

УДК 591.121:612.2

DOI: 10.34670/AR.2021.30.18.042

Влияние предмета «Общая физическая культура» на сознательность студентов заочного отделения

Салеев Эльдар Рафаэлевич

Кандидат биологических наук,
доцент кафедры физвоспитания,
Стерлитамакский филиал
Башкирского государственного университета,
453103, Российская Федерация, Стерлитамак, просп. Ленина, 49;
e-mail: saleev-eldar@mail.ru

Шамсутдинов Шамиль Абдулович

Кандидат педагогических наук, доцент,
Стерлитамакский филиал
Башкирского государственного университета,
453103, Российская Федерация, Стерлитамак, просп. Ленина, 49;
e-mail: shamil6103@yandex.ru

Волкова Елена Александровна

Старший преподаватель кафедры физвоспитания,
Стерлитамакский филиал
Башкирского государственного университета,
453103, Российская Федерация, Стерлитамак, просп. Ленина, 49;
e-mail: elena_wolk@mail.ru

Аннотация

Физическое развитие и физическую подготовленность студентов заочного отделения изучают довольно редко. Данный контингент студентов – в основном уже работающие и имеющие определенный жизненный опыт в области физической культуры и спорта. Изучение морфофункционального состояния на сегодняшний день является одним из приоритетных направлений в высших учебных заведениях, наблюдение за изменениями состояния своего здоровья в период пандемии – дело каждого студента заочного, очного отделения. Физиологические проблемы влияния внутренних и внешних факторов на морфофункциональное состояние работающей молодежи изучается должным образом рядом ученых, и знания, приобретенные многолетним опытом, студенты получают, изучая предмет «Общая физическая культура» на том уровне, который предусмотрен в программе учебного планирования. Дифференцированно используя физические упражнения во время двигательной активности, можно достичь определенных положительных результатов. Влияние циклических упражнений на организм человека в режиме дня разнообразно, происходит не только развитие физических качеств, но и изменение функционального

состояния организма в целом. Использование простейших видов двигательной деятельности, таких как ходьба, бег в режиме дня, способствует увеличению жизненной емкости легких, увеличению потребления кислорода, работоспособности, которые занимают значимое место в трудовой деятельности. Наше общество заинтересовано в развитии здоровой нации. Все эти факторы явно предопределяют активный поиск эффективных средств и методов, способствующих не только повышению работоспособности, но и оздоровлению всего организма в целом. В настоящее время профилактика профзаболеваний имеет определенное приоритетное значение в высших учебных заведениях.

Для цитирования в научных исследованиях

Салеев Э.Р., Шамсутдинов Ш.А., Волкова Е.А. Влияние предмета «Общая физическая культура» на сознательность студентов заочного отделения // Педагогический журнал. 2021. Т. 11. № 4А. С. 376-385. DOI: 10.34670/AR.2021.30.18.042

Ключевые слова

Студент, заочное отделение, физическое развитие, физическая подготовленность, физическая культура, спорт, диагностика, самоконтроль.

Введение

В современном обществе одним из актуальных направлений стало совмещение трудовой деятельности с заочным образованием, что позволяет человеку найти компромисс между стремлением к повышению своего образования и необходимостью достижения материального благополучия. Заочное образование ориентировано на людей, которые уже выбрали направление своей профессиональной деятельности [Акамов, Евдокимов, 2010; Скворцова, 2014; Салеев, 2017]. Первоочередная задача заочного обучения состоит в том, чтобы освоить образовательную программу, и предмет предмету «Общая физическая подготовка» является неотъемлемой частью данного процесса. Мотивирует недостаточная изученность возраста студентов 22-28 лет, возраста, когда морфофункциональные показатели достигают своих дефинитивных размеров, здоровье достигает определенного уровня [Имнаев, Осадчий, Стрельников, Журавлева, 2008; Литовченко, 2009; Миронова, 2004]. Целесообразность изучения очевидна, так как в данном возрасте формируется семья, стабилизируется профессиональная деятельность, времени на двигательную активность и профилактику, в особенности профзаболеваний, фактически не остается.

Научная новизна «Общей физической культуры» как дисциплины дает возможность решать самостоятельно воспитательные и оздоровительные задачи. Реализация данных задач должна обеспечить психофизическую готовность к более качественному подходу к вопросу здоровья [Розенфельд, Батрымбетова, 2008; Гнатюк, 2011]. Цель исследования: обеспечить знаниями не только для повышения уровня функциональных и двигательных способностей, укрепления и сохранения здоровья, но и организации стиля жизни во время учебно-трудовой деятельности [Коромыслов, 2013; Миронова, 2004; Розенфельд, Батрымбетова, 2008]. Используя субъективные и объективные показатели, умение самостоятельно выполнять морфофункциональные пробы и тесты даст предпосылки к организации режима дня, приобщению к здоровому образу жизни.

Теоретическая и практическая значимость исследования проявляется в дополнительных

знаниях в области физкультурно-оздоровительной деятельности, которые, в свою очередь, окажут позитивное влияние на физическую подготовленность и на состояние здоровья студентов.

В современных условиях для подготовки специалистов в высших учебных заведениях требуются новый подход учебного процесса в области физкультуры и спорта, поскольку специалист с высокими знаниями должен обладать хорошим здоровьем и творческим долголетием. В современном обществе изучение молодежи надлежит осуществлять должным образом, так как данная категория людей представляет большой интерес в научных кругах. Данный возраст является этапом формирования личности, и здоровье студентов – один из основных критериев благосостояния общества [Слепченко, Краснов, Вольский, 2019; Сысоева, Седнев, 2018].

Именно в период рабочего времени резко уменьшается оздоровительная физическая нагрузка в режиме дня в связи с трудовой деятельностью [Салеев, Савченко, 2019]. Все эти факторы определяют высокую актуальность поиска и научного обоснования эффективных средств и методов, способствующих повышению эффективности процесса физического воспитания в высших учебных заведениях.

Материал и методы исследования

В исследовании (установочная сессия – две недели) приняли участие 32 студента первого курса заочного отделения юридического факультета Стерлитамакского филиала Башкирского государственного университета мужского пола в возрасте 22-28 лет.

Исследование разделили на два этапа, где показатели и результаты фиксировали в журнале наблюдений в начале сессии и в конце (1-2 этап).

1. Анкетный опрос (значимость предмета «Общая физическая культура»).

Вопросы анкетирования:

- 1) Нужен предмет «Общая физическая культура» на заочном отделении («Да» или «Нет»).
- 2) Я получаю нужные знания по предмету «Общая физическая культура», которые помогают мне в повседневной жизни («Да» или «Нет»).
- 3) Я испытываю интерес к занятиям по предмету «Общая физическая культура» («Да» или «Нет»).
- 4) Я хочу посещать предмет «Общая физическая культура», чтобы расширить свой кругозор («Да» или «Нет»).
- 5) Я укрепляю свое здоровье, используя знания, полученные по предмету «Общая физическая культура» («Да» или «Нет») [Салеев, Савченко, 2019; Савченко, Салеев, 2017].

На практических занятиях использовались доступные методы контроля функционального состояния организма: частота сердечных сокращений (ЧСС), артериальное давление (АД). Показатель артериального давления необходимо знать каждому человеку, так как АД является одним из важнейших показателей функционирования организма. Высокие показатели АД провоцируют развитие опасных заболеваний, таких как ишемическая болезнь сердца, инсульт, инфаркт, почечная недостаточность. Измеряли жизненную емкость легких (ЖЕЛ) с помощью сухого спиртометра и сравнивали с так называемой должной величиной по формуле Людвига: ЖЕЛ для мужчин = $40 \times \text{рост (см)} + 30 \times \text{вес (кг)} - 4400$; пробу Штанге (задержка дыхания на вдохе) и Генчи (задержка дыхания на выдохе) использовали для определения особенностей адаптации и резервных возможностей при недостаточном обеспечении кислородом.

На протяжении всей установочной сессии исследуемые студенты выполняли бег в течение 40 минут ежедневно (всего 12 занятий), не превышая нагрузку малой мощности, в которой ЧСС не превышает 50-60% от максимальной ЧСС. Данная зона мощности благоприятно влияет на развитие сердечно-сосудистой системы, в спортивной медицине данный способ бега называют «терапевтический», или «оздоровительный». При математико-статистической обработке результатов антропометрического и функционального обследования использовались параметрические методы Стьюдента с определением средней арифметической (M), ошибки средней арифметической (m), переменной Стьюдента t с оценкой достоверности по критерию значимости p . Различия между группами признаков считались достоверными при $p < 0,05$.

Результаты и их обсуждение

Таблица 1 демонстрирует показатели артериального давления студентов заочного отделения в динамике сессии без достоверных изменений, но при этом проглядывается тенденция систолического и диастолического давления ближе к нормативным показателям, предложенным Всемирной организацией здравоохранения.

Таблица 1 - Функциональное состояние студентов в динамике установочной сессии

Показатели	Муж n = 32	
	1 этап	2 этап
Возраст (лет)	25 ± 3,64	—
САД мм рт. ст.	125,23 ± 4,64	124,1 ± 2,16
ДАД мм.рт.ст.	82,68 ± 3,53	78,4 ± 1,66
ЖЕЛ л. по формуле л.	3,85 ± 1,16 5,21	4,75 ± 0,86 5,21
Штанге (сек)	58 ± 15,16	80 ± 14,16
Генче (сек)	42,02 ± 10,16	51 ± 9,16

Показатели жизненной емкости легких (ЖЕЛ) за данный период исследования увеличился на 23%. Для определения способности задерживать дыхание на вдохе и выдохе использовали пробы Штанге и Генча. Данные проб демонстрируют увеличение времени задержки дыхания на 12%.

Таблица 2 демонстрирует результат анкетного опроса о значимости предмета «Элективные курсы по физической культуре». На первом этапе исследования ответ «Нет» доминировал, но на втором, заключительном этапе исследования мнения поменялись: на 1, 2, 5 вопросы сто процентов студентов ответило «Да», на 3, 4 – 93% и 87,5% соответственно.

Таблица 2 - Социологический опрос студентов первого курса заочного отделения юридического факультета СФ Баш ГУ

Вопросы	Ответ			
	1 этап		2 этап	
	Да	Нет	Да	Нет
1	4	28	32	-
2	18	14	32	-
3	16	16	30	2

Вопросы	Ответ			
	1 этап		2 этап	
	Да	Нет	Да	Нет
4	8	24	28	4
5	27	5	32	-

Заключение

Таким образом, на основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы. Занятия по предмету «Общая физическая культура» на заочном отделении внесли определенные изменения в пользу предмета, то есть знания, полученные в учебном процессе, однозначно положительно повлияли на отношение к уроку, что и подтверждают результаты анкетного опроса.

Дополнительно был предложен бег в малой зоне мощности в течение 40 минут ежедневно, на втором этапе исследования были выполнены пробы. Жизненная емкость легких демонстрирует функциональное состояние легких, данный показатель в динамике исследования увеличился на 23%, тем самым приблизился к должным величинам. Проба с задержкой дыхания на вдохе и выдохе выявляет состояние выносливости, адаптацию организма к анаэробным условиям деятельности. У студентов заочного отделения юридического факультета задержка дыхания на вдохе в динамике исследования увеличилась на 28%, а на выдохе – на 18%. Результаты исследования подтверждают нашу гипотезу, что занятия по предмету «Общая физическая культура» необходимы на заочном отделении для получения знаний. Данный учебный раздел позитивно повлиял на физическое и духовное состояние исследуемых, что немаловажно для дальнейшего саморазвития обучающихся.

Библиография

1. Efremov A. Some aspects of the use of Hypnotherapy and Dehypnosis for the remission of psychosomatic diseases // *Journal of Advanced Pharmacy Education & Research*. 2020.
2. Акамов В.В., Евдокимов Н.И. Организационно-методические основы физического воспитания студентов педагогического вуза // *Проблемы и перспективы развития образования в России*. 2010. № 6. С. 293-296.
3. Алексейчева Е.Ю. Актуальные подходы к формированию компетентностей будущего // *Вестник Московского городского педагогического университета*. Серия «Философские науки». 2020. № 1 (33). С. 44–50. DOI: 10.25688/2078-9238.2020.33.1.06
4. Алексейчева Е.Ю. Непрерывное образование в контексте глобальных трендов развития экономики впечатлений // *Новое в науке и образовании*. Сборник трудов международной ежегодной научно-практической конференции. Ответственный редактор Ю.Н. Кондракова. 2019. М.: ООО "Макс Пресс". 2019. С. 5–15.
5. Алексейчева Е.Ю. Проблемы использования технологий информатизации в образовании // *Новое в науке и образовании*. Сборник трудов международной ежегодной научно-практической конференции. Ответственный редактор Ю.Н. Кондракова. 2018. М.: ООО "Макс Пресс". 2018. С. 15–22.
6. Алексейчева Е.Ю., Нехорошева Е.В. Большие данные и экономика образования: управленческая дилемма повседневной образовательной миграции московской агломерации // *Вестник Московского городского педагогического университета*. Серия «Экономика». 2020. № 1 (23). С. 89–101. DOI 10.25688/2312-6647.2020.23.1.10
7. Везиров Т.Г., Смирнова О.О. Научная объективность репрезентативности педагогических измерений в контексте сельской школы // *Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке*. 2016. № 3. С. 138-147.
8. Везиров Т.Г., Смирнова О.О. Философские аспекты верификации педагогических гипотез в рамках дихотомии «город-село» // *Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке*. 2016. № 4. С. 163-171.
9. Гнатюк Т.Н. Особенности физического развития юношей-первокурсников // *Физическое воспитание студентов*. 2011. № 1. С. 37-39.
10. Елагина А.С., Смирнова О.О. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents //

- Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5В. С. 238-244.
11. Елагина А.С., Смирнова О.О. The impact of the EU political integration process on the psychological and social state of regional rural elites // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5В. С. 257-263.
 12. Ефремов А.В. Применение регрессивного и клинического гипноза в практике лечения психосоматических нарушений // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 2А. С. 65-74. DOI: 10.34670/AR.2021.15.27.00.
 13. Ефремов А.В. Психосоматический компонент при депрессиях у людей среднего возраста // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Естественные и технические науки. 2019. № 9. С. 119-124.
 14. Имнаев Ш.А., Осадчий А.И., Стрельников Р.В., Журавлева Ю.И. Основные направления повышения эффективности физического воспитания студенческой молодежи // Вестник Пятигорского государственного лингвистического университета. 2008. № 3. С. 229-234.
 15. Коромыслов А.В. Значение стандартов физического развития в оценке и повышении эффективности физического воспитания студентов вузов: автореф. дис. ... канд. мед. наук. М., 2013. 24 с.
 16. Литовченко О.Г. Особенности морфофункционального и психо-физиологического развития уроженцев Среднего Приобья в возрасте 7–20 лет: дис. ... д-ра биол. наук. Челябинск, 2009. 285 с.
 17. Миронова Г.Л. Роль физической культуры и спорта в подготовке к профессиональной деятельности выпускников вузов // Материалы международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы и перспективы физкультурного образования в вузах». Волгоград, 2004. С. 240-243.
 18. Розенфельд Л.Г., Батрымбетова С.А. Здоровье студентов по данным субъективной оценки и факторы риска, влияющие на него // Здоровье Российской Федерации. 2008. № 4. С. 38-39.
 19. Савченко С.В., Салеев Э.Р. Влияние дыхательной системы на результативность студентов первокурсников в беге на выносливость // Европейский журнал социальных наук. 2017. № 12.
 20. Салеев Э.Р. Сравнительная характеристика функционального развития и физической подготовленности студентов заочного отделения СФ БАШГУ // Материалы V Международной научной конференции «Физическая культура и спорт в системе высшего образования». Уфа, 2017.
 21. Салеев Э.Р., Савченко С.В. Сравнительная характеристика динамики физической подготовленности студентов специальных медицинских групп в рамках реализации оздоровительной программы «путь к здоровью» // Современные проблемы науки и образования. 2019. № 1. С. 130-138.
 22. Скворцова С.О. Учебный процесс по дисциплине «Физическая культура» для студентов заочного обучения // Материалы V Международной научной конференции «Актуальные задачи педагогики». Чита, 2014. С. 224-226.
 23. Слепченко А.Л., Краснов Р.К., Вольский В.В. Мотивация как компонент занятий физической культурой // Молодой ученый. 2019. № 19 (257). С. 388-390.
 24. Смирнов О.А. International experience in preventing violence among rural youth // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5В. С. 245-249.
 25. Смирнов О.А. Psychology aspects of pluralism of masculinity of young men in rural areas // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 6В. С. 306-311.
 26. Смирнова О.О. Методика формирования положительной Я-концепции учеников сельских школ: обобщение опыта образовательного процесса коренного населения Австралии // Педагогический журнал. 2016. Том 6. № 5В. С. 454-462.
 27. Смирнова О.О., Галушкин В.В. Positive self-concept of elementary school students in urban and rural settings // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 6В. С. 318-322.
 28. Смирнова О.О., Елагина А.С. Socio-psychological consequences of food price volatility: a synthesis of international practice // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5В. С. 250-256.
 29. Смирнова О.О., Еркович Е.А. Международный опыт имплементации инноваций в концепции развития образовательного процесса в сельских школах // Педагогический журнал. 2016. Том 6. № 6В. С. 476-485.
 30. Смирнова О.О., Смирнов О.А. Эволюция образовательного процесса коренного населения в сельских школах Аляски // Педагогический журнал. 2016. № 3. С. 222-230.
 31. Сысоева Ю.В., Седнев А.В. Физическая культура в жизни студентов // Молодой ученый. 2018. № 46 (232). С. 419-420.

Influence of the subject "General physical culture" on the consciousness of part-time students

El'dar R. Saleev

PhD in Biological Sciences,
Associate Professor of the Department of physical education,
Sterlitamak branch of Bashkir State University,
453103, 49 Lenina ave., Sterlitamak, Russian Federation;
e-mail: saleev-eldar@mail.ru

Shamil' A. Shamsutdinov

PhD in Biological Sciences, Associate Professor,
Sterlitamak branch of Bashkir State University,
453103, 49 Lenina ave., Sterlitamak, Russian Federation;
e-mail: shamil6103@yandex.ru

Elena A. Volkova

Senior Lecturer of the Department of physical education,
Sterlitamak branch of Bashkir State University,
453103, 49 Lenina ave., Sterlitamak, Russian Federation;
e-mail: elena_wolk@mail.ru

Abstract

Physical development and physical preparedness of students of the part-time department are studied quite rarely. This contingent of students is mostly already working and have some life experience in the field of physical culture and sports. The study of the morpho-functional condition today is one of the priorities in higher education institutions, monitoring changes in their health during the pandemic is the business of every student of the part-time, full-time department. The physiological problems of the influence of internal and external factors on the morpho-functional condition of working youth are studied properly by a number of scientists, and the knowledge acquired by long term experience, students receive by studying the subject "General physical culture" at the level that is provided in the educational planning program. Differentiated use of physical exercises during physical activity can achieve certain positive results. The influence of cyclic exercises on the human body during the day is diverse, the development of not only physical qualities, but also changes in the functional condition of the body generally. The use of simplest types of motion activity such as walking, running during the day, contribute to an increase in the vital capacity of the lungs, an increase in oxygen consumption, working capacity, which occupy a significant place in labor activity. Our society is interested in the development of a healthy nation. All these factors clearly predetermine the active search for effective means and methods that contribute to increase working capacity, but also to improving the health of the whole organism in general. Currently, the prevention of occupational diseases has a certain priority place in higher educational institutions.

For citation

Saleev E.R., Shamsutdinov Sh.A., Volkova E.A. (2021) Vliyanie predmeta "Obshchaya fizicheskaya kul'ta" na soznatel'nost' studentov zaocnogo otdeleniya [Influence of the subject "General physical culture" on the consciousness of part-time students]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 11 (4A), pp. 376-385. DOI: 10.34670/AR.2021.30.18.042

Keywords

Student, part-time department, physical development, physical preparedness, physical culture, sports, diagnostics, self-control.

References

1. Akamov V.V., Evdokimov N.I. (2010) Organizatsionno-metodicheskie osnovy fizicheskogo vospitaniya studentov pedagogicheskogo vuza [Organizational and methodological foundations of physical education of students of a pedagogical university]. *Problemy i perspektivy razvitiya obrazovaniya v Rossii* [Problems and prospects for the development of education in Russia], 6, pp. 293-296.
2. Alekseicheva E.Yu. (2018) Problemy ispol'zovaniya tekhnologii informatizatsii v obrazovanii [Problems of using informatization technologies in education] *Novoe v nauke i obrazovanii. Sbornik trudov mezhdunarodnoi ezhegodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii. Otvetstvennyi redaktor Yu.N. Kondrakova. M.: OOO "Maks Press".* [The International Annual Scientific and Practical Conference "New in Science and Education", organized by Jewish University. Ed. by Kondrakova Yu. N. Moscow: MAKS Press], pp. 15-22
3. Alekseicheva E.Yu. (2020) Aktual'nye podkhody k formirovaniyu kompetentnosti budushchego [Current Approaches to the Formation of Future Competencies]. *Vestnik Moskovskogo gorodskogo pedagogicheskogo universiteta. Seriya: Filosofskie nauki* [Vestnik of Moscow City University. Series «Philosophical Sciences»], 1, pp. 44-50.
4. Alekseicheva E.Yu. (2019) Nepreryvnoe obrazovanie v kontekste global'nykh trendov razvitiya ekonomiki vpechatlenii [Life-long learning in the context of global trends of the development of the experience economy] *Novoe v nauke i obrazovanii. Sbornik trudov mezhdunarodnoi ezhegodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii. Otvetstvennyi redaktor Yu.N. Kondrakova. M.: OOO "Maks Press".* [The International Annual Scientific and Practical Conference "New in Science and Education", organized by Jewish University. Ed. by Kondrakova Yu. N. Moscow: MAKS Press] pp. 5-15
5. Alekseicheva E.Yu., Nekhorosheva E.V. (2020) Bol'shie dannye i ekonomika obrazovaniya: upravlencheskaya dilemma povsednevnoi obrazovatel'noi migratsii moskovskoi aglomeratsii [Big Data and the Economics of Education: The Management Dilemma of Everyday Educational Migration of the Moscow Agglomeration]. *Vestnik Moskovskogo gorodskogo pedagogicheskogo universiteta. Seriya: Ekonomika* [Vestnik of Moscow City University. Series «Economics»], 1, pp. 89-101.
6. Efremov A. Some aspects of the use of Hypnotherapy and Dehypnosis for the remission of psychosomatic diseases // *Journal of Advanced Pharmacy Education & Research*. 2020.
7. Elagina A.S., Smirnova O.O. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents // *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennyye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5B), pp. 238-244.
8. Gnatyuk T.N. (2011) Osobennosti fizicheskogo razvitiya yunoshei-pervokursnikov [Features of physical development of young men-first-year students]. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical education of students], 1. pp. 37-39.
9. Imnaev Sh.A., Osadchii A.I., Strel'nikov R.V., Zhuravleva Yu.I. (2008) Osnovnye napravleniya povysheniya effektivnosti fizicheskogo vospitaniya studencheskoi molodezhki [The main directions of increasing the effectiveness of physical education of student youth]. *Vestnik Pyatigorskogo gosudarstvennogo lingvisticheskogo universiteta* [Bulletin of Pyatigorsk State Linguistic University], 3, pp. 229-234.
10. Koromyslov A.V. (2013) *Znachenie standartov fizicheskogo razvitiya v otsenke i povyshenii effektivnosti fizicheskogo vospitaniya studentov vuzov. Dokt. Diss. Abstract* [The value of standards of physical development in assessing and improving the effectiveness of physical education of university students. Doct. Diss. Abstract]. Moscow.
11. Litovchenko O.G. (2009) *Osobennosti morfofunktsional'nogo i psiko-fiziologicheskogo razvitiya urozhentsev Srednego Priob'ya v vozraste 7–20 let. Dokt. Diss.* [Features of morpho-functional and psycho-physiological development of natives of the Middle Ob region at the age of 7–20 years. Doct. Diss.]. Chelyabinsk.
12. Mironova G.L. (2004) Rol' fizicheskoi kul'tury i sporta v podgotovke k professional'noi deyatel'nosti vypusnikov vuzov [The role of physical culture and sports in preparation for professional activity of university graduates]. In: *Materialy mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii "Aktual'nye problemy i perspektivy fizkul'turnogo obrazovaniya v vuzakh"* [Proc. Int. Conf. "Actual problems and prospects of physical education in universities"]. Volgograd, pp. 240-243.

13. Rozenfel'd L.G., Batrymbetova S.A. (2008) Zdorov'e studentov po dannym sub"ektivnoi otsenki i faktory riska, vliyayushchie na nego [The health of students according to the data of subjective assessment and the risk factors affecting it]. *Zdravookhranenie Rossiiskoi Federatsii* [Health of the Russian Federation], 4, pp. 38-39.
14. Saleev E.R. (2017) Sravnitel'naya kharakteristika funktsional'nogo razvitiya i fizicheskoi podgotovlennosti studentov zaochnogo otdeleniya SF BASHGU [Comparative characteristics of functional development and physical fitness of students of the correspondence department of SF BASHU]. In: *Materialy V Mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii "Fizicheskaya kul'tura i sport v sisteme vysshego obrazovaniya"* [Proc. Int. Conf. "Physical culture and sport in the system of higher education."]. Ufa.
15. Saleev E.R. Comparative characteristics of functional development and physical fitness of students of the correspondence department of SF BASHGU // *Materials of the V International scientific conference "Physical culture and sport in the system of higher education"*. Ufa, 2017.
16. Saleev E.R., Savchenko S.V. (2019) Sravnitel'naya kharakteristika dinamiki fizicheskoi podgotovlennosti studentov spetsial'nykh meditsinskikh grupp v ramkakh realizatsii ozdorovitel'noi programmy "put' k zdorov'yu" [Comparative characteristics of the dynamics of physical fitness of students of special medical groups in the framework of the implementation of the health-improving program "path to health"]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya* [Modern problems of science and education], 1, pp. 130-138.
17. Saleev E.R., Savchenko S.V. Comparative characteristics of the dynamics of physical fitness of students of special medical groups within the framework of the implementation of the wellness program "path to health" // *Modern problems of science and education*. 2019. No. 1. pp. 130-138.
18. Savchenko S.V., Saleev E.R. (2017) Vliyanie dykhatel'noi sistemy na rezul'tativnost' studentov pervokursnikov v bege na vynoslivost' [The influence of the respiratory system on the performance of first-year students in endurance running]. *Evropeiskii zhurnal sotsial'nykh nauk* [European Journal of Social Sciences], 12.
19. Skvortsova S.O. (2014) Uchebnyi protsess po distsipline «Fizicheskaya kul'tura» dlya studentov zaochnogo obucheniya [The educational process in the discipline "Physical culture" for correspondence students]. In: *Materialy V Mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii "Aktual'nye zadachi pedagogiki"* [Proc. Int. Conf. "Actual problems of pedagogy"]. Chita, pp. 224-226.
20. Slepchenko A.L., Krasnov R.K., Vol'skii V.V. (2019) Motivatsiya kak komponent zanyatii fizicheskoi kul'turoi [Motivation as a component of physical education]. *Molodoi uchenyi* [Young Scientist], 19 (257), pp. 388-390.
21. Smirnov O.A. (2018) International experience in preventing violence among rural youth. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5B), pp. 245-249.
22. Smirnov O.A. (2018) Psychology aspects of pluralism of masculinity of young men in rural areas. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (6B), pp. 306-311.
23. Smirnova O.O. (2016) Filosofskie aspekty verifikatsii pedagogicheskikh gipotez v ramkakh dikhotomii "gorod-selo" [Philosophical aspects of verification of pedagogical hypotheses within the dichotomy "city – village"]. *Kontekst i refleksiya: filosofiya o mire icheloveke* [Context and Reflection: Philosophy of the World and Human Being], 4, pp. 163-171.
24. Smirnova O.O. (2016) Metodika formirovaniya polozhitel'noi Ya-kontseptsii uchenikov sel'skikh shkol: obobshchenie opyta obrazovatel'nogo protsessa korennoogo naseleniya Avstralii [A technique for developing a positive self-concept in rural schoolchildren: the experience of educating the Indigenous population in Australia]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 6 (5B), pp. 454-462.
25. Smirnova O.O., Galudhkin V.V. (2018) Positive self-concept of elementary school students in urban and rural settings. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (6B), pp. 318-322.
26. Smirnova O.O., Elagina A.S. (2018) Socio-psychological consequences of food price volatility: a synthesis of international practice. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5B), pp. 250-256.
27. Smirnova O.O., Elagina A.S. (2018) The impact of the EU political integration process on the psychological and social state of regional rural elites. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5B), pp. 257-263.
28. Smirnova O.O., Erkovich E.A. (2016) Mezhdunarodnyi opyt implementatsii innovatsii v kontseptsii razvitiya obrazovatel'nogo protsessa v sel'skikh shkolakh [International experience of innovation implementation in the concept of development of the educational process in rural schools]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 6 (6B), pp. 476-485.
29. Smirnova O.O., Smirnov O.A. (2016) Evolyutsiya obrazovatel'nogo protsessa korennoogo naseleniya v sel'skikh shkolakh Alyaski [The evolution of the educational process of the indigenous population in the rural schools of Alaska]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 3, pp. 222-230.
30. Syssoeva Yu.V., Sednev A.V. (2018) Fizicheskaya kul'tura v zhizni studentov [Physical culture in the life of students].

Molodoi uchenyi [Young scientist], 46 (232), pp. 419-420.

31. Vezirov T.G., Smirnova O.O. (2016) Nauchnaya ob"ektivnost' reprezentativnosti pedagogicheskikh izmerenii v kontekste sel'skoi shkoly [Scientific objectivity of pedagogical measurements representativeness in the context of a rural school]. Kontekst i refleksiya: filosofiya o mire i cheloveke [Context and Reflection: Philosophy of the World and Human Being], 3, pp. 138-147.