

положительного социального взаимодействия [3, с. 318]. Средствами катарсиса является занятие пением, музыкой и живописью, участие в любительских театральных студиях, посещение музеев, зрелищных мероприятий (в том числе и спортивных), общение с интересными людьми, созерцание природы.

Таким образом, ортобиотика – это относительно новая комплексная оздоровительная технология, которая содержит три структурных компонента: 1) оптимальный режим двигательной активности (ее рациональное содержание и объем); 2) умение человека снимать мышечное и эмоциональное напряжение; 3) позитивное восприятие окружающего мира и себя самого (сформированность внутреннего гармоничного «Я»). Она может быть успешно использована в процессе рекреационной деятельности разных категорий населения (детей, учащихся и студенческой молодежи, взрослых и пожилых людей) с целью восстановления энергетических ресурсов организма как модель здоровьесформирования с физической и психической доминантами.

#### *Библиографический список*

1. Новейший психологический словарь / [сост. А.А. Грицанов]. – М. : Изд-во Академия, 2014. – 896 с.

2. Фізична рекреація : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / [Приступа Є. Н. та ін.] ; за наук. ред. д-ра пед. наук, проф. Євгена Приступи. – Л. : ЛДУФК, 2010. – 447 с.

**Демина Т. О.**  
ГБОУ ВПО УГМУ  
г. Екатеринбург, Россия

## **ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИЙ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

*Аннотация.* В современных условиях вести здоровый образ жизни стало модно. Несмотря на это физкультурно-оздоровительная деятельность не стала для студентов потребностью и не превратилась в необходимое качество личности. Роль физической культуры в формировании основных качеств и свойств личности очень велика.

*Ключевые слова:* физическая культура, студенты, мотивация.

Если на первом курсе студенты занимаются физической культурой и спортом, ходят на занятия, для того, чтобы сдать зачет, то на 3 курсе растет личная заинтересованность в занятиях физической культурой, как необходимому фактору поддержания собственного здоровья. В Уральском медицинском университете традиционными стали городской «Кросс наций», «Лыжня России», волонтерское направление.

В 2010 году создано волонтерское объединение "Студия здоровых идей". Цель деятельности объединения - это вовлечение молодежи в социальную практику в сфере охраны и укрепления здоровья граждан, поиск инновационных форм и методов работы со студенческой молодежью.

Работа ведется по направлениям:

-профилактика рискованного и зависимого поведения в молодежной среде,

- гигиеническое воспитание населения по вопросам образа жизни ,
- участие в работе Школ здоровья для пациентов,
- работа с социально незащищенными слоями населения ,
- донорство.

Ежегодно волонтерским объединением "Студия здоровых идей" проводится более 20 масштабных мероприятий благотворительной и профилактической направленности, а организаторами выступают студенты-авторы социальных проектов и акций:

- проект «Зарядка для настроения!»,
- акция «Знать, чтобы жить!» ( экспресс-тестирование),
- благотворительная акция «Твори добро, расширяя масштабы!» (гуманитарная помощь для детей из домов ребенка и детских домов),
- акция «Бросай курить в реальное время» (тестирование студентов с целью выявления маркеров потребления психоактивных веществ на диагностическом комплексе ЛИРА-100),
- интерактивные «уроки здоровья» для дошкольников и школьников: «Путешествие по стране здоровья», «Основы рационального питания», «Мой выбор», «Профилактика нарушений репродуктивного здоровья», «Здоровые зубы», «Профилактика ВИЧ - инфекции»;
- программа гигиенического воспитания «Азбука здоровья за 2 недели» для пациентов НПЦ «Бонум» и ДГКБ №9 и их родителей;
- проект "Лето - территория здоровья" (обследование детей и подростков);
- акция "Марафон здоровья" (сюжетная станционная игра).

Таким образом, к окончанию вуза студенты приобретают не только знания для будущей профессиональной деятельности, но и знания и навыки здорового образа жизни и способы сохранения и укрепления здоровья, которые они передадут своим пациентам.

**Демина А. Ю.**  
 МАОУ СОШ №77  
 г. Екатеринбург, Россия

## **ПРОБЛЕМЫ НРАВСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ В ШКОЛЕ: ПУТИ РЕШЕНИЯ ЧЕРЕЗ ПРИМЕНЕНИЕ ТЕАТРАЛИЗАЦИИ**

*Аннотация.* Современную программу нравственного образования в школе дополняют уроки «Основы светской этики и религиозных культур» и внеурочная деятельность. Автор предлагает организовать внеурочную деятельность, используя метод театрализации в школе.

*Ключевые слова:* нравственное здоровье, театральная деятельность, театрализация

В современных условиях проблема нравственного здоровья младших школьников приобретает все большую актуальность. Усложнение социальной среды, стреми-