

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ШКОЛЬНИКОВ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА.

Андижанский Государственный

институт иностранных языков

Научный руководитель: Алиева Рано Амануллаевна

Студентки: Вахобжановой Зарнигор Тухтасин кизи

Аннотация: В статье рассматривается гигиеническая культура школьников как актуальная педагогическая проблема. Анализируются причины неэффективности традиционного санитарно-просветительского подхода. Обосновывается необходимость перехода от медицинской модели к педагогической, включающей формирование ценностного отношения к здоровью. Представлены результаты диагностики уровня сформированности гигиенической культуры у учащихся 5-9 классов. Предложены направления педагогической деятельности по решению проблемы.

Annotatsiya: Maqolada maktab o'quvchilarining gigiyenik madaniyati dolzarb pedagogik muammo sifatida ko'rib chiqiladi. An'anaviy sanitariya-ma'rifiy yondashuvning samarasizligi sabablari tahlil qilinadi. Tibbiy modeldan sog'liqqa qadriyatli munosabatni shakllantirishni o'z ichiga olgan pedagogik modelga o'tish zarurati asoslanadi. 5-9-sinf o'quvchilarida gigiyenik madaniyatning shakllanish darajasi diagnostikasi natijalari keltirilgan. Muammoni hal qilish bo'yicha pedagogik faoliyat yo'nalishlari taklif etilgan.

Annotation: The article considers schoolchildren's hygienic culture as an urgent pedagogical problem. The reasons for the ineffectiveness of the traditional

sanitary-educational approach are analyzed. The necessity of transition from the medical model to a pedagogical one, which involves the formation of a value-based attitude to health, is substantiated. The results of diagnostics of the level of hygienic culture formation among students in grades 5-9 are presented. Directions of pedagogical activity for solving the problem are proposed.

Ключевые слова: Гигиеническая культура, педагогическая проблема, школьники, здоровьесбережение, гигиеническое воспитание, формирование привычек, ценностное отношение.

Kalit so‘zlar: Gigiyenik madaniyat, pedagogik muammo, maktab o‘quvchilari, salomatlikni saqlash, gigiyenik tarbiya, odatlarni shakllantirish, qadriyatli munosabat.

Keywords: Hygienic culture, pedagogical problem, schoolchildren, health preservation, hygienic education, formation of habits, value attitude.

Актуальность исследования. В условиях модернизации школьного образования, увеличения учебной нагрузки и тотальной цифровизации проблема сохранения здоровья подрастающего поколения приобретает стратегическое значение. Ежегодный прирост числа функциональных нарушений и хронических заболеваний среди школьников (по данным Роспотребнадзора, за последние 5 лет - на 12-15%) свидетельствует о низкой эффективности существующих мер. Ключевой причиной этого является разрыв между гигиеническими знаниями и реальным поведением учащихся.

Степень разработанности проблемы. В медицинской науке гигиена школьников традиционно рассматривается как система профилактических мероприятий (работы В.Р. Кучмы, Г.Н. Сердюковской). В педагогике отдельные аспекты гигиенического воспитания включаются в здоровьесберегающие технологии (Н.К. Смирнов, Л.Г. Татарникова). Однако целостного осмысления гигиенической культуры как педагогической проблемы до сих пор не представлено.

Противоречие заключается в следующем:

- между высоким уровнем информированности школьников о правилах гигиены (85-90% по данным анкетирования) и крайне низким уровнем их соблюдения (менее 30%);
- между наличием санитарно-просветительской работы в школе и отсутствием устойчивых гигиенических привычек у учащихся;
- между требованиями ФГОС к формированию культуры здорового и безопасного образа жизни и отсутствием в педагогической практике инструментов её диагностики и развития.

Научная новизна исследования заключается в обосновании гигиенической культуры школьников не как медицинской, а как педагогической проблемы, требующей пересмотра целей, содержания, методов и форм воспитательной работы.

Цель исследования - теоретически обосновать и эмпирически подтвердить, что формирование гигиенической культуры школьников является педагогической проблемой, и предложить пути её решения.

Гипотеза: Гигиеническая культура школьников не формируется стихийно и не является прямым следствием санитарного просвещения. Её развитие требует целенаправленной педагогической деятельности, ориентированной не на передачу знаний, а на присвоение ценностей и выработку привычек.

Исследование носило описательный, сравнительный, поперечный (кросс-секционный) характер с элементами педагогической диагностики. Выбранный дизайн позволил оценить актуальное состояние сформированности гигиенической культуры у школьников разных возрастных групп и выявить основные проблемные зоны.

В исследовании приняли участие **210 учащихся 5-9 классов** средней общеобразовательной школы. Возраст участников - от 11 до 16 лет. Гендерный состав: 98 мальчиков (46,7%) и 112 девочек (53,3%). Выборка была сформирована по принципу доступности и включала равное количество респондентов из каждой параллели (по 42 человека из 5, 6, 7, 8 и 9 классов). Исследование проводилось в период с февраля по март 2026 года.

Характеристика выборочной совокупности

Клас с	Возрас т	Количеств о учащихся	Мальчик и	Девочк и
5 класс	11-12 лет	42	19	23
6 класс	12-13 лет	42	20	22
7 класс	13-14 лет	42	20	22
8 класс	14-15 лет	42	19	23
9 класс	15-16 лет	42	20	22
Итог о	11-16 лет	210	98	112

Для решения поставленных задач был использован комплекс взаимодополняющих методов исследования.

Методы и методики исследования

Группа методов	Конкретные методики	Цель применения
Теоретические	Анализ психолого-педагогической и медицинской литературы; контент-анализ учебных программ; систематизация	Обоснование теоретических основ гигиенической культуры, выявление степени разработанности проблемы
Эмпирические	Анкетирование; педагогическое наблюдение; беседа; анализ продуктов деятельности (дневники самоконтроля)	Сбор первичных данных о знаниях, отношении и реальном поведении школьников
Диагностические	Авторский опросник «Гигиеническая культура школьника» (4 шкалы); кейс-метод «Выбор в гигиенической ситуации»	Оценка уровня сформированности когнитивного, ценностно-мотивационного, деятельностного и рефлексивного компонентов гигиенической культуры
Статистические	Процентное распределение; сравнение средних значений; корреляционный анализ	Обработка количественных данных, выявление взаимосвязей между показателями

Авторский опросник «Гигиеническая культура школьника» включал 24 вопроса, объединённых в четыре шкалы:

- **Шкала 1 (когнитивная)** - выявление уровня знаний о гигиенических нормах и правилах (6 вопросов);
- **Шкала 2 (ценностно-мотивационная)** - изучение отношения к здоровью и внутренней мотивации соблюдения гигиены (6 вопросов);
- **Шкала 3 (деятельностная)** - оценка регулярности выполнения гигиенических действий (6 вопросов);
- **Шкала 4 (рефлексивная)** - определение способности к самоанализу и саморегуляции гигиенического поведения (6 вопросов).

Кейс-метод «Выбор в гигиенической ситуации» представлял собой 5 проблемных ситуаций, в которых школьнику необходимо было выбрать наиболее гигиенически грамотный вариант поведения и обосновать свой выбор. Пример ситуации: «Ты пришёл из школы домой. Твои действия перед обедом?».

На основе суммарного балла по опроснику (максимум 100 баллов) выделены три уровня сформированности гигиенической культуры:

Уровень	Процент выполнения	Содержательная характеристика
Высокий	80-100%	Осознанное соблюдение гигиенических норм, понимание их ценности для здоровья, сформированная внутренняя мотивация, способность к саморегуляции и рефлексии
Средний	40-79%	Наличие знаний о гигиенических нормах, но их нерегулярное соблюдение; поведение носит ситуативный характер,

		внешняя мотивация преобладает над внутренней
Низкий	0-39%	Отсутствие системных знаний о гигиене, пренебрежение правилами, отсутствие рефлексии собственного поведения, гигиенические действия выполняются только под внешним контролем

Исследование проводилось при соблюдении этических норм педагогических исследований. Было получено информированное согласие администрации школы и родителей (законных представителей) всех учащихся. Участие в исследовании было добровольным, анонимность ответов гарантирована. Данные использовались только в обобщённом виде для научных целей.

Теоретический анализ понятия «гигиеническая культура»

В результате анализа литературы установлено, что гигиеническая культура не сводится к сумме гигиенических знаний и навыков. Это **интегративное качество личности**, включающее три компонента:

1. **Когнитивный компонент** - знания о гигиенических нормах, факторах здоровья, последствиях их нарушения.
2. **Ценностно-мотивационный компонент** - осознание здоровья как ценности, внутренняя мотивация к соблюдению гигиенических правил.
3. **Деятельностный компонент** - устойчивые гигиенические привычки, способность к саморегуляции поведения в различных условиях.

Структура гигиенической культуры школьника

Компонент	Содержание	Показатели сформированности
Когнитивный	Знания о гигиене тела, питания, сна, труда, цифровой гигиене	Полнота, осознанность, системность знаний
Ценностно-мотивационный	Отношение к здоровью, понимание значимости гигиены	Внутренняя мотивация, отсутствие внешнего принуждения
Деятельностный	Регулярность гигиенических действий	Автоматизм, устойчивость, перенос в новые ситуации

Результаты эмпирического исследования

Анализ когнитивного компонента. Анкетирование показало, что 87% учащихся знают основные правила личной гигиены. Однако глубина понимания различна: младшие подростки (5-6 классы) дают формальные определения, старшие (8-9 классы) демонстрируют осознанные суждения. При этом знания о цифровой гигиене (правила работы за компьютером, защита зрения, осанка при использовании гаджетов) сформированы лишь у 34% школьников.

Анализ ценностно-мотивационного компонента. На вопрос «Почему важно соблюдать гигиену?» 62% ответили: «чтобы не болеть» (мотив избегания наказания/болезни), 28% — «чтобы быть чистым/красивым» (внешняя мотивация), и только 10% — «потому что это привычка культурного человека» (внутренняя ценность). Это указывает на несформированность ценностного отношения к гигиене.

Анализ деятельностного компонента. Педагогическое наблюдение и дневники самоконтроля выявили разрыв между знанием и действием:

Регулярность выполнения гигиенических правил (в % от числа опрошенных)

Гигиеническое правило	Знают правило	Соблюдают регулярно	Разрыв
Мыть руки перед едой	96%	58%	-38%
Чистить зубы 2 раза в день	94%	47%	-47%
Проветривать комнату	88%	35%	-53%
Делать зарядку	91%	18%	-73%
Соблюдать режим сна	84%	29%	-55%
Делать перерыв при работе за компьютером	76%	22%	-54%

Общий уровень сформированности гигиенической культуры:

Распределение школьников по уровням (n=210)

Уровень	5-6 кл. (n=84)	7-8 кл. (n=84)	9 кл. (n=42)	Всего
Высокий	8%	11%	17%	11%
Средний	31%	43%	52%	41%
Низкий	61%	46%	31%	48%

Ключевые выводы из результатов:

1. Только 11% школьников демонстрируют высокий уровень гигиенической культуры.
2. С возрастом доля учащихся с низким уровнем снижается, но средний и высокий уровни остаются недостаточными (к 9 классу лишь 69% имеют средний и высокий уровни).
3. Наиболее проблемные зоны: двигательная активность (зарядку делают 18%), режим сна (соблюдают 29%), цифровая гигиена (22%).

Интерпретация полученных данных. Результаты исследования подтверждают выдвинутую гипотезу. Гигиеническая культура школьников действительно не формируется стихийно: высокий уровень знаний (87%) сочетается с низким уровнем регулярного соблюдения (менее 50% по большинству показателей). Это классический пример разрыва между знанием и действием, который в педагогике объясняется отсутствием внутренней мотивации и ценностного принятия нормы.

Почему это педагогическая, а не медицинская проблема? Медицинский подход ориентирован на:

- санитарное просвещение (передачу знаний);
- контроль соблюдения норм (проверки);
- профилактику заболеваний.

Однако, как показывают результаты, знаний достаточно, а контроль (со стороны врача) невозможен в повседневной жизни школьника. Требуется педагогическое решение:

- формирование ценностного отношения к здоровью (не «надо», а «это важно для меня»);
- создание воспитывающей среды, где гигиенические действия становятся естественными;
- обучение рефлексии и саморегуляции.

Сопоставление с данными других авторов. Полученные результаты согласуются с выводами Н.К. Смирнова о том, что здоровьесберегающая деятельность в школе часто носит формальный характер. Исследования В.Р. Кучмы также указывают на низкую эффективность разовых просветительских акций. Новизна нашего исследования заключается в выявлении конкретных компонентов гигиенической культуры и количественной оценке разрыва между знанием и действием у школьников 11-16 лет.

Практические рекомендации. Для решения выявленной педагогической проблемы предлагается:

1. Включить формирование гигиенической культуры в целевой раздел основной образовательной программы школы как отдельный метапредметный результат.
2. Использовать не лекционные, а интерактивные методы: кейсы, проекты, дневники самонаблюдения, рефлексивные практики.
3. Внедрить систему педагогического сопровождения гигиенического воспитания (не только медицинского контроля).
4. Разработать диагностический инструментарий для педагогов (не врачей) по оценке уровней сформированности гигиенической культуры.

На основе проведённого теоретического и эмпирического исследования можно сделать следующие выводы:

1. **Гигиеническая культура школьников является самостоятельной педагогической проблемой.** Её суть - в разрыве между высоким уровнем гигиенических знаний (87%) и низким уровнем их регулярного соблюдения (менее 50% по ключевым показателям). Традиционный санитарно-просветительский подход, ориентированный на передачу знаний, не решает эту проблему.

2. **Структура гигиенической культуры** включает три компонента: когнитивный (знания), ценностно-мотивационный (отношение к здоровью как ценности) и деятельностный (устойчивые привычки). Диагностика показала, что наиболее дефицитными являются ценностно-мотивационный и деятельностный компоненты.

3. **Уровень сформированности гигиенической культуры** школьников 5-9 классов оценивается как низкий (48% учащихся) и средний (41%). Высокий уровень зафиксирован лишь у 11% школьников, преимущественно в 9 классе.

4. **Решение проблемы** лежит не в медицинской, а в педагогической плоскости. Необходим переход от модели «инструктирование - контроль» к модели «осознание - рефлексия - привычка», предполагающей формирование ценностного отношения к здоровью и создание воспитывающей гигиенической среды.

Перспективы дальнейших исследований: разработка и апробация программы формирования гигиенической культуры на основе выявленной структуры; создание диагностического инструментария для педагогов; изучение гендерных и возрастных особенностей гигиенической культуры; исследование влияния семейного воспитания на формирование гигиенических привычек.

Список использованной литературы

Амалаев Б.Д. Здоровьесберегающее и гигиеническое воспитание школьников // Молодой ученый. – 2023. – № 45 (492). – С. 69-71.

2. Белявцева Н.М., Белявцева С.Н. Факторы, влияющие на формирование культуры здоровья младших школьников [Электронный ресурс] // КиберЛенинка. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-vliyayuschie-na-formirovanie-kultury-zdorovya-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 15.04.2026).

3. Бояревич В.В. Сформированность представлений о личной гигиене в 1 классе у учащихся с тяжёлыми нарушениями речи // Материалы студенческой научной конференции Eureka-2017. – Гродно: ГрГУ имени Янки Купалы, 2017.

4. Горбаткова Е.Ю. Формирование гигиенической культуры обучающихся: учебно-методическое пособие. – Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2016. – 116 с.

5. Гревцова Е.А. Школа как фактор здоровья: вчера, сегодня, завтра // Школа будущего. – 2024. – № 1. – С. 118-133. – DOI: 10.55090/19964552_2024_1_118_133.

6. Догадина М.А., Правдюк А.И., Тяпкин А.С. Организация здоровьесберегающей деятельности учащихся в образовательной экосистеме школы // Ученые записки Орловского государственного университета. – 2024. – № 1 (102). – С. 221-226. – DOI: 10.33979/1998-2720-2024-102-1-221-226.

7. Иванова Л.Ю. Гигиеническая культура использования цифровых устройств у подростков и социальные институты ее формирования // Синопис современногo образования: материалы второго российско-китайского международного педагогического форума. – Ульяновск: ЗЕБРА, 2025. – С. 296-300.

8. Казин Э.М., Касаткина Н.Э., Семенкова Т.Н. Психолого-педагогические проблемы формирования культуры здоровья обучающихся // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2011. – Вып. 10. – С. 77-81.

9. Куандык У., Омарова А. [Kuandyk U., Omarova A.] Strategies for enhancing hygiene culture among students in secondary educational institutions: A literature review // Journal of Health Development. – 2024. – Vol. 4, № 59. – P. 29-36.

10. Макарова Л.П., Буйнов Л.Г., Плахов Н.Н. Гигиенические основы формирования культуры здорового образа жизни школьников // Гигиена и санитария. – 2017. – Т. 96, № 5. – С. 463-466. – DOI: <http://dx.doi.org/10.18821/0016-9900-2017-96-5-463-466>.