

Заплатина О. А., Мелешкова Н. А.

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ НЕПРОФИЛЬНЫХ ВУЗОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Аннотация

В статье актуализируется проблематика поиска путей повышения мотивации студентов непрофильных вузов к занятиям физической культурой и спортом. Авторы подходят к решению данной проблемы, исходя из многоаспектности задач процесса физического воспитания в непрофильном вузе. Цель исследования заключалась в выявлении путей повышения мотивации студентов непрофильных вузов к занятиям физической культурой и спортом в рамках воспитательно-образовательного процесса. В процессе исследования использованы методы педагогического и врачебно-педагогического наблюдения, моделирования, диагностики, исследования мотивации (по методике А. В. Шаболтаса), а также методы математической статистики.

Пути повышения мотивации студентов непрофильных вузов к занятиям физической культурой и спортом

являются: фасилитация усвоения основ теоретических знаний в области физической культуры и спорта будущего профессионала; использование в процессе физического воспитания/самовоспитания дневников самонаблюдений за состоянием своего организма; изучение мотивов учебной деятельности и мотивов занятий физической культурой и спортом, динамики их изменения с учетом реализации предложенных путей их повышения.

Ключевые слова: студенты непрофильных вузов, физическая культура и спорт, мотивация учебной деятельности, учебный процесс, мотивация занятий физической культурой и спортом, студенты медицинского вуза.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Источник финансирования

Данная работа не имела источников финансирования.

Для цитирования: Заплатина О. А., Мелешкова Н. А. Пути повышения мотивации студентов непрофильных вузов к занятиям физической культурой и спортом // Вестник общественных и гуманитарных наук. 2021. Т. 2, № 1. С. 42–51.

PEDAGOGY

Zaplatina O. A., Meleshkova N. A.

WAYS TO INCREASE MOTIVATION STUDENTS OF NON-CORE UNIVERSITIES TO TAKE CLASSES PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Abstract

The article actualizes the problem of finding ways to increase the motivation of students of non-core universities to engage in physical culture and sports. The authors approach the solution of this problem, proceeding from the multidimensionality of the tasks of the process of physical education in a non-core university. The purpose of the study was to identify ways to increase the motivation of students of non-core universities to physical culture and sports as part of the educational process. Methods: in the process of the research, methods of pedagogical and medical-pedagogical observation, modeling, diagnostics, research of motivation (according to the method of A.V. Shaboltas), as well as methods of mathematical statistics were used. Field of application of the results: pedagogical process of physical education of students.

Ways to increase the motivation of students of non-core universities to engage in physical culture and sports are: facilitating the assimilation of the foundations of theoretical knowledge in the field of physical culture and sports of a future professional; use in the process of physical education / self-education diaries of self-observation of the state of their body; study of the motives of educational activity and the motives of physical culture and sports, the dynamics of their change, taking into account the implementation of the proposed ways to improve them.

Keywords: students of non-core universities, physical culture and sports, motivation for educational activities, educational process, motivation for physical education and sports, medical students.

Conflict of interest

None declared.

Source of financing

There was no funding for this project.

For citation: Zaplatina O. A., Meleshkova N. A. Ways to increase the motivation of students of non-core universities to engage in physical culture and sports // Humanities and social sciences bulletin, 2021, Vol. 2, No. 1. P. 42–51.

Процессы информатизации и цифровизации современного профессионального образования, включая медицинское, масштабно внедряются в учебный процесс современного студента. Перераспределение учебной нагрузки в пользу увеличения доли самостоятельной работы обучающихся приводит к сокращению времени студента, в рамках которого необходимыми являются профилактика стрессовых состояний, вызываемых напряженным режимом учебного труда, снижением двигательной активности, а также поиск путей совершенствования функционального состояния собственного организма [1, 2, 3, 6, 9, 11].

Эта проблема является особо актуальной для студентов медицинских вузов, которым предстоит осуществлять свою будущую профессиональную деятельность в условиях повышенной ответственности, нестандартных и порой экстремальных ситуациях. Требования медицинских профессий на сегодняшний день ориентированы на повышение уровня здоровья будущих медиков, уровня физического состояния, физических кондиций и высокой стрессоустойчивости. Это зависит, прежде всего, от своевременно сформированной мотивации к занятиям физической культурой и спортом, которая является определяющим фактором здоровьесбережения студентов медицинских вузов на этапе начальной профессиональной самореализации.

Данная проблема становится широко дискутируемой в современной научной литературе. Так, например, проблемы здоровья студенческой молодежи в современную эпоху рассматриваются в работах В. С. Бабиной, О. А. Заплатиной, Ф. Д. Смыка, Р. Ф. Лопатиной и др. Авторы выявляют причины ухудшения состояния здоровья и физического развития студентов, потенциал физкультурно-оздоровительных видов двигательной активности в повышении функциональных возможностей студентов, развитии их физических качеств [2, 5, 6].

Проблемам физического, психологического и социального благополучия подрастающего поколения в условиях цифровизации образования посвящены исследования А. А. Бочавера, С. В. Докука, М. А. Новиковой, Н. А. Лопатина и др. [3, 6, 8].

Современные задачи физического воспитания, связанные с решением проблем снижения уровня здоровья и физической подготовленности современных студентов, обсуждаются в исследованиях Е. Д. Грязевой, О. Ю. Кузнецова, Г. С. Петрова, О. А. Заплатиной, В. П. Соснина и др. [4, 5, 10].

Вопросам формирования положительной мотивации студентов непрофильных (в том числе медицинских) вузов в условиях современных трансформаций высшего профессионального образования уделено внимание в работах И. А. Мартына, А. О. Новиковой, С. Я. Биктиной, Ю. С. Бородиной и др. [7, 8].

Актуальность проблемы и ее возрастающая значимость предопределили тему настоящего исследования и его цель, заключающуюся в выявлении путей повышения мотивации студентов непрофильных вузов к занятиям физической культуры и спортом в рамках воспитательно-образовательного процесса. Для достижения поставленной цели были сформулированы следующие задачи: 1) выявить пути повышения эффективности усвоения основ теоретических знаний в области физической культуры и спорта будущего профессионала; 2) разработать и реализовать проект дневника самонаблюдений студентов за уровнем здоровья, функционального состояния, сформированности физических качеств; 3) изучить динамику мотивации студентов в области мотивов учебной деятельности и мотивов занятий физической культурой и спортом с учетом реализации предложенных психолого-педагогических условий.

В процессе исследования использованы методы педагогического и врачебно-педагогического наблюдения, моделирования, диагностики, исследования мотивации (по методике А. В. Шаболтаса), а также методы математической статистики. Областью применения результатов исследования является педагогический процесс физического воспитания студентов.

В современных условиях процесс обучения студентов непрофильных вузов (в том числе медицинских) основам физического развития, совершенствования уровня физической подготовленности, формирования общей физической культуры личности и физической культуры профессионала становится многофункциональным и охватывающим различные стороны, включая формирование положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом [4, 5, 10].

В связи с этим считаем правомерным мнение о том, что помимо решения воспитательных и образовательных задач физкультурно-оздоровительная деятельность в организации учебного процесса физического воспитания студентов непрофильного вуза может обеспечить повышение уровня двигательной активности студентов, оптимизировать учебную работоспособ-

ность путем снятия эмоционально-нервного напряжения, а также повысить уровень усвоения определенных знаний, умений и навыков поведения и принятия неспецифических профессионально-контекстных решений в нестандартных профессионально-ориентированных ситуациях, обеспечить их осуществление за короткий отрезок времени [12, 13].

Для этого необходим поиск всевозможных путей привлечения внимания студентов к дисциплинам, в рамках которых реализуются эти задачи, а также путей повышения мотивации к осуществлению студентами физкультурно-оздоровительной и физкультурно-спортивной деятельности на основе учета просветительской функции, функции диагностики и самодиагностики физического состояния, оптимизации режима двигательной нагрузки и т.д. [7, 8].

Для формирования положительного отношения студентов непрофильного вуза (в нашем случае – медицинского) к занятиям физической культурой и признания ими повышения значимости физического воспитания в воспитательно-образовательном процессе вуза необходимо получение студентами своевременной информации, теоретического знания, которое поможет сформировать определенные представления о здоровье, здоровом образе жизни, строении и функционировании организма, роли физической культуры в жизни человека, оптимальной физической нагрузке, требованиях будущей профессии к физическим и психофизиологическим качествам специалиста и др. Однако мы столкнулись с тем, что нередко усвоение теоретических знаний на занятиях физической культурой, нехватка времени являются проблемой в формировании устойчивой базы, гарантирующей прочность запоминания информации и востребованность ее в жизни и практике. Данная учебная дисциплина требует такой подачи теоретического материала, которая была бы представлена сжато, но вместе с тем достаточно информативно в тематических рамках каждого практического занятия по дисциплине, а также способствовала бы быстро и достаточно прочному усвоению.

Практика показала, что теоретический материал на занятиях по физической культуре необходим и востребован, но специфическая структура и ограничение количества учебных часов не позволяют в полной мере передать студенту всю интересующую его информацию. В связи с этим способы подачи теоретического материала с использованием приемов представления необходимого знания в виде опорных конспектов и тезаурусных полей понятий являются эффективными с позиций фасилитации (от англ. «facilitate» – облегчать; в нашем случае – специальные действия, позволяющие организовать подачу теоретического материала сжато, ёмко, конструктивно) усвоения тео-

ретического материала, что становится оптимальным выходом из создавшейся ситуации. Так, например, использование опорного конспекта «Основные понятия теории физического воспитания» (см. Рисунок 1) позволяют быстро ознакомить студентов с содержанием таких понятий, как физическая подготовка/развитие, ее разновидности (общая и специальная физическая), с основными физическими качествами и средствами их воспитания. Ознакомление с такой информацией позволяет студентам наиболее осознанно и осмысленно относиться к занятиям физической культурой в вузе, сделать само занятие наиболее продуктивным, способствующим осознанному выполнению тех или иных упражнений, к формированию необходимых профессионально важных качеств.

В ходе исследования среди студентов медицинского вуза был проведен опрос, касающийся выявления их отношения к рассмотренному способу включения теоретического материала в занятия физической культурой (в исследовании приняли участие 126 студентов I, II и III курсов КемГМУ). 86,4% студентов отметили, что использование вышеуказанного подхода действительно способствует лучшему усвоению теоретических знаний; 9,5% студентов были склонны к тому, что теоретический материал усваивается так же, как и обычно, и 4,1% студентов дали индифферентный ответ.

Применение вышеуказанных способов подачи теоретического материала в процессе физического воспитания позволило охватывать гораздо более широкий круг тем, предлагаемых программой, и учитывать интересы студентов к получению определенных видов знаний.

Для совершенствования процесса физического воспитания у студентов вуза и формирования у них устойчивого положительного отношения к занятиям, а также к сохранению собственного здоровья, необходимыми являются знания о функциональном состоянии организма, применении в воспитательно-образовательном процессе методики системной функциональной диагностики, которая представляет собой совокупность общеизвестных методов врачебно-педагогических наблюдений.

В процессе занятий был использован определенный набор методов врачебно-педагогических наблюдений и режим их применения, которые, по нашему мнению, являются наиболее удобными и информативными в рамках учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» для студентов медицинского вуза.

Методика системной функциональной диагностики содержала **визуальные наблюдения/самонаблюдения** (преподавателем) – наблюдения за внешними признаками утомления занимающихся (например, чрезмер-

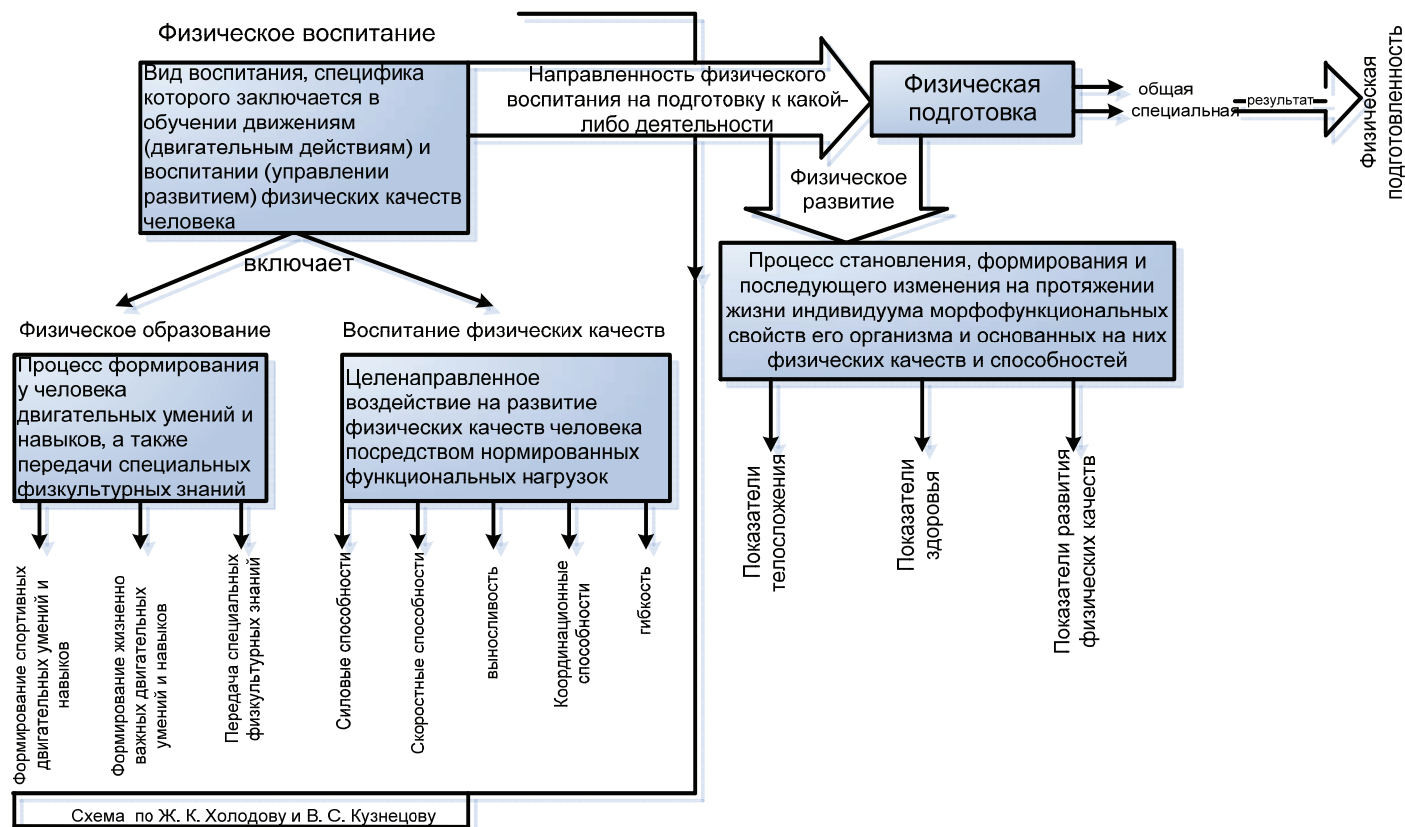


Рисунок 1. Опорный концепт «Основные понятия теории физического воспитания»

ное покраснение кожи лица, синюшность носогубного треугольника и пр.). Это позволяло оценить состояние организма занимающихся в целом, напряжение, с которым выполняются физические упражнения, степень утомления.

Важным и одновременно простым методом влияния физических нагрузок на организм являлось **определение массы тела и ее изменений** (использовались электронные весы; взвешивание производилось в начале, в конце занятия). Частота измерения массы тела, контроль ее изменений производился в зависимости от режима учебных занятий или самостоятельно. Определение массы тела позволяло наблюдать влияние физических упражнений (в зависимости от их направленности) на различные показатели, например, увеличение мышечной массы (если использовались упражнения с отягощениями), снижение веса (если использовались упражнения аэробного характера, направленные на снижение массы тела) и т.д.

Наиболее доступным и информативным методом оценки реакции на физическую нагрузку мы считали **определение частоты сердечных сокращений (ЧСС)**, которую определяли подсчетом количества ударов собственного пульса за 10 сек. $\times 6$. Ее определяли перед занятием, после разминки, после выполнения отдельных упражнений в основной части занятия, после отдыха

или периодов снижения интенсивности нагрузки. Исследование изменений ЧСС позволяло оценить рациональность построения занятий и интенсивность нагрузок. Нормирование физических нагрузок по ЧСС имеет огромное значение в массовой физической культуре и при самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.

Важным показателем функционального состояния организма являлась также **быстрота восстановления пульса**. Иногда при высокой численности учебных групп задача определения ЧСС у занимающихся (на каждом занятии) становилась трудновыполнимой, замедляла темп двигательной деятельности на занятии; поэтому в таких условиях целесообразным было проведение пульсовой пробы (включающей в себя измерение пульса в покое, сразу после нагрузки и после минуты восстановления) в начале учебного года, семестра, месяца и т. д. (в зависимости от режима учебных занятий). Через некоторое время пульсовую пробу необходимо было повторить или заменить ее **пульсометрией** (измерением показателей пульса занимающегося в процессе всего занятия).

Все эти и другие показатели фиксировались в дневнике самонаблюдений.

Пример дневника самонаблюдений студентки N ДНЕВНИК САМОНАБЛЮДЕНИЙ

Фамилия__N._____

Имя_____

Рост_169_____

Вес, кг

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
55,0	54,9	55,7	55,0	55,4	55,5	56,1	55,9	55,8	56,0
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
55,9	56,2	55,7	55,8	55,5	55,9	56,0	55,8		

1-е занятие. Описание самочувствия: чувствую себя вполне нормально; температура нормальная; кожные покровы чистые, слизистая розового цвета; болевых ощущений нет, ничего не беспокоит.

Артериальное давление:

110
70

Частота дыхания: 16

Пульсовая проба: 10/14/12

Пульсометрия: (1) пульс за 10 сек.

1	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70
15	18	20	25	24	23	24	27	23	24	23	20	18	17	16



Рисунок 2. Пульсометрия, пульс за 10 сек.

Функциональная проба (трехмоментная):**Проба Летунова** _____

В покое	Время, с	После 20 приседаний			После 15-сек. бега				После 3-мин. бега				
		минуты											
		1	2	3	1	2	3	4	1	2	3	4	5
Пульс в 10 с 16	10	25	16	15	24	20	18	18	22	19	18	20	20
	20												
	30												
	40												
	50	17	15	17	21	17	17	18	19	20	20	20	16
	60	16	15	15	20	18	18	18	19	18	20	20	15
АД, мм рт. ст.110/70		120	110	100	120	90	90	90	135	110	100	90	90
		80	70	70	80	60	50	60	50	45	50	60	60

Таблица 1. Проба Летунова

Проба Ромберга: 45 сек.

2-е занятие. Описание самочувствия: температура тела 37°, легкое подташнивание, ощущаю боль в голове, поясничном отделе; кожные покровы чистые, слизистые оболочки розового цвета.

3-е занятие и т.д.**Пульсометрия: (2), пульс за 10 сек.**

1	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70
13	15	25	20	19	18	14	19	13	24	21	21	18	17	16

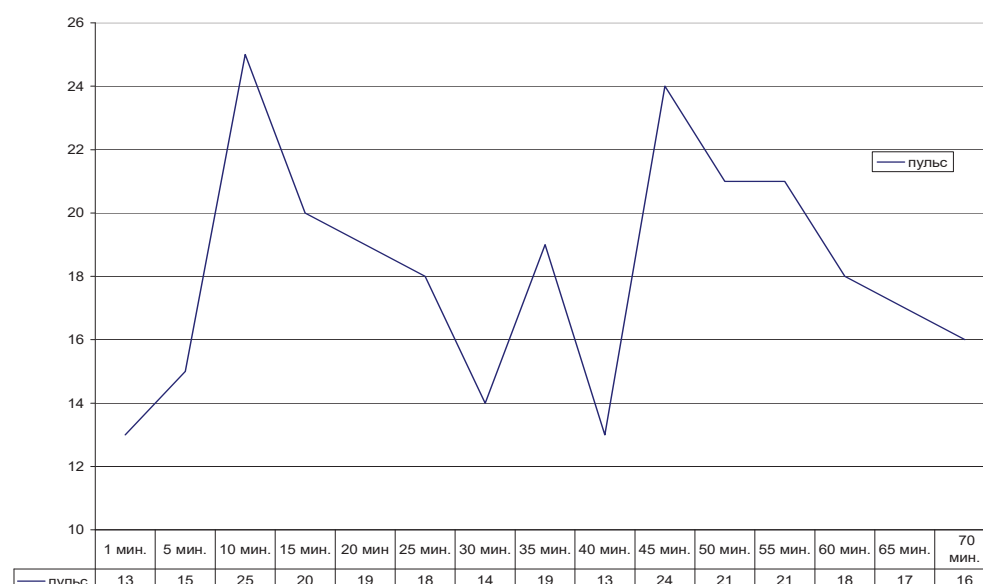
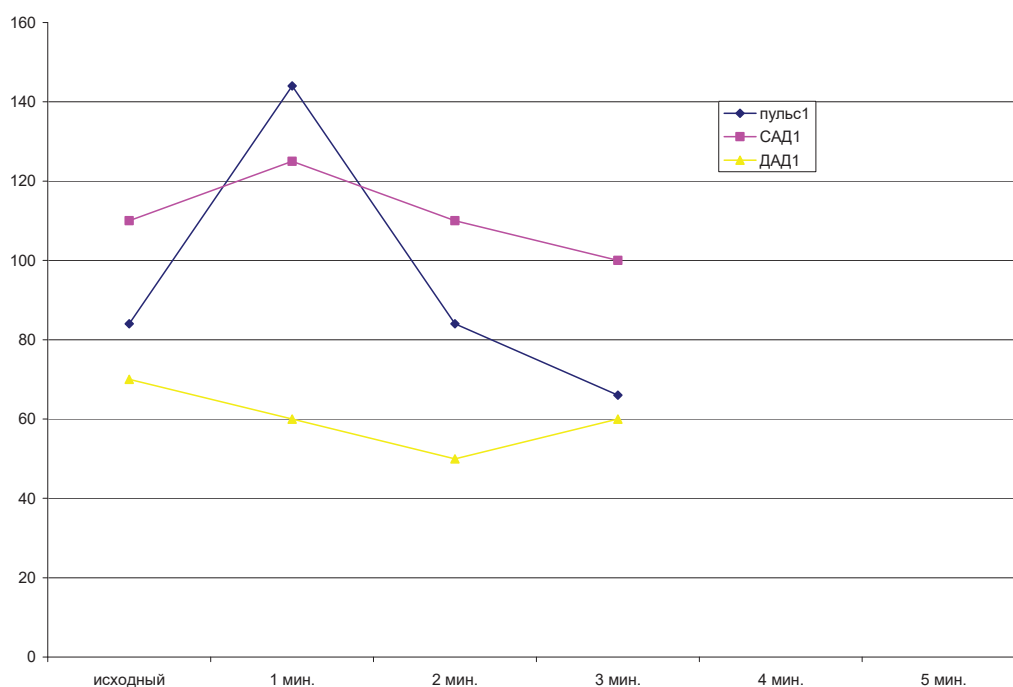


Рисунок 3. Пульсометрия, пульс за 10 сек.

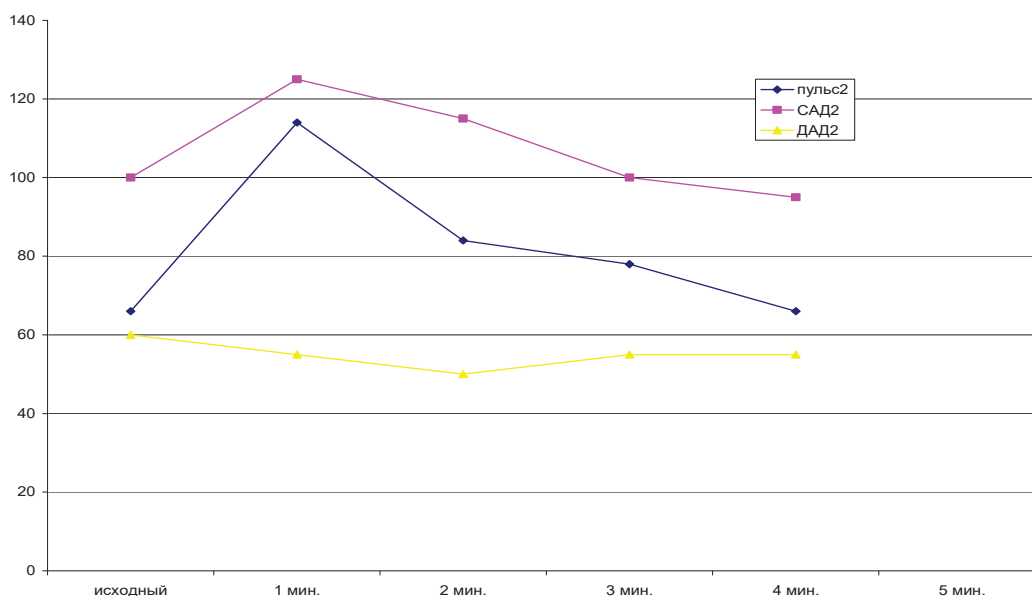
10-е занятие и т.д.**Функциональная проба (трехмоментная):****Проба Летунова** _____

В покое	Время,с	После 20 приседаний			После 15-сек. бега				После 3-мин. бега				
		минуты											
		1	2	3	1	2	3	4	1	2	3	4	5
Пульс в 10 с 14	10	24	14	11	19	14	13	11	21	21	17	16	14
	20												
	30												
	40												
	50	16	14	11	13	12	12	11	21	19	16	15	14
	60	14	11	11	14	13	12	11	19	18	16	15	14
АД, мм рт. ст.110/70		125	110	100	125	115	100	95	135	110	110	105	100
		60	50	60	55	50	55	55	55	55	65	65	70

1-я часть пробы (20 приседаний):



2-я часть пробы (15-секундный бег):



3-я часть пробы (3- минутный бег):

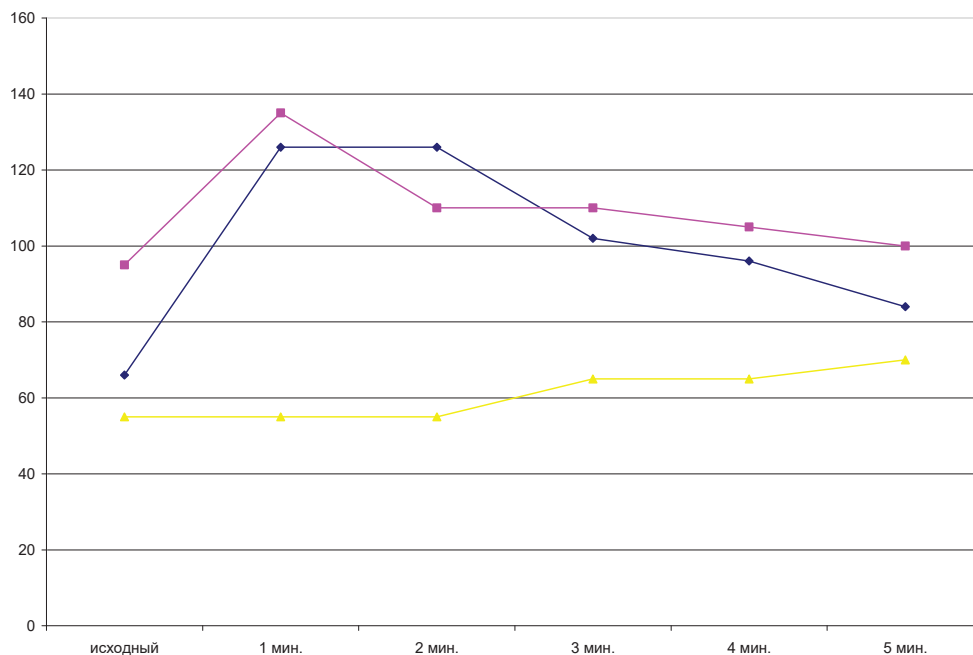


Рисунок 4. Проба Летунова

Студентка N. Характеризуется нормотоническим типом реакции на нагрузку, то есть увеличение частоты пульса происходит одновременно с достаточно выраженным повышением максимального давления и умеренным снижением минимального артериального давления; восстановление после нагрузки происходит нормально.

Ведение дневника самонаблюдений является, с нашей точки зрения, необходимым условием контроля и самоконтроля в процессе физического воспитания при подготовке к будущей профессиональной деятельности, а также играет значительную роль как в учете индивидуальных особенностей студентов вуза, так и в приобретении студентами дополнительных знаний по самодиагностике, самоанализу состояния своего организма.

Проделанная работа способствовала формированию у студентов вуза положительного отношения к процессу физического воспитания, самовоспитания, перераспределению мотивов учебной деятельности в пользу выбора тех мотивов, которые являются наиболее важными в процессе подготовки студентов к будущей профессиональной деятельности, а именно стали приоритетными мотивы: «обеспечить успешность будущей профессиональной деятельности», «стать высококвалифицированным специалистом», являющиеся наиболее важными в подготовке к будущей профессиональной деятельности.

Анализируя показатели мотивационно-потребностно-го критерия на формирующем этапе эксперимента, мы отметили, что мотив «обеспечить успешность будущей профессиональной деятельности» стал приоритетным

для студентов I-го (18,7%), II-го (16,9%) и III-го (18,6%) курсов.

Так, на 7,8% девушек III-го курса стали больше отдавать предпочтение этому мотиву. На 9,0% больше девушек II-го курса также указали этот мотив, лишь на 4,6% увеличили частоту его выбора девушки I-го курса. Однако следует отметить, что, в общем, у студентов всех курсов данный мотив находится в числе наиболее приоритетных, и выбор его к концу формирующего эксперимента данными студентами составил 18,6%, что на 4,6% больше по сравнению с результатами констатирующего эксперимента.

Студенты стали более осознанно относиться к тому, чтобы стать высококвалифицированным специалистом (17,6% студентов III-го курса, 12,4% – II-го, 14,9% – I-го курса).

Анализируя результаты исследования мотивов занятий физической культурой и спортом на формирующем этапе эксперимента, можно отметить, что у девушек III-го курса на первое место переместился мотив подготовки к профессиональной деятельности (ПД) (14,3%), далее располагаются мотивы физического самоутверждения (ФС) (13,1%) и эмоционального удовольствия (ЭУ) (12,7%). Рационально-волевому (РВ) и спортивно-познавательному (СП) мотивам отдано 10,3% и 9,6% от общего количества баллов. Юноши III-го курса на первое место также поставили мотив подготовки к профессиональной деятельности (13,3%), на второе и третье – мотивы эмоционального удовольствия (12,0%) и рационально-воле-

Таблица 2. Частота выбора мотивов занятий физической культурой и спортом студентов непрофильного (медицинского) вуза (КемГМУ) на формирующем этапе эксперимента (Д – девушки; Ю – юноши; Н – независимо от пола), %

Мотив	III курс			II курс			I курс		
	Д	Ю	Н	Д	Ю	Н	Д	Ю	Н
ЭУ (эмоционального удовлетворения)	12,7	12,0	12,3	12,5	11,8	12,0	13,3	12,6	13,0
ГП (гражданско- патриотический)	8,7	9,3	9,0	9,5	9,5	9,5	11,2	12,6	11,9
СС (социального совершенствования)	6,1	7,6	6,8	6,3	6,6	6,5	7,8	6,5	7,1
ПД (подготовка к проф. деятельности)	14,3	13,3	13,8	16,4	11,2	13,3	13,8	13,6	13,7
ФС (физического самоутверждения)	13,1	11,3	12,2	14,9	11,2	12,3	10,1	12,7	11,4
РВ (рационально- волевой)	10,3	11,7	11,0	8,7	11,2	10,4	10,1	8,5	9,3
СЭ (социально- эмоциональный)	9,3	10,4	9,9	8,5	10,2	9,7	7,8	8,5	8,1
СП (спортивно- познавательный)	9,6	7,0	8,3	6,7	9,3	8,1	5,7	6,5	6,7
СМ (социально- моральный)	6,8	9,1	8,0	10,4	9,7	9,9	10,1	8,6	8,8
ДУ (достижения успеха)	9,1	8,3	8,7	6,1	9,3	8,3	10,1	9,9	10,0

вой (11,7%), далее по значимости для этих студентов следует мотив физического самоутверждения (11,3%).

Это свидетельствует о том, что студенты III-го курса осознают важность физического воспитания в целях успешной подготовки к будущей профессиональной деятельности, интересуются выбором методов и средств физического воспитания для совершенствования профессионально важных качеств личности.

Однако студенты по-прежнему испытывают стремление к получению эмоционального удовлетворения от занятий физической культурой и спортом, что, на наш взгляд также является важным в сохранении интересов и положительной мотивации к занятиям физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельностью и ее осуществлению в учебное и внеучебное время.

Студенты II-го курса, так же, как и обучающиеся III-го курса, отдали предпочтение мотиву подготовки к профессиональной деятельности (13,3%), осознавая важность физического воспитания в подготовке будущего специалиста к профессиональной деятельности.

Наряду с этим приоритетные позиции получили мотивы эмоционального удовольствия (11,8% – у юношей и 12,5 – у девушек) и физического самоутверждения (12,3% – по курсу, 14,9% – у девушек и 11,2% – у юношей). Это говорит о том, что студенты II курса стремят-

ся к физическому самосовершенствованию, воспитанию профессионально важных качеств.

Вместе с тем значительную роль продолжает играть наличие ощущения радости, получаемого при занятиях физической культурой и спортом, а это, на наш взгляд, является немаловажным условием формирования и сохранения положительной мотивации к данному виду деятельности. У студентов I-го курса профессионально важный мотив подготовки к профессиональной деятельности как у юношей, так и у девушек занимает первое место (13,6% и 13,8% соответственно).

Таким образом, изучение мотивов учебной деятельности студентов вуза, мотивов занятий физической культурой и спортом, потребностей в осуществлении качественной подготовки к будущей профессиональной деятельности в процессе физического воспитания будет способствовать повышению значимости физической культуры и спорта в подготовке студентов непрофильных вузов к будущей профессиональной деятельности.

Выводы

Требования медицинских профессий на сегодняшний день ориентированы на повышение уровня здоровья будущих медиков, уровня физического состояния, физиче-

ских кондиций и высокой стрессоустойчивости. Это зависит, прежде всего, от своевременно сформированной мотивации к занятиям физической культурой и спортом, которая является определяющим фактором здоровьесбережения студентов медицинских вузов на этапе начальной профессиональной самореализации.

Пути повышения мотивации студентов непрофильных вузов к занятиям физической культурой и спортом являются: фасилитация усвоения основ теоретических знаний в области физической культуры и спорта будущего профессионала; использование в процессе физического воспитания/самовоспитания дневников самонаблюдений за состоянием своего организма; изучение мотивов учебной деятельности и мотивов занятий физической культурой и спортом, динамики их изменения с учетом реализации предложенных путей их повышения.

В процессе исследования отмечено, что мотив «обеспе-

чить успешность будущей профессиональной деятельности» стал приоритетным для студентов I-го (18,7%), II-го (16,9%) и III-го (18,6%) курсов; студенты стали более осознанно относиться к тому, чтобы стать высококвалифицированным специалистом (17,6% студентов III-го курса, 12,4% – II-го, 14,9% – I-го курсов); студенты осознают важность физического воспитания в целях успешной подготовки к будущей профессиональной деятельности, интересуются выбором методов и средств физического воспитания для совершенствования профессионально важных качеств личности; студенты испытывают стремление к получению эмоционального удовлетворения от занятий физической культурой и спортом, что, на наш взгляд, также является важным в сохранении интересов и положительной мотивации к занятиям физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельностью и ее осуществлению в учебное и внеучебное время.

Источники и литература / Sources and references

1. Антонов А. Я., Болтачева Е. А., Дерюгина А. В., Михайлова С. В., Сидорова Т. В., Съёмова С. Г., Хрычева Т. В. Тенденции физического развития студенческой молодёжи на рубеже столетий (на примере студентов Нижегородской области) // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2018. – № 4. – С. 21–30.
2. Бабина В. С. Проблема здоровья студенческой молодежи. // Молодой ученый. – 2015. – № 11 (91). – С. 572–575.
3. Бочавер А. А., Докука С. В., Новикова М. А. Благополучие детей в цифровую эпоху. Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». – М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2019. – 34 с.
4. Грязева Е. Д., Кузнецов О. Ю., Петрова Г. С. Современные задачи физического воспитания физически здоровых студентов // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2013. – № 1. – С. 305–320.
5. Заплата О. А., Смык Ф. Д. Физическая культура специалиста как ценностная категория здорового функционирования организма человека // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 1-1. – С. 138–142.
6. Лопатина Р. Ф., Лопатин Н. А. Здоровье студентов вуза как актуальная социальная проблема // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2017. – № 1. – С. 135–140.
7. Мартынов И. А. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студенческой молодежи // Universum: психология и образование. – 2017. – № 6 (36). – С. 7–10.
8. Новикова А. О., Биктина С. Я., Бородин Ю. С. Педагогические условия формирования мотивации к занятиям физической культурой и любительским спортом у студентов нефизкультурного вуза // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2017. – № 4 (146). – С. 151–155.
9. Прошляков В. Д., Никитин А. С. О необходимости формирования у студентов медицинского вуза мотивации к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой и спортом // Российский медико-биологический вестник имени академика И. П. Павлова. – 2015. – № 4. – С. 121–125.
10. Соснин В. П. Проблемы оптимизации педагогического процесса занятий физической культурой с учётом физического развития современных обучающихся вузов // Образовательный вестник «Сознание». – 2018. – № 5. – С. 26–31.
11. Съёмова С. Г. Особенности физической подготовленности студентов в вузе // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2018. – № 3. – С. 28–32.
12. Юдин Д. С. Педагогический потенциал борьбы самбо и дзюдо в реализации новых дисциплин и направлений физической культуры и спорта для профессиональной подготовки студентов нефизкультурного вуза // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – № 2 (69). – С. 341–345.
13. Zaplatina O., Bikmetov R. HUMAN CAPITAL AND ITS DEMAND IN THE MINING INDUSTRY / 3rd International Innovative Mining Symposium, IIMS 2018: Electronic edition. 2018. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.e3s-conferences.org/articles/e3sconf/abs/2018/16/e3sconf_iims2018_04013/e3sconf_iims2018_04013.html (Дата обращения: 04.02.2021).

Информация об авторах:

Заплата Ольга Алексеевна, к.п.н., доцент, и.о. зав. кафедрой физической культуры Кемеровского государственного медицинского университета. E-mail: zaplatinaoa@mail.ru

Мелешкова Нина Александровна, к.п.н., доцент кафедры физической культуры Кемеровского государственного медицинского университета. E-mail: nina.melechkova@yandex.ru

Authors information:

Zaplatina Olga Alekseevna, PhD of Pedagogical Science, Associate Professor, Acting Head of the Department of Physical Culture of Kemerovo state medical University. E-mail: zaplatinaoa@mail.ru

Meleshkova Nina Aleksandrovna, PhD of Pedagogical Science, Associate Professor of the Department of Physical Culture of Kemerovo state medical University. E-mail: nina.melechkova@yandex.ru