

Научная статья
УДК 37.01
doi: 10.35750/2071-8284-2023-2-215-220

Марат Равильевич Шайдулин

<https://orcid.org/0000-0002-0167-1995>, shaidulin_m@mail.ru

*Санкт-Петербургский университет МВД России
Российская Федерация, 198206, Санкт-Петербург, ул. Лётчика Пилютова, д. 1*

Исследование уровня двигательной активности курсантов образовательных организаций МВД России на первоначальном этапе подготовки

Аннотация. Введение. В статье проводится исследование уровня двигательной активности курсантов первого курса Санкт-Петербургского университета МВД России. Автор раскрывает проблему формирования двигательной активности у курсантов первого курса в организациях высшего образования МВД России. Этот вопрос сегодня стоит особенно остро, так как молодые люди, поступающие в образовательные организации МВД России, имеют низкие показатели физического развития, а двигательная активность напрямую связана с ним.

Цель исследования: теоретически и экспериментально обосновать необходимость повышения уровня двигательной активности с помощью физических упражнений у курсантов на первоначальном этапе.

Задачи: проанализировать физическое состояние курсантов на первоначальном этапе; определить уровень двигательной активности у курсантов первого курса в образовательных организациях высшего образования МВД России.

Методы и структура исследования. В процессе исследования применялись эмпирический метод, теоретический метод (постановка проблемы, определение цели, объекта и предмета исследования, его задач и гипотез).

Опрошены 127 курсантов 1-го курса факультета подготовки сотрудников для оперативных подразделений Санкт-Петербургского университета МВД России в возрасте от 17 до 21 года. Средний возраст составил 18,09 + 2 года. В исследуемой группе девушки составили 14,9 %. Курсанты, имеющие спортивные звания и занимающиеся спортом на профессиональном уровне, составили 9,4 %.

Исследование проводилось по методу диагностического опроса с использованием опросника двигательной активности ОДА 23+, разработанного в ФГБУ «ГНИЦПМ» Минздрава России (Андронов Д. М., Красницкий В. Б., Бубнова М. Г., 2013 г.).

Результаты. Проведённое исследование показало, что двигательная активность курсантов недостаточна. На основании полученных данных разработана методика повышения двигательной активности и физического развития курсантов в процессе самоподготовки.

Ключевые слова: двигательная активность, физическая культура, физическая подготовка, физическое развитие, высшее образование, начальная подготовка, компетенции

Для цитирования: Шайдулин М. Р. Исследование уровня двигательной активности курсантов образовательных организаций МВД России на первоначальном этапе подготовки // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2023. – № 2 (98). – С. 215–220; doi: 10.35750/2071-8284-2023-2-215-220.

Marat R. Shaidulin

<https://orcid.org/0000-0002-0167-1995>, shaidulin_m@mail.ru

*Saint Petersburg University of the MIA of Russia
1, Letchika Pilyutova str., Saint Petersburg, 198206, Russian Federation*

Study of the level of physical activity of cadets of educational organisations of the Ministry of Internal Affairs of Russia at the initial stage of training

Abstract: Introduction. The article studies the level of motor activity of first-year cadets of St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. The author reveals the problem of the formation of motor activity among first-year cadets in higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia. This issue is especially acute today, because young people entering the educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia have low rates of physical development, and physical activity is directly related to it.

The purpose of the study: to substantiate theoretically and experimentally the need to increase the level of motor activity with the help of physical exercises among cadets at the initial stage.

Tasks: to analyze the physical condition of the cadets at the initial stage; to determine the level of motor activity among first-year cadets in educational institutions of higher education of the Ministry of Internal Affairs of Russia.

Methods and structure of the study: In the process of research the empirical method, the theoretical method (statement of the problem, definition of the goal, object and subject of research, its tasks and hypotheses) were used.

127 cadets of the first year of the training faculty of employees for operational units of the St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, aged 17 to 21, were interviewed. The mean age was 18.09 + 2 years. In the study group female respondents were accounted for 14.9%. Cadets who have sports titles and go in for sports at a professional level were accounted for 9.4%.

The study was conducted according to the method of a diagnostic survey using the motor activity questionnaire ODA 23+, developed at the Federal State Budgetary Institution «National Medical Research Center for Therapy and Preventive Medicine» of the Ministry of Health of Russia (Andronov D. M., Krasnitsky V. B., Bubnova M. G., 2013).

Results: The conducted research showed that cadets' physical activity is insufficient. On the basis of the data obtained the method for increasing the motor activity and physical development of cadets in the process of self-training was developed.

Keywords: motor activity, physical culture, physical training, physical development, higher education, initial training, skills set

For citation: Shaidulin M. R. Study of the level of physical activity of cadets of educational organisations of the Ministry of Internal Affairs of Russia at the initial stage of training // Vestnik of St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. – 2023. – № 2 (98). – P. 215–220; doi: 10.35750/2071-8284-2023-2-215-220.

Введение

Двигательная активность – фактор биологического прогресса, определяющий развитие и адаптацию организма к внешним факторам. Практика показывает, что обучающиеся малоподвижны, если они самостоятельно систематически не занимаются физкультурой.

За последние несколько лет показатели двигательной активности молодёжи значительно снизились. Это связано с тем, что жизнь современной молодёжи с движением в основном не связана (учёба, развлечения, хобби, способы передвижения) [3, с. 210–213]. Изменить данную ситуацию можно с помощью физических упражнений, восполнив тем самым нехватку двигательной активности. Но есть одно «но»: большинство современных молодых людей не имеют необходимых знаний о двигательной активности. Решением этой проблемы занимаются специалисты в области физической культуры и спорта.

На начальном этапе обучения одна из основных задач, стоящих перед преподавателем

физической подготовки в образовательных организациях системы МВД России, является развитие специальных координационных навыков и умений, а также повышение уровня общей физической подготовки [1, с. 299–301]. Развитие таких навыков и умений позволит будущему сотруднику полиции выполнять возложенные на него обязанности, а также ввиду дефицита свободного времени поддерживать свою физическую форму, не затрачивая на это много времени.

В ряде исследований отмечается взаимосвязь окружающей среды и уровня двигательной активности человека [2, с. 60–67]. Это обстоятельство необходимо учитывать. К примеру, в 2021 году в Санкт-Петербургский университет МВД России 75 % абитуриентов поступили из других регионов страны.

В 2001–2016 гг. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) провела исследование с целью определить показатели физической активности у подростков в возрасте 11–17 лет. Результаты были опубликованы в журнале «The

Lancet Child & Adolescent Health»: в мире показатели физической активности у 80 % посещающих школу подростков (85 % девочек и 78 % мальчиков) находятся ниже рекомендованного уровня (около одного часа физической нагрузки в сутки). В исследовании участвовали 1,6 миллиона учащихся от 11 до 17 лет из 146 стран. Уровень физической активности девочек был ниже, чем у мальчиков за исключением четырёх стран (Тонга, Самоа, Афганистан и Замбия)¹.

Сегодня велико влияние высоких технологий на различные области деятельности. К сожалению, в век технического прогресса физическая активность (зарядка, бег или прогулки) становится все менее востребованной людьми, так как множество профессий связано с долгим нахождением на рабочем месте (в положении сидя) в течение всего рабочего дня и не включает физических нагрузок.

Проведённые исследования доказывают, что высокий уровень двигательной активности является определяющим фактором в профилактике заболеваемости и способствует поддержанию хорошей физической формы [4, с. 157–160]. Опыт многих лет показывает, что большинство первокурсников в вузах МВД России имеют низкий уровень двигательной активности. Одна из причин этого – усиленная подготовка к сдаче ЕГЭ в школе, которая уже начинается с 9-го класса. До 9-го класса современный школьник усиленно готовится к ОГЭ (основной государственной экзамен) и всё свободное время проводит сидя за учебниками. По мнению Л. Б. Ивановой, недостаточная активность обучающихся сегодня заключается в отсутствии самостоятельности, сознательности и саморегулирования [5, с. 15–19]. Полагаем, в значительной степени это связано с некомпетентностью обучающихся в области физического воспитания. Общеизвестно, что здоровье человека напрямую связано с его двигательной активностью [6, с. 28–33]. Исследователи установили среднюю двигательную активность обучающихся в период учебных занятий (8000–11000 шагов в сутки) и во время каникул (14000–19000 шагов), т. е. когда молодые люди свободны от занятий, их двигательная активность возрастает [7, с. 131–174; 8, с. 60–64]. Дополнительные исследования показали, что нагрузка обучающихся (в первую очередь на первом курсе) в учебные дни составляет 12–14 часов в сутки, а в период экзаменационной сессии – 16–18 часов², и преподаватели должны распланировать индивидуальную работу со слабоуспевающими. При планировании следует исходить из задач обучения

и воспитания; например, в плане нужно отразить, какие двигательные навыки должны быть освоены или к какому уровню физической работоспособности следует стремиться. При планировании учитываются также уровень физического развития и возрастные особенности, что позволяет занижать или завышать требования, а это заинтересовывает курсантов и возбуждает в них положительные эмоции в процессе занятий. Заметим, что подавляющее большинство курсантов на первоначальном этапе обучения начинает знакомиться с физической культурой только на занятиях по физподготовке.

К слову, физическая подготовка в образовательных организациях МВД России представляет собой одно из ведущих направлений подготовки будущих специалистов [9 с. 31–33].

Не секрет, что во многих школах должного внимания урокам физической культуры и самостоятельному выполнению физических упражнений не уделяют. По этой причине большинство курсантов не обладают знаниями в области физического воспитания и не могут самостоятельно выполнять физические упражнения [11, с. 12–17].

Физическая подготовка в образовательных организациях МВД России является составной частью ведомственного образования. Преподаваемые комплекс физических упражнений, теоретические знания и практические умения направлены на отработку двигательных качеств и навыков, которые будут необходимы при пресечении правонарушений, преследовании нарушителей и раскрытии преступлений [10, с. 63–71].

В начале обучения необходим подготовительный этап (выполнение простых акробатических упражнений, упражнений на координацию и баланс и т. д.). Не стоит забывать и о психологическом стрессе, который испытывают курсанты на первоначальном этапе подготовки, что также может влиять на их физическое состояние. К тому же уровень физической подготовки у всех разный, и преподавателю в этом случае необходимо найти индивидуальный подход к каждому курсанту, контролировать их физическое состояние во время занятий, оценивать уровень развития физических качеств, специальных навыков и умений [12, с. 308–310].

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков (Федеральное государственное автономное учреждение «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России), НИИ «Научный центр РАМН» (Российская академия медицинских наук), уровень студентов, не имеющих проблем со здоровьем, сократился в пять раз. Причина этого – несовершенство системы физического воспитания детей, в которой отсутствует принцип единства психического и физического развития [13].

Задача преподавателя – помочь курсантам овладеть необходимыми знаниями о двигательной активности через физическое воспитание.

Иными словами, процесс физической подготовки в образовательных организациях си-

¹ Пресс-релиз Женева [Электронный ресурс] // Всемирная организация здравоохранения : сайт. – URL : <https://www.who.int/ru> (дата обращения: 22.11.2019).

² Дробышева С. А. Повышение двигательных возможностей студентов с заболеванием вегетососудистой дистонией средствами физического воспитания: дис. ... канд. пед. наук. – Волгоград, 2004. – 139 с.; Яцковская Л. Н. Физическое воспитание студентов, временно освобожденных от занятий по состоянию здоровья, посредством оздоровительно-образовательного тренинга: автореф. дис. канд. пед. наук. – Красноярск, 2007. – 24 с.

ловых структур направлен только на развитие и совершенствование физических качеств, которые в конечном итоге и обеспечивают двигательное развитие будущего сотрудника правоохранительных органов. В то же время анализ руководящих документов по физической подготовке во всех без исключения силовых ведомствах, а также научных работах, касающихся вопросов двигательной активности курсантов и слушателей, показывает отсутствие в них технологий формирования профессиональных и универсальных компетенций, содержащих:

- знания о закономерностях развития и совершенствования физических качеств, формирования двигательных умений и навыков в различных возрастных группах;
- технологии развития и совершенствования базовых и профессионально-важных приёмов и действий;
- знания о формировании механизмов двигательных способностей человека в онтогенезе;
- знания о последовательности освоения сложных двигательных приёмов:
- умения и навыки применять страховку и самостраховку при выполнении физических упражнений;
- знания, умения и навыки самоконтроля за функциональным состоянием при выполнении физических нагрузок с различной интенсивностью;
- последовательность овладения навыками, оказания первой медицинской помощи при травматизме и несчастных случаях на занятиях по физической подготовке и индивидуальной физической тренировке [11, с. 12, 17].

Множество научных публикаций посвящено положительному влиянию физической активности на умственную способность человека, на его эмоциональное и психическое состояние. Большое воздействие на внимание, реакцию, способность оперативно мыслить, работу ума оказывают физические упражнения [14, с. 215]. Что же касается повседневной жизни курсантов, то двигательная активность посредством физических упражнений способствует восстановлению работоспособности (это происходит из-за чередования умственной и физической нагрузки). Проблема актуальна, поскольку большинство современных студентов испытывают повышенную утомляемость [15, с. 74]. Учитывая это, курсант, овладев знаниями, касающимися двигательной активности, решит для себя множество задач.

Методология и структура исследования: Опрошено 127 курсантов 1-го курса факультета подготовки сотрудников для оперативных подразделений Санкт-Петербургского университета МВД России в возрасте от 17 лет до 21 года (средний возраст составил 18,09 + 2 года), в числе которых 14,9 % девушек. Курсанты, имеющие спортивные звания и занимающиеся спортом на профессиональном уровне, составили 9,4 %.

Исследование проводилось по методу диагностического опроса с использованием опрос-

ника двигательной активности ОДА 23+, разработанного в ФГБУ «ГНИЦПП» Минздрава России (Андронов Д. М., Красницкий В. Б., Бубнова М. Г., 2013 г). Этот опросник учитывает особенности образа жизни и позволяет определить уровень двигательной активности, а также зафиксировать её количественные изменения при повторных тестах.

Результаты

На основании опроса было выявлено, что высоким уровнем двигательной активности обладают 8 % курсантов, средним – 27 % курсантов и низким – 56 % курсантов. При этом необходимо отметить, что 9 % курсантов имеют спортивные разряды – от первого взрослого разряда до кандидата в мастера спорта – по таким видам спорта, как борьба, лёгкая атлетика, плавание и т. д.

В ходе исследования установлено, что процент исследуемых, имеющих высокий уровень двигательной активности, близок к проценту исследуемых, имеющих спортивные разряды. Опираясь на эти данные, мы предполагаем, что использование средств физической культуры и спорта на регулярной основе позволят повысить до приемлемого уровня двигательную активность курсантов, что послужит основой для развития их физических качеств с целью подготовки их к профессиональной деятельности.

Заключение

Таким образом, приходится констатировать, что за последние несколько лет показатели двигательной активности молодёжи значительно снизились. Это можно объяснить тем, что во многих школах не уделяется должного внимания урокам физической культуры и самостоятельному выполнению физических упражнений.

Данное обстоятельство нельзя оставлять без внимания, поскольку высокий уровень двигательной активности является определяющим фактором в профилактике заболеваемости и способствует поддержанию хорошей физической формы. Кроме того, физическая подготовка в образовательных организациях МВД России является составной частью ведомственного образования. Преподаваемые комплекс физических упражнений, теоретические знания и практические умения направлены на отработку двигательных качеств и навыков, которые будут необходимы при пресечении правонарушений, преследовании нарушителей и раскрытии преступлений.

Опираясь на данные, полученные в ходе нашего исследования, и выделив уровни двигательной активности, мы пришли к выводу, что двигательная активность курсантов находится на недостаточном уровне, в связи с чем необходимо разработать экспериментальную программу, которая будет состоять из физических упражнений, при выполнении которых курсанты и слушатели смогут повысить уровень своей двигательной активности, а также улучшить свою физическую подготовку.

Список литературы

1. Шилакин Б. В. Выявление двигательных способностей у курсантов образовательных организаций МВД России на начальном этапе обучения // Учёные записки университета П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 6 – С. 299–301.
2. Иванов В. Д., Кокорева Е. Г. Психофизиологические свойства личности и двигательная активность студентов первого курса // Вестник Челябинского государственного университета. – 2014. – № 13. – С. 60–67.
3. Пустозеров А. И. Динамика морфофункционального состояния и умственной работоспособности у учащихся профильных классов / Оздоровительные технологии XXI века : материалы Международной научно-практической конференции, 3–5 декабря 2002 г. – Челябинск: Уральская государственная академия физической культуры, 2002. – С. 210–213.
4. Трущенко В. В., Лосев В. А. Индивидуальная двигательная активность студентов как фактор сохранения их здоровья / Физическая культура, спорт, здоровый образ жизни в XXI веке : сборник научных статей Международной научно-практической конференции 17 мая 2020 г. – Могилев: МГУ имени А. А. Кулешова, 2020. – С. 157–160.
5. Иванова Л. Б. Развитие познавательного интереса в условиях применения инфокоммуникационных технологий обучения // Педагогические науки. – 2006. – № 3. – С. 15–19.
6. Горелов А. А., Румба О. Г., Кондаков В. Л. Анализ показателей здоровья студентов специальной медицинской группы // Научные проблемы гуманитарных исследований. – 2008. – Вып. 6. – С. 28–33.
7. Виленский М. Я. Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья / Физическая культура студента. – Москва: Гардарики, 2001. – С. 131–174. – 448 с.
8. Виленский М. Я., Минаев Б. Н. Двигательная активность студентов в режиме учебно-трудовой деятельности, быта и отдыха // Теория и практика физической культуры. – 1973. – № 3. – С. 60–64.
9. Герасимов И. В. Педагогические аспекты формирования профессиональных двигательных навыков курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / Совершенствование физической, огневой и тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов. Физическая подготовка и спорт : сборник статей. – Орел: ОрЮИ МВД России имени В. В. Лукьянова, 2015. – С. 31–33.
10. Андреев А. А., Росадюк В. С., Струганов С. М. Инновационные взгляды на повышение профессионально-прикладных качеств курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. – 2016. – № 3 (78). – С. 63–71.
11. Горелов А. А., Шайдулин М. Р. К проблеме формирования профессиональных компетенций в сфере физической культуры и спорта у будущих сотрудников органов внутренних дел : по материалам VIII Международного научного конгресса 15–16 декабря 2022 года. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский университет МВД России, 2022. – С. 12–17.
12. Шайдулин М. Р. Проблема формирования прикладных двигательных умений и навыков в период первоначальной подготовки курсантов образовательных организаций МВД России : по материалам VIII Международного научного конгресса 15–16 декабря 2022 года. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский университет МВД России, 2022. – С. 308–310.
13. Гущина С. В. Состояние здоровья учащихся в высших учебных заведениях / Проблемы здоровья человека. Развитие физической культуры и спорта в современных условиях : материалы Международной научно-практической конференции, – Ставрополь: Изд-во СГУ, 2009. – 180 с.
14. Егоров Д. Е., Радоуцкий В. Ю., Кутергин Н. Б. Современные подходы в подготовке специалистов аварийно-спасательного профиля в технических высших учебных заведениях // Вестник Белгородского государственного технологического университета имени В. Г. Шухова. – 2014. – № 5. – С. 215–219.
15. Савельева Л. А., Зорченко Е. В. О значении пауз активного отдыха в жизни студентов / Современные дидактические проблемы физической культуры и оздоровительные программы в образовательном пространстве вуза : материалы Международной научно-практической конференции, 25–26 апреля 2008 г. – Белгород: Белгородский юридический институт МВД России, 2008. – С. 74–76.

References

1. Shilakin B. V. Vyyavleniye dvigatel'nykh sposobnostey u kursantov obrazovatel'nykh organizatsiy MVD Rossii na nachal'nom etape obucheniya // Uchenyye zapiski universiteta P. F. Lesgafta. – 2019. – № 6 – S. 299–301.
2. Ivanov V. D., Kokoreva Ye. G. Psikhofiziologicheskiye svoystva lichnosti i dvigatel'naya aktivnost' studentov pervogo kursa // Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta. – 2014. – № 13. – S. 60–67.
3. Pustozеров A. I. Dinamika morfofunktsional'nogo sostoyaniya i umstvennoy rabotosposobnosti u uchashchikhsya profil'nykh klassov / Ozdorovitel'nyye tekhnologii XXI veka: materialy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii, 3–5 dekabrya 2002 g. – Chelyabinsk, Ural'skaya gosudarstvennaya akademiya fizicheskoy kul'tury 2002. – S. 210–213.

4. *Trushchenko V. V., Losev V. A.* Individual'naya dvigatel'naya aktivnost' studentov kak faktor sokhraneniya ikh zdorov'ya / Fizicheskaya kul'tura, sport, zdorovyy obraz zhizni v XXI veke : sbornik nauchnykh statey mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii 17 maya 2020 g. – Mogilev : MGU imeni A. A. Kuleshova, 2020. – S. 157–160.
5. *Ivanova L. B.* Razvitiye poznavatel'nogo interesa v usloviyakh primeneniya infokommunikatsionnykh tekhnologiy obucheniya // *Pedagogicheskiye nauki.* – 2006. – № 3. – S. 15–19.
6. *Gorelov A. A., Rumba O. G., Kondakov V. L.* Analiz pokazateley zdorov'ya studentov spetsial'noy meditsinskoj gruppy // *Nauchnyye problemy gumanitarnykh issledovaniy.* – 2008. – Vyp. 6. – S. 28–33.
7. *Vilenskiy M. Ya.* Osnovy zdorovogo obraza zhizni studenta. Rol' fizicheskoy kul'tury v obespechenii zdorov'ya. – V kn.: *Fizicheskaya kul'tura studenta.* – Moskva: Gardariki, 2001. – S. 131–174. – 448 s.
8. *Vilenskiy M. Ya., Minayev B. N.* Dvigatel'naya aktivnost' studentov v rezhime uchebno-trudovoy deyatel'nosti, byta i otdykha // *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury.* – 1973. – № 3. – S. 60–64.
9. *Gerasimov I. V.* Pedagogicheskiye aspekty formirovaniya professional'nykh dvigatel'nykh navykov kursantov i slushateley obrazovatel'nykh organizatsiy MVD Rossii / *Sovershenstvovaniye fizicheskoy, ognevoy i taktiko-spetsial'noy podgotovki sotrudnikov pravookhranitel'nykh organov. Fizicheskaya podgotovka i sport : sbornik statey.* – Orel: OrYUI MVD Rossii imeni V. V. Luk'yanova, 2015. – S. 31–33.
10. *Andreyev A. A., Rosadyuk V. S., Struganov S. M.* Innovatsionnyye vzglyady na povysheniye professional'no-prikladnykh kachestv kursantov i slushateley obrazovatel'nykh organizatsiy i sotrudnikov silovykh vedomstv // *Vestnik Vostochnosibirskogo instituta MVD Rossii.* – 2016. – № 3 (78). – S. 63–71.
11. *Gorelov A. A., Shaydul'in M. R.* K probleme formirovaniya professional'nykh kompetentsiy v sfere fizicheskoy kul'tury i sporta u budushchikh sotrudnikov organov vnutrennikh del: po materialam VIII mezhdunarodnogo nauchnogo kongressa 15–16 dekabrya 2022 goda. Sankt-Peterburgskiy universitet MVD Rossii. – Sankt-Peterburg. – 2022. – S. 12–17.
12. *Shaydul'in M. R.* Problema formirovaniya prikladnykh dvigatel'nykh umeniy i navykov v period pervonachal'noy podgotovki kursantov obrazovatel'nykh organizatsiy MVD Rossii : po materialam VIII mezhdunarodnogo nauchnogo kongressa 15–16 dekabrya 2022 goda. Sankt-Peterburgskiy universitet MVD Rossii. – Sankt-Peterburg. – 2022. – S. 308–310.
13. *Gushchina S. V.* Sostoyaniye zdorov'ya uchashchikhsya v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh / *Problemy zdorov'ya cheloveka. Razvitiye fizicheskoy kul'tury i sporta v sovremennykh usloviyakh: materialy mezhhregional'noy nauchno-prakticheskoy konferentsii, Stavropol': Izd-vo SGU, 2009. – 180 s.*
14. *Yegorov D. Ye., Radoutskiy V. Yu., Kutergin N. B.* Sovremennyye podkhody v podgotovke spetsialistov avariyno-spatel'nogo profilya v tekhnicheskikh vysshikh uchebnykh zavedeniyakh // *Vestnik Belgorodskogo gosudarstvennogo tekhnologicheskogo universiteta imeni V. G. Shukhova.* – 2014. – № 5. – S. 215–219.
15. *Savel'yeva L. A., Zorchenko Ye. V.* O znachenii pazv aktivnogo otdykha v zhizni studentov / *Sovremennyye didakticheskiye problemy fizicheskoy kul'tury i ozdorovitel'nyye programmy v obrazovatel'nom prostranstve vuza: materialy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii, 25–26 aprelya 2008 g. – Belgorod: Belgorodskiy yuridicheskii institut MVD Rossii, 2008. – S. 74–76.*

Статья поступила в редакцию 16.03.2023; одобрена после рецензирования 10.04.2023; принята к публикации 10.06.2023.

The article was submitted March 16, 2023; approved after reviewing April 10, 2023; accepted for publication June 10, 2023.