

УДК 37

DOI: 10.34670/AR.2023.74.18.087

Структурная модель запроса студенческой молодежи на занятия физкультурой по элективным дисциплинам

Тарасов Павел Викторович

Кандидат педагогических наук,
заведующий кафедрой физического воспитания и спорта,
Ставропольский государственный аграрный университет,
355017, Российская Федерация, Ставрополь, пер. Зоотехнический, 12;
e-mail: pavpav0@yandex.ru

Куценко Михаил Александрович

Тренер высшей категории,
старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта,
Ставропольский государственный аграрный университет,
355017, Российская Федерация, Ставрополь, пер. Зоотехнический, 12;
e-mail: stgau@stgau.ru

Ивашова Валентина Анатольевна

Кандидат социологических наук,
доцент кафедры менеджмента и управленческих технологий,
Ставропольский государственный аграрный университет,
355017, Российская Федерация, Ставрополь, пер. Зоотехнический, 12;
e-mail: vivashov@mail.ru

Аннотация

В статье представлена структурная модель запроса студенческой молодежи на занятия физкультурой по элективным дисциплинам, выполненная на основе результатов социологического опроса. Вопросы организации занятий студентов физической культурой по элективным курсам в университетской системе образования являются актуальными, так как запрос обучающейся молодежи имеет ярко выраженную дифференцированность. Для разработки теоретической модели исследования проведен краткий обзор зарубежной и российской литературы, в которой представлены современные запросы молодежи в области физической культуры и спорта. Опрос проведен среди студентов Ставропольского государственного аграрного университета в январе-феврале 2022 года. Статистические процедуры факторного анализа позволили построить структурную модель предоставления услуг в области физической культуры и спорта на основе запроса студентов. Используемая исследовательская стратегия и инструментарий могут найти применение в изучении возможностей развития спортивной деятельности и физической культуры как в отдельных образовательных организациях, так и на региональном и муниципальном уровне.

Для цитирования в научных исследованиях

Тарасов П.В., Куценко М.А., Ивашова В.А. Структурная модель запроса студенческой молодежи на занятия физкультурой по элективным дисциплинам // Педагогический журнал. 2023. Т. 13. № 4А. С. 722-730. DOI: 10.34670/AR.2023.74.18.087

Ключевые слова

Студенческая молодежь, спортивная деятельность, занятия физкультурой, запрос молодежи на физическую культуру и спорт.

Введение

Государственная задача воспитания здорового поколения молодежи с позитивным отношением и включенностью в физкультурную и спортивную деятельность является актуальным вектором развития воспитательной работы в образовательных организациях высшего образования современной России. Услуги спортивных и тренажерных залов в настоящее время широко представлены в г. Ставрополе, который является краевой столицей, и поэтому молодежь имеет широкие возможности для удовлетворения потребности в занятиях физической культурой и спортом за пределами университета. Для привлечения заинтересованных в спортивных занятиях молодых людей важно правильно и оперативно определять предпочтения в занятиях физкультурой и спортом в молодежной среде. Разработка и апробация исследовательской стратегии для определения структурной модели запроса студенческой молодежи на занятия физкультурой по элективным дисциплинам и стали целью нашего исследования.

Краткий обзор зарубежных публикаций показывает высокий уровень актуальности обозначенной темы исследования. Так, важный аспект для разработки политики университета в области воспитания и спорта мы видим в результатах исследования авторов V. Gut, J. Schmid, L. Imbach, A. Conzelmann [Gut, Schmid, Imbach, Conzelmann, 2022]. В исследовании в качестве индикаторов модели вовлеченности молодежи и подростков в занятия спортом и физической культурой были использованы организационный, социальный и соревновательный контексты. Авторами были выявлены четыре содержательные модели, определяющие для участников смысл занятий: традиционные соревнующиеся клубные спортсмены с друзьями; самоорганизованные индивидуалисты; спортсмены, не организованные клубом; неактивные спортсмены. Описание устойчивости представленных моделей в занятиях спортом и физической культурой среди подростков и молодежи показало, что при наличии интенсивного графика обучения и стрессовых ситуаций остаются стабильной вовлеченность только представителей 1 модели – традиционные соревнующиеся клубные спортсмены с друзьями. Таким образом, для нашего исследования важным является вывод о необходимости развития клубных формирований в организации занятий спортом на территории университетского кампуса. Кроме задач здорового образа жизни, укрепления здоровья они решают и вопросы социализации, совершенствования навыков самоменеджмента, лидерских качеств, командной работы, социальных коммуникаций и ответственности, в том числе и за счет ролевой модели тренерского участия [Herbison et al., 2022; McGuckin et al., 2022; Valentine, 2022; Burnett, 2022]. Автор статьи Т.В. Mickelsson также подчеркивает значимость занятий спортом и физической культурой для развития самоконтроля, ответственности и поведения «в соответствии с гендером», что отмечают в исследовании представители родительского сообщества, имеющие детей в подростковом возрасте [Mickelsson, 2022]. Положительное влияние такие занятия

оказывают и на самооценку подростков и молодежи [Cho, Kim, 2022; Nikander, Aunola, Tolvanen, Ryba, 2022].

Для развития университетского спорта, как важного атрибута воспитательной работы и формирования софт-компетенций будущих специалистов и руководителей аграрной отрасли производства, необходимо создать востребованные инфраструктурные условия университетского кампуса. Комплексное развитие спортивной и физкультурно-оздоровительной инфраструктуры включает площадки для занятий на открытом воздухе, доступные для широкого круга участников, даже не являющихся студентами и слушателями университетских программ. Подтверждение актуальности занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе для подростков и молодежи мы видим в ряде современных исследований. Так авторы E. Rivera, J. Veitch, V.H.Y. Loh, K. Villanueva, A. Timperio провели изучение связи частоты посещения и физической активности в общественных местах отдыха на открытом воздухе с социальными связями среди подростков в Мельбурне (Австралия) [Rivera et al., 2022]. Среди важных выводов можно отметить следующее: физическая активность на открытом воздухе способствует развитию реальных социальных контактов молодежи, что очень важно в связи с нарастанием цифрового формата социальных коммуникаций в подростковой и молодежной среде.

Вопросы увеличения привлекательности занятий спортом и физической культурой в молодежной среде активно обсуждаются в российском научном сообществе [Шутова, Антонова, Копылова, Бочкарева, 2017; Элипханов, Цетиев, Ибракова, 2018; Valentine, 2022; Брыксина, Илюшина, Серженко, 2019]. Авторы статьи М.Ю. Точигин, С.Ю. Витько, И.Н. Моторин, И.М. Точигин продвигают идею «формирования у студенческой молодежи в период обучения в вузе двигательного мотива занятий физической культурой и спортом» [Точигин, Витько, Моторин, Точигин, 2017]. По их мнению, молодежь должна в процессе занятий прийти к пониманию того, что выполнение специальных физических упражнений для мышц всего тела и зрительного аппарата значительно повышает эффективность релаксации, чем пассивный отдых.

Е.И. Кибенко в своем исследовании отмечает значимость «взаимосвязи учебных занятий и самостоятельных занятий для обеспечения научно обоснованного объема двигательной активности не менее 2,5 часов в день, что в целом положительно влияет на формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре» [Кибенко, 2017]. Такой вывод важен для развития дополнительных образовательных программ физической культуры и спорта и мобилизует поиск востребованных направлений спортивной деятельности.

Система организации физического воспитания и физкультурно-массовой работы в высших учебных заведениях, по мнению авторов Т.Е. Фатьяновой, Т.В. Сеницыной, О.А. Ерохиной, должна способствовать оздоровлению студентов и активному формированию положительного отношения к занятиям физической культурой и спортом, как средству самосохранения, саморазвития и самореализации личности [Фатьянова, Сеницына, Ерохина, 2019]. Такие выводы должны быть подкреплены результатами изучения запроса студентов на занятия физической культурой и спортом. Таким образом, мы видим актуальность цели нашего исследования – разработать структурную модель запроса студенческой молодежи на занятия физкультурой по элективным дисциплинам.

Методы и результаты исследования

Эмпирическая часть исследования предпочтений и ограничений в занятиях физической культурой и спортом проведена методом опроса студенческой молодежи г. Ставрополя по

случайной выборке. Всего привлечено к электронному анкетированию в Google Форме 1688 человек – представителей студенческого сообщества Ставропольского государственного аграрного университета.

Данные, полученные в ходе опроса, были обработаны в программе SPSS Statistics (версия 23) и представлены в обобщенном виде статистических распределений. Для факторного анализа предпочтительных условий в занятиях физической культурой и спортом использовано 16 показателей: предложение спортивного питания с консультативным сопровождением; квалифицированный массаж, наличие массажного кабинета; новые тренажеры; наличие бассейна; открытие модных спортивных направлений; работа высококвалифицированных тренеров; работа клубных формирований и участие в соревнованиях; поддержание хорошей физической формы; контроль веса; обязательная составляющая моего здорового образа жизни; формальная отчетность по физкультуре в рамках университетских занятий; поддержание спортивной фигуры; полезное и приятное времяпровождение (по сути, вид досуга); возможность переключиться от умственных и эмоциональных нагрузок; возможность пребывать, общаться в среде единомышленников; надежда познакомиться с парнем (девушкой), «встретить свою судьбу».

Обратимся к результатам факторного анализа. Исходной точкой статистического построения структурной модели предпочтений студенческой молодежи в сфере физической культуры и спорта стало определение полной объясненной дисперсии. По результатам статистической обработки базы данных экспертного опроса в программе SPSS Statistics (версия 23) полная объясненная дисперсия составила 93.159% и определилась 5 компонентами. Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Полная объясненная дисперсия предпочтений студенческой молодежи в сфере физической культуры и спорта

Компонента	Начальные собственные значения			Суммы квадратов нагрузок извлечения			Суммы квадратов нагрузок вращения		
	Итого	% дисперсии	Кумулятивный %	Итого	% дисперсии	Кумулятивный %	Итого	% дисперсии	Кумулятивный %
1	7.095	44.346	44.346	7.095	44.346	44.346	5.276	32.975	32.975
2	3.125	19.529	63.875	3.125	19.529	63.875	3.002	18.765	51.740
3	2.318	14.489	78.364	2.318	14.489	78.364	2.533	15.829	67.569
4	1.246	7.788	86.152	1.246	7.788	86.152	2.509	15.681	83.249
5	1.121	7.007	93.159	1.121	7.007	93.159	1.586	9.910	93.159
6	0.507	3.171	96.330						
7	0.433	2.709	99.040						
8	0.145	0.909	99.948						
9	0.008	0.051	100.000						
10	4.305E-5	0.000	100.000						
11	1.705E-16	1.066E-15	100.000						
12	1.358E-16	8.486E-16	100.000						
13	1.512E-17	9.453E-17	100.000						
14	-7.718E-17	-4.824E-16	100.000						
15	-1.977E-16	-1.236E-15	100.000						
16	-3.803E-16	-2.377E-15	100.000						

Перечисленные 16 показателей, определяющих предпочтения студенческой молодежи в сфере физической культуры и спорта, были оценены участниками опроса в соответствии с их значимостью для респондентов и в результате факторного анализа, выполненного Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization (Rotation converged in 11 iterations), были сгруппированы в 5-факторную структурную модель (табл. 2).

Таблица 2 - Структурная модель предпочтений студенческой молодежи в сфере физической культуры и спорта

Компоненты модуля с коэффициентами факторной нагрузки	Структурный модуль
1. Возможность пребывать, общаться в среде единомышленников (коэффициент факторной нагрузки – 0,948). 2. Полезное и приятное времяпровождение (по сути, вид досуга) (коэффициент факторной нагрузки – 0,876). 3. Возможность переключиться от умственных и эмоциональных нагрузок (коэффициент факторной нагрузки – 0,838). 4. Контроль веса (коэффициент факторной нагрузки – 0,797). 5. Обязательная составляющая моего здорового образа жизни (коэффициент факторной нагрузки – 0,763). 6. Поддержание хорошей физической формы (коэффициент факторной нагрузки – 0,693)	<i>Первый структурный модуль предпочтений студенческой молодежи в сфере физической культуры и спорта – физически активный образ жизни в среде единомышленников с акцентом на содержательную сторону деятельности.</i>
1. Работа клубных формирований и участие в соревнованиях (коэффициент факторной нагрузки — 0,939). 2. Открытие модных спортивных направлений (сайклинг, кардиострип, reverserunning, fatkiller, фитнес-бокс, кенгуджампс, йога дога) (коэффициент факторной нагрузки – 0,924). 3. Формальная отчетность по физкультуре (коэффициент факторной нагрузки – 0,712)	<i>Второй структурный модуль предпочтений студенческой молодежи в сфере физической культуры и спорта – участие в модных молодежных трендах с акцентом на индивидуализм и внешнюю показательную сторону занятий.</i>
1. Поддержание спортивной фигуры (коэффициент факторной нагрузки – 0,932). 2. Новые тренажеры (коэффициент факторной нагрузки – 0,726). 3. Наличие бассейна (коэффициент факторной нагрузки – 0,621). 4. Предложение спортивного питания с консультативным сопровождением (коэффициент факторной нагрузки – 0,548).	<i>Третий структурный модуль предпочтений студенческой молодежи в сфере физической культуры и спорта интерпретируется как ориентация молодежи на бодибилдинг – развитие физической красоты тела.</i>
1. Квалифицированный массаж, наличие массажного кабинета (коэффициент факторной нагрузки – 0,847). 2. Работа высококвалифицированных тренеров (коэффициент факторной нагрузки – 0,709).	<i>Четвертый структурный модуль предпочтений студенческой молодежи в сфере физической культуры и спорта – потребность в дополнительном сопровождении массажными процедурами (оздоровительный, общеукрепляющий, расслабляющий и др. виды массажа) и консультативной работой тренера</i>
1. Надежда познакомиться с парнем (девушкой),	<i>Пятый структурный модуль</i>

Компоненты модуля с коэффициентами факторной нагрузки	Структурный модуль
«встретить свою судьбу» (коэффициент факторной нагрузки – 0,945).	предпочтений студенческой молодежи в сфере физической культуры и спорта – <i>потребность в развитии социальных коммуникаций и место знакомства в реальной жизни в среде единомышленников.</i>

На основе проведенного факторного анализа сформулирована структурная модель, определяющая благоприятные условия для широкой включенности студенческой молодежи в активные занятия спортом на базе университетского кампуса:

- физически активный образ жизни в среде единомышленников с акцентом на содержательную сторону деятельности;
- участие студентов в модных молодежных спортивных трендах с акцентом на индивидуализм и внешнюю показательную сторону занятий;
- направленность на развитие физической красоты тела;
- потребность в дополнительном сопровождении массажными процедурами (оздоровительный, общеукрепляющий, расслабляющий и др. виды массажа) и консультативной работой тренера;
- потребность в развитии социальных коммуникаций и место знакомства в реальной жизни в среде единомышленников.

Заключение

Проведенный теоретический анализ научных источников не противоречит эмпирическим результатам исследования предпочтений студенческой молодежи в занятиях физической культурой и спортом.

Важную роль играет информационно-просветительское и консультационное сопровождение занятий физической культурой и спортом; в процессе организации занятий физкультурой и спортом в университетском кампусе необходимо предусмотреть наличие спортивных оборудованных площадок на открытом воздухе с широким доступом не только обучающихся, но и молодежи, проживающей в населенном пункте; стратегически важное значение имеет организация клубных формирований для групповых занятий физической культурой и спортом с привлечением высокопрофессионального тренерского состава; в рамках воспитательной работы в образовательной организации высшего образования большую роль играет мониторинг физической активности молодежи и продвижение физической грамотности в молодежной среде.

Приоритетными векторами развития, которые можно сформулировать на основе факторного анализа, являются:

- объединение в спортивные клубы с организацией командообразующих мероприятий, превышающих рамки формальных занятий (туристические походы, клубные праздники, совместные путешествия и т.п.);
- разработка предложений в области модных молодежных спортивных трендов с позиционированием возможностей университетского кампуса;
- предложения в области спортивного питания и информационно-консультационного сопровождения занятий бодибилдингом;
- расширение комплекса сопутствующих массажно-оздоровительных, лечебно-

косметических и консультационных услуг;

– создание комфортных сопутствующих условий для общения в физкультурно-оздоровительном комплексе университетского кампуса.

Библиография

1. Брыксина И.О., Илюшина А.Е., Серженко Е.В. Занятия по физической культуре в вузе, как путь формирования физической культуры у человека // Наука-2020. 2019. № 2 (27).
2. Кибенко Е.И. Формирование культуры здоровья посредством привлечения студентов к систематическим занятиям физической культурой и спортом // ИСОМ. 2017. № 5-2.
3. Подоруев Ю.В., Пихаев Р.Р., Заппаров Р.И. Система фитнеса в процессе физического воспитания студентов // Ученые записки университета Лесгафта. 2017. № 9 (151).
4. Точигин М.Ю., Витько С.Ю., Моторин И.Н., Точигин И.М. Физическая культура в вузе и мотивация студентов // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2017. № 1.
5. Фатьянова Т.Е., Сеницына Т.В., Ерохина О.А. Роль физической культуры в укреплении и сохранении здоровья студенческой молодежи // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2019. № 9-1.
6. Шутова Т.Н., Антонова И.Н., Копылова Н.Е., Бочкарева С.И. Деятельностный и компетентностный подходы в совершенствовании физического воспитания студентов // Ученые записки университета Лесгафта. 2017. № 11 (153).
7. Элипханов С.Б., Цетиев А.А., Ибракова Д.С. Педагогические аспекты образовательной деятельности в процессе формирования физической культуры личности студента в вузе // Ученые записки университета Лесгафта. 2018. № 5 (159).
8. Burnett C. Employability pathways in a sport-for-development programme for girls in a Sub-Saharan impoverished setting // Journal of Physical Education and Sport. 2022. No. 22(4), 109. P. 863-869.
9. Cho D., Kim S.K. Adolescents' Self-Esteem Associated with Solitary, Passive, and Active Leisure Activities // Sustainability (Switzerland). 2022. No. 14(9). P. 4873.
10. Gut V., Schmid J., Imbach L., Conzelmann A. Stability of context in sport and exercise across educational transitions in adolescence: hello work, goodbye sport club? // BMC Public Health. 2022. No. 22(1). P. 152.
11. Herbison J.D. et al. Capturing coaches' identity leadership within youth sport // Psychology of Sport and Exercise. 2022. No. 61. P.102-208.
12. McGuckin M.E.C. et al. Exploring youth sport coaches' perceptions of intended outcomes of leadership behaviours// International Journal of Sports Science and Coaching. 2022. No. 17(3). P. 463-476.
13. Mickelsson T.B. Parental Perceptions of Youths' Desirable Characteristics in Relation to Type of Leisure: A Multinomial Logistic Regression Analysis of Martial-Art-Practicing Youths // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2022. No. 19(9). P. 5725.
14. Nikander J.A.O., Aunola K., Tolvanen A., Ryba T.V. Associations between student-athletes' self-esteem and career adaptability across the high school years // Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports. 2022. No. 32(4). P. 789-797.
15. Rivera E. et al. Outdoor public recreation spaces and social connectedness among adolescents // BMC Public Health. 2022. No. 22(1). P. 165.
16. Valentine J. Running-up the score: the athletes' experience // Journal of Physical Education and Sport. 2022. No. 22(4). P. 922-929.

Structural model of students' request for physical education classes in elective disciplines

Pavel V. Tarasov

PhD in Pedagogy,
Head of the Department of physical education and sports,
Stavropol State Agrarian University,
355017, 12 Zootekhnicheskii lane, Stavropol', Russian Federation;
e-mail: pavpav0@yandex.ru

Mikhail A. Kutsenko

coach of the highest category,
Senior Lecturer of the Department of physical education and sports,
Stavropol State Agrarian University,
355017, 12 Zootekhnicheskii lane, Stavropol', Russian Federation;
e-mail: stgau@stgau.ru

Valentina A. Ivashova

PhD in Sociology,
Associate Professor of the Department of management
and management technologies,
Stavropol State Agrarian University,
355017, 12 Zootekhnicheskii lane, Stavropol', Russian Federation;
e-mail: vivashov@mail.ru

Abstract

The article presents a structural model of the request of students for physical education classes in elective disciplines, made on the basis of the results of a sociological survey. The issues of organization of students' physical culture classes in elective courses in the university education system are relevant, since the request of the studying youth has a pronounced differentiation. To develop a theoretical model of the study, a brief review of foreign and Russian literature was carried out, which presents the current needs of young people in the field of physical culture and sports. The survey was conducted among students of the Stavropol State Agrarian University in January-February 2022. Statistical procedures of factor analysis made it possible to build a structural model for the provision of services in the field of physical culture and sports based on students' requests. The used research strategy and tools can be used in studying the possibilities of developing sports activities and physical culture both in individual educational organizations and at the regional and municipal level.

For citation

Tarasov P.V., Kutsenko M.A., Ivashova V.A. (2023) Strukturnaya model' zaprosa studentcheskoi molodezhi na zanyatiya fizkul'turoi po elektivnym distsiplinam [Structural model of students' request for physical education classes in elective disciplines]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 13 (4A), pp. 722-730. DOI: 10.34670/AR.2023.74.18.087

Keywords

Student youth, sports activities, physical education, youth demand for physical culture and sports.

References

1. Bryksina I.O., Ilyushina A.E., Serzhenko E.V. (2019) Zanyatiya po fizicheskoi kul'ture v vuze, kak put' formirovaniya fizicheskoi kul'tury u cheloveka [Physical education classes at the university as a way of forming a person's physical culture]. *Nauka-2020* [Science-2020], 2 (27).
2. Burnett C. (2022) Employability pathways in a sport-for-development programme for girls in a Sub-Saharan

- impoverished setting. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(4), 109, pp. 863-869.
3. Cho D., Kim S.K. (2022) Adolescents' Self-Esteem Associated with Solitary, Passive, and Active Leisure Activities. *Sustainability (Switzerland)*, 14(9), p. 4873.
 4. Elipkhanov S.B., Tsetiev A.A., Ibrakova D.S. (2018) Pedagogicheskie aspekty obrazovatel'noi deyatelnosti v protsesse formirovaniy fizicheskoi kul'tury lichnosti studenta v vuze [Pedagogical aspects of educational activity in the process of formation of the physical culture of the student's personality at the university]. *Uchenye zapiski universiteta Lesgafta* [Scientific Notes of Lesgaft University], 5 (159).
 5. Fat'yanova T.E., Sinitsyna T.V., Erokhina O.A. (2019) Rol' fizicheskoi kul'tury v ukreplenii i sokhranении zdorov'ya studencheskoi molodezhi [The role of physical culture in strengthening and maintaining the health of student youth]. *Mezhdunarodnyi zhurnal gumanitarnykh i estestvennykh nauk* [International Journal of the Humanities and Natural Sciences], 9-1.
 6. Gut V., Schmid J., Imbach L., Conzelmann A. (2022) Stability of context in sport and exercise across educational transitions in adolescence: hello work, goodbye sport club? *BMC Public Health*, 22(1), p. 152.
 7. Herbison J.D. et al. (2022) Capturing coaches' identity leadership within youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 61, pp. 102-208.
 8. Kibenko E.I. (2017) Formirovanie kul'tury zdorov'ya posredstvom privlecheniya studentov k sistematischeskim zanyatiyam fizicheskoi kul'turoi i sportom [Formation of health culture by attracting students to systematic physical culture and sports]. *ISOM*, 5-2.
 9. McGuckin M.E.C. et al. (2022) Exploring youth sport coaches' perceptions of intended outcomes of leadership behaviors. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 17(3), pp. 463-476.
 10. Mickelsson T.B. (2022) Parental Perceptions of Youths' Desirable Characteristics in Relation to Type of Leisure: A Multinomial Logistic Regression Analysis of Martial-Art-Practicing Youths. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9), pp. 5725.
 11. Nikander J.A.O., Aunola K., Tolvanen A., Ryba T.V. (2022) Associations between student-athletes' self-esteem and career adaptability across the high school years. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 32(4), pp. 789-797.
 12. Podoruev Yu.V., Pikhayev R.R., Zapparov R.I. (2017) Sistema fitnesa v protsesse fizicheskogo vospitaniya studentov [Fitness system in the process of physical education of students]. *Uchenye zapiski universiteta Lesgafta* [Scientific Notes of Lesgaft University], 9 (151).
 13. Rivera E. et al. (2022) Outdoor public recreation spaces and social connectedness among adolescents. *BMC Public Health*, 22(1), pp. 165.
 14. Shutova T.N., Antonova I.N., Kopylova N.E., Bochkareva S.I. (2017) Deyatel'nostny i kompetentnostny podkhody v sovershenstvovanii fizicheskogo vospitaniya studentov [Activity and competence approaches in improving the physical education of students]. *Uchenye zapiski universiteta Lesgafta* [Scientific Notes of Lesgaft University], 11 (153).
 15. Tochigin M.Yu., Vit'ko S.Yu., Motorin I.N., Tochigin I.M. (2017) Fizicheskaya kul'tura v vuze i motivatsiya studentov [Physical culture at the university and students' motivation]. *Izvestiya TulGU. Fizicheskaya kul'tura. Sport* [Proceedings of the Tula State University. Physical Culture. Sport], 1.
 16. Valentine J. (2022) Running-up the score: the athletes' experience // *Journal of Physical Education and Sport*, 22(4), pp. 922-929.