в современном мире, так как любую болезнь, физическую, психическую или социальную, целесообразнее предотвратить, чем лечить ее последствия. В данной статье рассматривается аспект здоровьесберегающего поведения студентов относительно медицинских осмотров, задачи которых — раннее выявление патологии и профилактика [14, 15].

В России медицинский аспект здоровьесберегающего поведения поддерживается на государственном уровне в виде вакцинации, медицинских осмотров. Студенты проходят медицинские осмотры в обязательном порядке согласно приказу по университету. Профилактический медицинский осмотр направлен на задачу по раннему выявлению хронических неинфекционных заболеваний и рисков их развития.

Основное отличие профилактического осмотра от диспансерного — это большее число исследований и периодичность проведения. По результатам диспансерного медицинского осмотра предпринимаются те же меры: установление диагноза заболевания (состояния), определение группы состояния здоровья, группы диспансерного наблюдения, назначение необходимого лечения, при наличии медицинских показаний направление на дополнительные диагностические исследования, не входящие в объем профилактического медицинского осмотра, или для получения

специализированной медицинской помощи. Проводится он в медицинской организации, к которой человек прикреплен для получения первичной медицинской помощи (поликлиники), организует профилактический осмотр тоже врач-терапевт. Как и результаты диспансеризации, информацию о проведении профилактического медицинского осмотра врач-терапевт вносит в паспорт здоровья, который выдается на руки для ознакомления с рекомендациями.

Здоровьесберегающее поведение студентов — общепризнанный, надежный, действенный способ сохранения и укрепления здоровья и определяется самим молодым человеком, его всесторонней сознательной деятельностью.

**Цель исследования.** Изучить медицинский аспект здоровьесохраняющего поведения студентов по самооценке здоровья на основе данных медицинских осмотров.

**Методы исследования.** В исследовании участвовали студенты из России (Красноярский государственный педагогический университет имени В. П. Астафьева; Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В. Ф. Войно-Яснецкого, Красноярск; медицинский факультет Хакасского государственного университета имени Н. Ф. Катанова, г. Абакан), Польши (Государственная высшая профессиональная школа имени профессора Эдварда Ф. Щепаника в Сувалках), Беларуси (Гродненский государственный университет имени Янки Купалы), Украины (Государственный медицинский университет им. Д. Галицкого во Львове). Всего 2998 человек, из них 1862 женщины и 1136 мужчин.

Анкетирование студентов проведено на основе ключевых общих подходов Программы здоровьесбережения в период 2013–2016 гг., в России — 2013–2018 гг. Вопросы анкеты касались здоровьесохраняющего поведения студентов в части отношения и участия в медицинских осмотрах.

Для проведения исследования применялась система интернет-опроса LimeSurvey в рамках деятельности Международных групп виртуальных исследований, позволяющая собирать и анализировать ответы респондентов.

Онлайн-опросы были доступны на русском, польском, белорусском и украинском языках.

Анализ данных проводили с использованием статистического пакета прикладных программ STATISTICA, ver. 6.0. (StatSoft Inc. США). Все полученные результаты проверяли на нормальность распределения с помощью критерия Колмогорова-Смирнова. Анализ клинико-лабораторных данных показывает, что гипотеза нормальности распределения не может быть принята при уровне значимости  $P > 0,05$ . Поэтому во всех исследованиях для обеспечения единства методологии применялись непараметрические методы.

Для качественных признаков использовался критерий  $\chi^2$  с поправкой Йейтса, а для малых выборок — двусторонний точный критерий Фишера. Анализ зависимости признаков проводился с помощью расчета и оценки значимости непараметрического коэффициента корреляции по Спирмену. Результаты исследования качественных признаков представлены в виде абсолютных и относительных (в %) ча-

стот. Изменения считаются статистически значимыми при уровне значимости  $P < 0,05$ .

**Результаты и их обсуждение.** На первом этапе в России было проведено исследование среди студентов-медиков и будущих социальных педагогов и социальных работников. В соответствии с целью исследования нами был изучен аспект здоровьесохраняющего поведения студентов по самооценке здоровья на основе данных медицинских осмотров на 1–5 годах обучения. Были учтены факторы влияющие на самооценку, такие как удовлетворенность уровнем медицинского обслуживания и информированность о результатах медицинского обследования. Медицинские осмотры проходили согласно приказу по университету в свободный от учебы день в прикрепленной поликлинике в отведенные для этого часы. Обследование завершалось полной информацией о здоровье с выдачей «паспорта здоровья студента» (профосмотры) или медицинской книжки (диспансеризация — при выходе студентов на практику).

Таблица 1

**Самооценка состояния здоровья российскими студентами с учетом года обучения по данным медицинских осмотров**

Самооценка состояния здоровья	1 курс n=122	2 курс n=68	3 курс n=58	4 курс n=116	5 курс n=49	P по $\chi^2$
	1 группа	2 группа	3 группа	4 группа	5 группа	
Очень хорошее	12,3% 15	10,3% 7	10,2% 6	10,3% 12	16,3% 8	
Хорошее	28,7% 35	48,5% 33	44,8% 26	52,6% 61	44,9% 22	P1–2= 0.0062 P1–3=0.00330 P1–4=0.0002 P1–5=0.0427
Среднее	57,4% 70	33,8% 23	41,4% 24	36,2% 42	38,8% 19	P1–2= 0.0019 P1–3=0.0446 P1–4=0.0011 P1–5=0.0282
Плохое	2	5	2	1	0	
Очень плохое	0	0	0	0	0	

Анализ данных оценки состояния своего здоровья студентами выявил, что независимо от года обучения наиболее многочисленными были группы студентов, оценивших свое состояние здоровья как «хорошее» (42,9%) и «среднее» (43,1%). Немногочисленной была группа студентов различных курсов, определившая свое здоровье как «очень хорошее» (11,6%). В единичных случаях студенты различных курсов оценили свое здоровье

как «плохое», оценка «очень плохое» отсутствовала.

Заслуживает внимания факт, что по мере увеличения продолжительности обучения увеличивается число студентов, определяющих свое здоровье как «хорошее» ( $P < 0,05$ - $P < 0,01$ ), и снижается число респондентов, оценивающих свое здоровье как «среднее» ( $P < 0,05$ - $P < 0,01$ ). Выявленные особенности самооценки состояния здоровья студентов

с учетом года обучения обусловлены периодом «острой» адаптации к условиям обучения в высшей школе, которое проходят студенты-первокурсники. Эти результаты согласуются с данными других исследователей [16, 17]. Так, Г. А. Мысина [17] утверждает, что таким образом через процесс адаптации здоровье отражает способность человека сохранять свой гомеостаз к меняющимся условиям среды.

На втором этапе посредством командной работы были обобщены результаты здо-

ровесохраняющего поведения студентов из 4 стран в части отношения и участия в медицинских осмотрах. Для этого были сформированы группы студентов из каждой страны. Характеристика студенческих групп наблюдения из 4 стран представлена в таблице 2. Произведено сравнение самооценки здоровья в ряду: очень хорошее — хорошее — среднее — плохое — очень плохое вне зависимости от страны проживания (табл. 3).

Таблица 2

**Характеристика группы наблюдения из 4 стран, чел.**

Количество человек по полу	Количество человек				
	Беларусь	Польша	Украина	Россия	Всего
Мужчины	355	411	211	159	1136
Женщины	553	588	467	254	1862
Итого	908	999	678	413	2998

Самооценка состояния здоровья студентов, представленная в таблице 3, позволила выявить общие тенденции и особенности в группах наблюдения.

Таблица 3

**Самооценка состояния здоровья студентами из 4 стран по данным медицинских осмотров**

Самооценка состояния здоровья	Беларусь n=908		Польша n=999		Украина n=678		Россия n=413		P по $\chi^2$
	1 группа		2 группа		3 группа		4 группа		
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	
Очень хорошее	60	6,6	239	24,0	52	7,8	48	11,6	P2-1,3,4<0.001 P4-1=0.0021 P4-3=0.0283
Хорошее	428	47,2	547	54,8	381	56,3	177	42,8	
Среднее	366	40,4	191	19,2	210	31,3	178	43,2	P4-2,3<0.001
Плохое	48	5,3	14	1,4	8	1,3	10	2,4	P1-2,3,4<0.001
Очень плохое	6	0,5	8	0,6	27	3,3	0	0	P3-1,2<0.001

Независимо от региона проживания наиболее многочисленной (свыше 40%) были студенты, оценившие свое состояние здоровья как «хорошее». Второй по численности была группа респондентов, обозначивших свое здоровье как «среднее». При этом категория респондентов из Беларуси и России была достоверно больше по численности в сопоставлении со студентами из Польши и Украины (P1,4-2,3<0.001). Третья, немногочисленная группа студентов независимо от региона проживания, оценила свое состояние здоровья как «очень хорошее». Эта когорта была представлена студентами из Польши (почти четверть респон-

дентов), промежуточное положение заняли студенты из России (11,6%), затем студенты из Беларуси и Украины (P2-1,3,4<0.001). Среди всех респондентов категория студентов, оценивших свое здоровье как «плохое» и «очень плохое», составила менее 5%, а среди респондентов из России категория «очень плохое» вообще отсутствовала.

Принимая во внимание, что медицинские осмотры студенческой молодежи в России проводятся в соответствии с правительственными регламентирующими постановлениями силами государственных медицинских учреждений [18], мы сочли целесообразным проанализи-

ровать взаимосвязь между частотой медицинских осмотров и самооценкой уровня здоровья в анализируемых группах. Была установлена положительная корреляционная взаимосвязь между частотой медицинских осмотров и самооценкой уровня здоровья студентов ( $R=0,63$ ,  $P<0,001$ , для  $n = 413$ ).

**Заключение (рекомендации).** Прохождение ежегодных медицинских осмотров дает возможность студентам регулярно получать

объективную информацию о своем здоровье, формирует адекватную самооценку, дает уверенность в своем физическом, психологическом, социальном, духовном функционировании и является компонентом такого показателя как качество жизни.

Самооценка и ценность здоровья обуславливают здоровьесберегающее поведение лидеров здоровья — студентов медицинских и педагогических университетов.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Сохранение и укрепление здоровья обучающихся в образовательных организациях и деятельности педагога / Л. А. Акимова, Н. В. Сократов, Н. Н. Апрелева. Изд-во ОГПУ, 2016. URL: <http://elib.osu.ru/handle/123456789/2789>
2. Методологические подходы к реализации педагогики здоровья в контексте действующих федеральных государственных образовательных стандартов / А. Ю. Зверкова, Н. П. Абаскалова, Э. М. Казин // *Scientific and Practical Journal of Health and Life Sciences*. 2015. № 2. P. 34–41.
3. Зверкова А. Ю. Формирование ключевой компетенции «быть здоровым» у студентов педагогического вуза в условиях освоения здоровьеориентированных педагогических технологий дошкольного образования // *Современные проблемы науки и образования*. 2015. № 6. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=23695>.
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 28 декабря 2010 г. № 2106 г. Москва «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников» // *Российская газета*. URL: <http://www.rg.ru/2011/02/16/obr-sdorovje-dok.html> (дата обращения: 31.07.2013).
5. Сравнительный анализ показателей здоровьесохраняющего поведения студентов младших и старших курсов вузов / Д. С. Блинов, Н. Н. Чернова, О. П. Балыкова, С. А. Ляпина, О. А. Смирнова, Л. И. Китаева // *Вестник Мордовского университета*. 2016. № 1 (26). С. 90–97.
6. Попов В. И., Мелихова Е. П. Изучение и методология исследования качества жизни студентов // *Гигиена и санитария*. 2016. № 95 (9). С. 879–884.
7. Климацкая Л. Г., Шпаков А. И. Формирование у студенческой молодежи установок здорового образа жизни: монография 2016 URL: <https://elib.grsu.by/katalog/576740pdf.pdf?d=true>
8. Nutritional status and food choices among first year medical students / E. Kolarzyk, A. Shpakou, E. Kleszczewska, L. Klimackaya, S. Laskiene // *Central European Journal of Medicine*. 2012. № 3 (7). P. 396–408.
9. Nutrition of overweight and obese students / E. Kolarzyk, A. Pac, A. Shpakou, E. Kleszczewska, L. Klimackaya, S. Laskiene // *Central European Journal of Medicine*. 2012. 7 (5). P. 1–7.
10. Traditional smoking and e-smoking among medical students and students-athletes — popularity and motivation / A. Shpakou, V. Kovalevskiy, L. Klimatskaia, I. Naumau, S. Sivakova, O. Zaitseva, Yu. Dykhno // *Family Medicine & Primary Care Review* 2018. 20 (1). P. 61–66
11. Двигательная активность как фактор формирования здорового образа жизни студенческой молодежи / Л. Г. Климацкая, А. И. Шпаков, С. Ласкене, Э. Коляжек, Э. Клещевска, Е. А. Мельникова // *Сибирское медицинское обозрение*. 2011. 1 (67). С. 61–67.
12. Klimatskaia L. G. Physical activity students and university professors as leaders of health // *Physical education of students*. 2013. Vol. 3. P. 31–34.

13. Причины избыточного веса и ожирения среди студентов вузов / Э. Коляжик, Л. Г. Климацкая, А. И. Шпаков, С. Ласкене // Сибирский вестник специального образования. 2013. № 2 (10). С. 100–114.

14. Биловус В. К. Цели — ценностные установки молодежи на здоровьесберегающее поведение. Донской гос. техн. университет г. Шахты. 2018. 60 с. URL: <https://www.litres.ru/v-k-bilovus/celennostnye-ustanovki-molodezhi-na-zdorovesberegayuschee-povedeniye>

15. Фертикова Т. Е., Рогачев А. А. Гигиенические аспекты здоровья и качества жизни студенческой молодежи вузов // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 3. С. 26–39.

16. Метелкина Д. С., Родин Ю. И. Состояние здоровья студентов педагогического вуза на этапе адаптации к учебно-профессиональной деятельности // Человек и образование. 2017. № 2 (51). С. 60–65.

17. Мысина Г. А. Здоровьесберегающая образовательно-воспитательная среда вуза (опыт МГТУ им. Н. Э. Баумана) URL: [http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/18930/1/iurp-2010-85\(2\)-09.pdf](http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/18930/1/iurp-2010-85(2)-09.pdf)

18. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «Об образовании в Российской Федерации». Статья 41. Охрана здоровья обучающихся пункт б) прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации. URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_173432/?frame=3](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_173432/?frame=3)

## REFERENCES

1. Akimova L. A., Sokratov N. V., Apreleva N. N. 2016. Sokhraneniye i ukrepleniye zdorov'ya obuchayushchikhsya v obrazovatel'nykh organizatsiyakh i deyatel'nosti pedagoga. Izd-vo OGPU. URL: <http://elib.osu.ru/handle/123456789/2789> (in Russian).

2. Zverkova A. Yu., Abaskalova N. P., Kazin E. M. 2015. Metodologicheskiye podkhody k realizatsii pedagogiki zdorov'ya v kontekste deystvuyushchikh federal'nykh gosudarstvennykh obrazovatel'nykh standartov. Scientific and Practical Journal of Health and Life Sciences, 2, pp. 34–41 (in Russian).

3. Zverkova A. Yu. 2015. Formirovaniye klyuchevoy kompetentsii "byt' zdorovym" u studentov pedagogicheskogo vuza v usloviyakh osvoyeniya zdorov'yeoriyentirovannykh pedagogicheskikh tekhnologiy doshkol'nogo obrazovaniya. Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya, 6. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=23695> (in Russian).

4. Prikaz Ministerstva obrazovaniya i nauki Rossiyskoy Federatsii (Minobrnauki Rossii) ot 28.12.2010 № 2106. Moskva "Ob utverzhdenii federal'nykh trebovaniy k obrazovatel'nym uchrezhdeniyam v chasti okhrany zdorov'ya obuchayushchikhsya, vospitannikov" Rossiyskaya gazeta URL: <http://www.rg.ru/2011/02/16/obr-sdorovje-dok.html> (in Russian).

5. Blinov D. S., Chernova N. N., Balykova O. P., Lyapina S. A., Smirnova O. A., Kitayeva L. I. 2016. Sravnitel'nyy analiz pokazateley zdorov'yesokhranyayushchego povedeniya studentov mladshikh i starshikh kursov vuzov Vestnik Mordovskogo universiteta, 1 (26), pp. 90–97 (in Russian).

6. Popov V. I., Melikhova E. P. 2016. Izucheniye i metodologiya issledovaniya kachestva zhizni studentov. Gigiyena i sanitariya, 95 (9), pp. 879–884 (in Russian).

7. Klimatckaia L. G., Shpakov A. I. 2016. Formirovaniye u studencheskoy molodezhi ustanovok zdorovogo obraza zhizni: monografiya URL: <https://elib.grsu.by/katalog/576740pdf.pdf?d=true> (in Russian).

8. Kolarzyk E., Shpakou A., Kleszczewska E., Klimatckaia L., Laskiene S. 2012. Nutritional status and food choices among first year medical students Central European Journal of Medicine, 3 (7), pp. 396–408.

9. Kolarzyk E., Pac Shpakou A., Kleszczewska E., Klimackaia L., Laskiene S. 2012. Nutrition of overweight and obese students. Central European Journal of Medicine, 7 (5), pp. 1–7.



10. Shpakou A., Kovalevskiy V., Klimatckaia L., Naumau I., Sivakova S., Zaitseva O., Dykhno Yu. 2018. Traditional smoking and e-smoking among medical students and students-athletes — popularity and motivation. *Family Medicine & Primary Care Review*, 20 (1), pp. 61–66.
11. Klimatckaia L. G., Shpakov A. I., Laskene S., Kolyazhek E., Kleshchevska E., Mel'nikova E. A. 2011. Dvigatel'naya aktivnost' kak faktor formirovaniya zdorovogo obraza zhizni studencheskoy molodezhi. *Sibirskoye meditsinskoye obozreniye*, 1 (67), pp. 61–67 (in Russian).
12. Klimatckaia L. G. 2013. Physical activity students and university professors as leaders of health. *Physical education of students*, 3, pp. 31–34.
13. Kolyazhek E., Klimatckaia L. G., Shpakov A. I., Laskene S. 2013. Prichiny izbytochnogo vesa i ozhireniya sredi studentov vuzov. *Sibirskiy vestnik spetsial'nogo obrazovaniya*, 2 (10), pp. 100–114 (in Russian).
14. Bilovus V. K. 2018. Tseli-tsennostnyye ustanovki molodezhi na zdorov'yezberelayushcheye povedeniye. *Donskoy gos. tekhn. universitet, g. Shakhty*. 60 p. URL: <https://www.litres.ru/v-k-bilovus/celi-cennostnyye-ustanovki-molodezhi-na-zdorovesberegauschee-po/chitat-onlayn/> (in Russian).
15. Fertikova T. E., Rogachev A. A. 2016. Gigiyenicheskiye aspekty zdorov'ya i kachestva zhizni studencheskoy molodezhi vuzov. *Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya*. 3, pp. 26–39 (in Russian).
16. Metelkina D. S., Rodin Yu. I. 2017. Sostoyaniye zdorov'ya studentov pedagogicheskogo vuza na etape adaptatsii k uchebno-professional'noy deyatel'nosti. *Chelovek i obrazovaniye*, 2 (51), pp. 60–65.
17. Mysina G. A. Zdorov'yesberelayushchaya obrazovatel'no-vospitatel'naya sreda vuza (opyt MGTU im. N. E. Bauman) URL: [http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/18930/1/iurp-2010-85\(2\)-09.pdf](http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/18930/1/iurp-2010-85(2)-09.pdf)
18. Federal'nyy zakon ot 29.12.2012 № 273-FZ (red. ot 31.12.2014) "Ob obrazovanii v Rossiyskoy Federatsii" Stat'ya 41. Okhrana zdorov'ya obuchayushchikhsya punkt 6) prokhozheniye obuchayushchimysya v sootvetstvii s zakonodatel'stvom Rossiyskoy Federatsii periodicheskikh meditsinskikh osmotrov i dispanserizatsii. URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_173432/?frame=3](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_173432/?frame=3)