

Научная статья
УДК 377.031+37.012.85
DOI: 10.25683/VOLBI.2023.65.847

Irina Viktorovna Gordeeva
Candidate of Biology,
Associate Professor of the Department of Physics and Chemistry,
Ural State University of Economics
Ekaterinburg, Russian Federation
ivgord@mail.ru

Elena Gennadyevna Miroshnikova
Candidate of Chemistry,
Associate Professor of the Department of Physics and Chemistry,
Ural State University of Economics
Ekaterinburg, Russian Federation
meg_304@usue.ru

Ирина Викторовна Гордеева
канд. биол. наук,
доцент кафедры физики и химии,
Уральский государственный экономический университет
Екатеринбург, Российская Федерация
ivgord@mail.ru

Елена Геннадьевна Мирошникова
канд. хим. наук,
доцент кафедры физики и химии,
Уральский государственный экономический университет
Екатеринбург, Российская Федерация
meg_304@usue.ru

АНАЛИЗ ПРИЧИН СНИЖЕНИЯ ИНТЕРЕСА СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

5.8.7 — Методология и технология профессионального образования

Аннотация. Статья посвящена анализу одной из серьезных проблем, связанных с общим снижением физической активности современной студенческой молодежи, что проявляется, в частности, в достаточно частом игнорировании посещения занятий по физической культуре. Данная тенденция является общемировой, что отмечается рядом исследователей. В то же время для того, чтобы иметь достаточно объективную картину реального отношения обучающихся к выполнению общеобязательной программы по физической культуре, недостаточно только оценить посещаемость как таковую, но необходимо знать реальные причины нежелания студентов посещать занятия по данной дисциплине. Исследование проводилось среди обучающихся колледжа Уральского государственного экономического университета, которым предлагалось ответить на ряд вопросов, связанных как с отношением к физической культуре и спорту в целом, так и с оценкой уровня физической активности в целом. Показано, что количество студентов, практически полностью игнорирующих предмет, главная цель изучения которого — поддержание максимальной приемлемой физической формы и здоровья, увеличивается

за два года практически в полтора раза. Среди причин игнорирования занятий доминировали отсутствие связи между дисциплиной и будущей профессиональной деятельностью (прагматический подход), неудобно организованное расписание, нехватка времени и занятия спортом за пределами учебного заведения. При этом была выявлена зависимость между посещаемостью занятий, причинами игнорирования последних и возрастом обучаемого контингента: от первого к третьему курсу уровень посещаемости занятий снижается, а прагматическое отношение к изучаемым дисциплинам, напротив, возрастает. В то же время результаты опроса показывают, что уровень физической активности респондентов в целом находится на достаточно приемлемом уровне, что обусловлено, в первую очередь, занятиями спортом за пределами учебного заведения.

Ключевые слова: физическая активность, отношение к физической культуре, студенты колледжа, посещаемость занятий, причины игнорирования занятий, снижение интереса к занятиям, восприятие занятий, анкетирование, пропуски занятий по физической культуре, снижение физической активности

Для цитирования: Гордеева И. В., Мирошникова Е. Г. Анализ причин снижения интереса студентов колледжа к занятиям физической культурой в учебном заведении // Бизнес. Образование. Право. 2023. № 4(65). С. 463—469. DOI: 10.25683/VOLBI.2023.65.847.

Original article

ANALYSIS OF THE REASONS FOR THE DECREASING INTEREST OF COLLEGE STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN THE EDUCATIONAL INSTITUTION

5.8.7 — Methodology and technology of vocational training

Abstract. The article is devoted to the analysis of one of the serious problems associated with the general decrease in physical activity of modern student youth, which manifests itself, in particular, in the fairly frequent disregard for attending physical education classes. This trend, unfortunately, is worldwide, as noted by a number of researchers. At the same time, in order to have an objective picture of the students' attitude towards the implementation of the compulsory physical education program,

it is not enough to just assess attendance as such, but it is necessary to know the reasons for students' reluctance to attend classes in this discipline. The study was conducted among college students at the Ural State University of Economics, who were asked to answer a number of questions related to both their attitude towards physical culture and sports in general, and to assessing the level of physical activity in general. It is shown that the number of students who almost completely ignore the subject,

the main goal of studying which is to maintain the most acceptable physical shape and health, increases almost one and a half times over two years. Among the reasons for ignoring classes, the dominant ones are the lack of connection between the discipline and future professional activity (pragmatic approach), an inconveniently organized schedule, lack of time, and playing sports outside the educational institution. At the same time, a relationship is identified between class attendance, the reasons for ignoring the latter, and the age of the student population: from the first to the third year, the level of class attendance decreases,

and the pragmatic attitude towards the disciplines studied, on the contrary, increases. At the same time, the survey results show that the level of physical activity of respondents is generally at a fairly acceptable level, which is primarily due to sports activities outside the educational institution.

Keywords: *physical activity, attitude towards physical education, college students, class attendance, reasons for ignoring classes, decreased interest in classes, perception of classes, questionnaires, absences from physical education classes, decreased physical activity*

For citation: Gordeeva I. V., Miroshnikova E. G. Analysis of the reasons for the decreasing interest of college students in physical education classes in the educational institution. *Biznes. Obrazovanie. Pravo = Business. Education. Law.* 2023;4(65):463—469. DOI: 10.25683/VOLBI.2023.65.847.

Введение

Актуальность. В настоящее время, несмотря на декларируемую модную тенденцию к здоровому образу жизни и активному долголетию, среди значительной части населения на протяжении нескольких десятилетий фиксируется перманентное снижение физических нагрузок на организм. Физическая пассивность, которая резко возрастает в период 15—18 лет [1], отрицательно сказывается на состоянии здоровья населения, приводя к формированию избыточного веса и ожирению [2—4], что, в свою очередь, способствует развитию заболеваний эндокринной, сердечно-сосудистой, пищеварительной и опорно-двигательной систем [5; 6].

По данным ряда исследований, среди базовых причин физической пассивности выделяются как внешние — недостаток времени и отсутствие социальной поддержки со стороны государственных структур, — так и внутренние, к числу которых относят апатию, безразличие населения молодого возраста (в т. ч. студенческой молодежи) к состоянию собственного здоровья и поддержанию приемлемой физической формы [7]. Существуют также сведения о влиянии на уровень физической активности возраста участников опросов (хотя полной корреляции не наблюдается), социальных и культурных традиций, в т. ч. семейных, а также гендерной идентификации [8; 9]: девушки в целом демонстрируют более низкий уровень физической активности, чем юноши.

Степень изученности проблемы. Избыточный вес и ожирение принимают характер эпидемии в США и многих других регионах мира, где, по результатам исследований, подобная проблема характерна для более чем 25 % населения в возрасте 20—39 лет [10], что вызывает справедливую тревогу специалистов в области здравоохранения, причем отмечается, что пониженная физическая активность является даже более значимым фактором для этой тенденции, чем пренебрежение организацией рационального питания [11]. Постепенное снижение показателей физической активности по мере взросления: от школы — к колледжу и далее — коррелирует с ухудшением физического развития и физической подготовленности молодежи [12].

К сожалению, данные, характеризующие уровень физической активности российской молодежи, показывают, что последняя вписывается в общемировую тенденцию [1], безотносительно от региона проживания [12]. По утверждению А. Н. Воскобойникова с соавторами, в последние десятилетия в нашей стране существенно обострилась ситуация с состоянием здоровья учащейся молодежи как в школьной, так и в студенческой среде [13]. Всё это требует решительных мер по пропаганде здорового образа

жизни, нацеленной на максимально возможное включение обучающихся независимо от региона проживания, гендерной принадлежности и уровня развития в занятия физической культурой и массовым спортом не для достижения индивидуальных рекордов, но для поддержания состояния здоровья на приемлемом для конкретного возраста уровне.

В связи с этим встает вопрос о мотивировании населения, в первую очередь студенческой молодежи, уровень двигательной активности которой снижается наиболее катастрофически, к увеличению физических нагрузок хотя бы в умеренных пределах. Тем не менее, несмотря на попытки внешнего мотивирования представителей молодого поколения к занятиям физической культурой и спортом, по-прежнему глобальным вызовом для преподавателей и специалистов в сфере здравоохранения остается чрезвычайно низкая физическая активность обучающихся, которая проявляется, в том числе, в игнорировании значительной частью студенческой аудитории и учащихся дисциплины, нацеленной на поддержание физической формы и здоровья [14]. Вопреки распространенному мнению, данная тенденция наблюдается во многих государствах мира, причем в развивающихся странах в большей мере, чем в экономически развитых [15], хотя существуют и диаметрально противоположные данные, по крайней мере, в отношении студенческой молодежи США [16]. Таким образом, можно отметить, что **целесообразность исследования** определяется тем, что активное привлечение большей части студенческой аудитории к занятиям физической культурой и спортом невозможно без повышения внутренней мотивации обучающихся, что требует реорганизации образовательного процесса, нацеленной на усиление заинтересованности обучаемого контингента в посещении занятий не только ради выполнения учебной программы, но и поддержания собственного здоровья на приемлемом уровне.

Научная новизна данного исследования заключается в том, что впервые проведена оценка в динамике причин снижения посещаемости занятий по физической культуре студентами учреждения среднего профессионального образования.

Цель настоящей работы состояла в оценке общей картины посещаемости студентами колледжа Уральского государственного экономического университета занятий по физической культуре, входящей в перечень обязательных дисциплин в программе среднего профессионального образования.

Задачи исследования заключались в том, чтобы изучить отношение студентов 1—3-го курсов к выполнению обязательной программы по физической культуре в колледже,

а также выявить основные причины игнорирования студентами занятий по данной дисциплине применительно к респондентам разных возрастных групп.

Теоретическая значимость проведенного исследования заключается в том, что при диагностируемом снижении уровня посещаемости занятий по физической культуре одновременно показано достаточно позитивное отношение анкетированных к спорту в целом, что сказывается на общем уровне физической активности респондентов. Полученные данные о причинах игнорирования занятий, таких как неудобное расписание, позволяют преподавателям данной дисциплины учесть пожелания обучаемых, в т. ч. при формировании графика организации учебного процесса.

Практическая значимость состоит в возможности использования результатов проведенного исследования в среднем профессиональном образовании. Преподавателям физической культуры университета необходимо делать акцент на привлечении обучающихся к занятиям в секциях на базе спортивного комплекса вуза, что создает дополнительную возможность активной физической нагрузки.

В качестве **методов исследования** использовались: изучение специализированной литературы, отражающей результаты исследований физической активности студенческой молодежи в учреждениях высшего и среднего профессионального образования; анализ мнений обучающихся колледжа УрГЭУ о причинах пропусков занятий по физической культуре и отношению к данной дисциплине и спорту в целом. В качестве теоретической основы проведенного исследования использовались работы как российских, так и зарубежных авторов: А. Н. Воскобойникова, Н. А. Закревской и др. [13], Н. В. Мищенко, Е. В. Свиная и А. В. Макарова [9], а также L. Downes [15], S.-P. Făgăraș, L.-E. Radu, G. Vanvu [5], посвященные оценке физического состояния и уровня соответствующей активности студенческой молодежи, кроме того, изучались материалы работ М. А. Кочерьяна, А. М. Тихомировой, Р. В. Сидорова [11], А. В. Никулина, И. Н. Каткановой, В. Л. Коновалова [3], J. Wu [17] и др., в которых проводился анализ отношения обучающихся к занятиям физической культурой и спортом в целом, причин игнорирования учебных занятий по данной дисциплине и факторов, на них влияющих.

Основная часть

В современных условиях, когда состояние здоровья представителей молодого поколения вызывает справедливую озабоченность преподавателей и специалистов в области профилактической медицины во всем мире [9], значимость роли здорового образа жизни, одним из компонентов которого является физическая активность, перманентно возрастает. В то же время многочисленные исследования свидетельствуют, что именно роль данного фактора в повседневной жизни студенческой молодежи неуклонно снижается, что обусловлено целым рядом причин и имеет негативные последствия для сохранения и поддержания физического и нравственного здоровья. В качестве одного из методов решения данной проблемы в российской и общемировой практике рассматривается всемерное стимулирование заинтересованности обучающихся в занятиях физической культурой и спортом, что не всегда успешно реализуется. Внесение физической культуры в перечень обязательных для изучения дисциплин не решает проблемы, если преподавание опирается исключительно на внешнюю мотивацию, без учета личных интересов студентов,

особенно системы среднего профессионального образования, к изучению данного предмета.

Исследование причин, заставляющих людей заниматься любительским спортом и физической культурой, позволяет вычленил наличие пяти основных групп мотивов, включающих психологические (управление стрессом, получение удовольствия от самого процесса) [6], межличностные (состязательность, общественное восприятие) [7], поддержание здоровья и профилактика заболеваний, достижение определенного уровня физической силы (мотив, более характерный для юношей, так же как и состязательность) и поддержание на достойном уровне своей телесной формы (данный мотив в большей мере присутствует у женской части аудитории).

Поскольку мотивация обучающихся, так же как и влияющие на нее факторы (авторитет преподавателя, семейные традиции, поддержка друзей, наличие условий для занятий и пр.), достаточно хорошо изучена, то в качестве логичного решения проблемы повышения уровня физической активности предлагается, помимо проведения регулярных занятий по физической культуре, включенной в перечень обязательных дисциплин в программах высшего и среднего профессионального образования, внедрение в учебный процесс дополнительных спортивных мероприятий, нацеленных на формирование особой спортивной экосистемы, сочетающей условия и возможности, необходимые для гармоничного физического развития личности [1].

Исследования показывают, что к числу причин игнорирования занятий физической культурой в старшей школе относятся, прежде всего, психологические: признавая данную дисциплину безусловно важной для поддержания оптимальной телесной формы и здоровья (теоретически), обучающиеся в то же время воспринимают ее как малоценную с точки зрения отношения к будущей профессиональной деятельности, если последняя не связана со спортом [7], вместе с тем требующую серьезных временных и физических затрат [3]. Прагматический подход к изучению общеобразовательных и профессиональных дисциплин сохраняется и в дальнейшем в период обучения в колледжах или университетах [8].

Материалы и методы. Исследование осуществлялось среди студентов колледжа Уральского государственного экономического университета (г. Екатеринбург) в январе—марте 2023 г. путем распространения анонимных анкет среди обучающихся 1—3-го курсов очной формы обучения. При этом основными объектами интереса являлись отношение обучающихся к физической культуре в колледже, проявляющееся, в том числе, в периодичности посещения занятий по дисциплине, а также причины регулярного пропуска последних. Всего в опросе приняли участие 548 чел., из которых 244 были студентами 1-го курса (186 девушек и 58 юношей, средний возраст составлял 16,9 года), 182 студента 2-го курса (107 девушек и 75 юношей, средний возраст — 18,1 года) и 58 студентов 3-го курса (36 девушек и 22 юноши, средний возраст — 19,2 года), что позволяет рассматривать выборку в качестве репрезентативной, позволяющей отслеживать изучаемые показатели в динамике.

Результаты исследования и их обсуждение. Как следует из данных, представленных на рис. 1, количество студентов, практически полностью игнорирующих предмет, главная цель изучения которого — поддержание максимальной приемлемой физической формы и здоровья, увеличива-

ется за два года практически в полтора раза. Очевидно, что для подобного контингента предмет «Физическая культура» в колледже является своего рода «неизбежным злом», которое

воспринимается как нечто абстрактное, не имеющее отношения к профессиональной деятельности, требующее затрат времени и определенных усилий, но обязательное к выполнению.

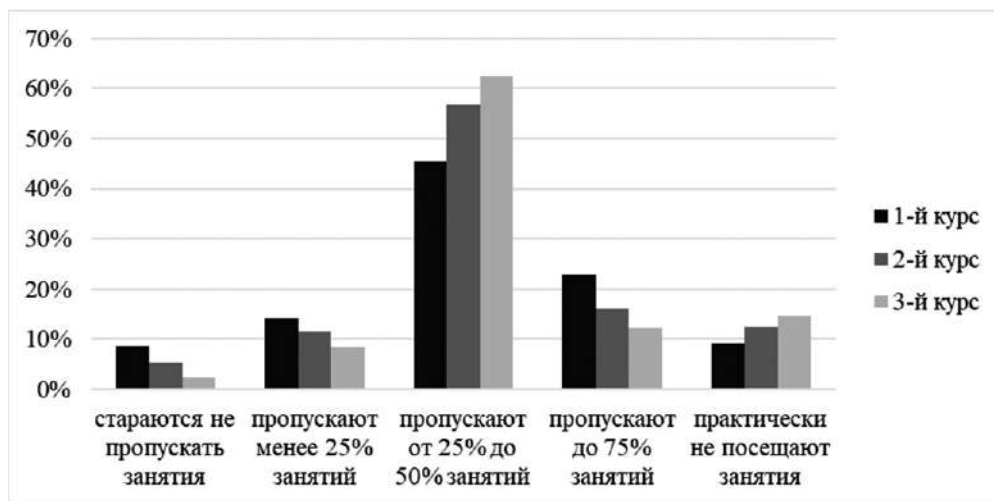


Рис. 1. Посещаемость студентами колледжа занятий по физической культуре, %

Полученные данные контрастируют с результатами аналогичных исследований, проведенных среди посещающих занятия по физической культуре студентов бакалавриата УрГЭУ [11], что может быть связано как с более ответственным отношением совершеннолетних обучающихся к своему здоровью, так и к выполнению обязательной учебной программы.

Для анализа причин игнорирования студентами колледжа вышеупомянутой дисциплины следует обратить внимание на результаты опроса, отраженные на рис. 2. Можно отметить, что состояние здоровья, несмотря на широко распространенные заблуждения, занимает последнее место по значимости в общем перечне причин пропуска занятий, составляя около 5—6 % от общего списка предложенных вариантов независимо от возраста респондентов. Одновременно наблюдалось снижение значимости показателя «неудобно организованное расписание» от 1-го к 3-му курсу и возрастание «нехватки времени для

посещения занятий». Не исключено, что ограниченность времени у третьекурсников определяется необходимостью совмещения учебного процесса с работой, создающего проблемы при очной форме обучения. Студенты 1-го курса, в свою очередь, предъявляют больше претензий к неудобной организации учебного расписания, когда занятия по физической культуре, как правило, приходится на самое раннее утреннее время, предшествуя более сложным естественным и гуманитарным наукам, воспринимаемым в качестве обязательных для посещения. Кроме того, следует учесть, что значительная часть студентов проживает за пределами г. Екатеринбурга в ближайших населенных пунктах и вынуждена тратить значительное количество времени, чтобы ежедневно успевать к началу занятий. Для обучающихся более старших курсов подобная причина менее значима, поскольку физическую культуру в расписание у них помещают уже после завершения всех остальных занятий.

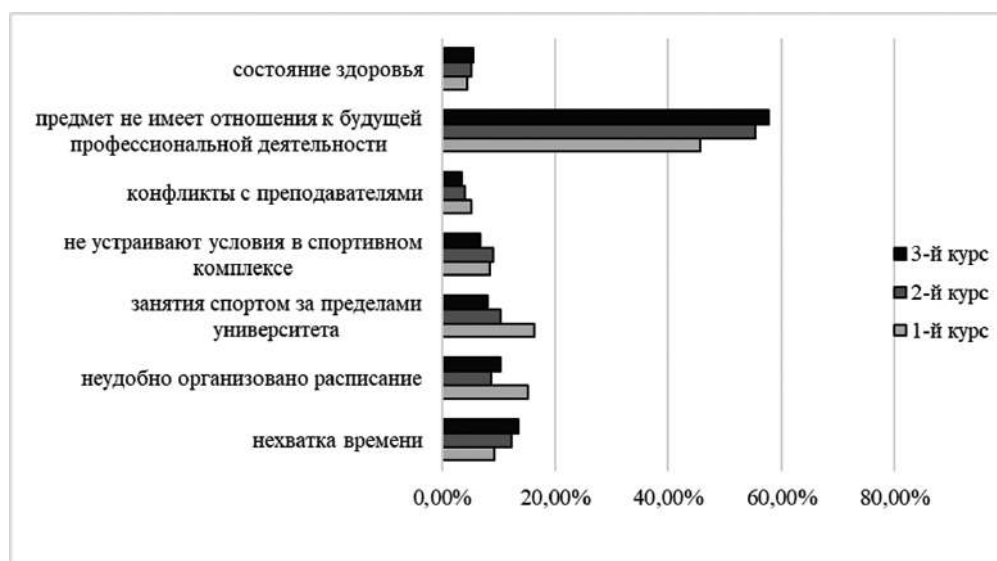


Рис. 2. Причины игнорирования студентами колледжа занятий по физической культуре, %

Достоверные различия ($P < 0,01$) между обучающимися 1-го и 3-го курсов наблюдаются также по показателю «занятия спортом за пределами университета», причем значимость подобных занятий в глазах опрашиваемых по мере взросления снижается: среди первокурсников 16,3 % респондентов указали, что занимаются тем или иным видом любительского или полупрофессионального спорта, таким образом компенсируя недостаток физической активности во время учебного процесса, а среди студентов выпускного курса только 8,2 % отметили данный вариант ответа, мотивируя игнорирование занятий спортом ограниченностью свободного времени. Среди опрошенных девушек в качестве альтернативных учебной программе избранных видов спорта фигурировали фигурное катание, синхронное плавание, конный спорт, в то время как юноши предпочитали бокс, различные виды единоборств и фехтование. К сожалению, в качестве приоритетной причины игнорирования занятий физической культурой в рамках учебного расписания в опросе фигурировало отсутствие связи между данной дисциплиной и будущей профессиональной деятельностью: свыше половины студентов 2-го и 3-го курсов выбрали именно этот вариант ответа. Прагматичный подход к учебному процессу в целом, наблюдаемый в последние десятилетия в системе среднего и высшего образования, сказывается на отношении обучающихся к большинству общеобразовательных дисциплин, нацеленных на формирование исключительно общекультурных компетенций, но к физической культуре это относится, к сожалению, в наибольшей степени, поскольку при отсутствии внутренней мотивации, опирающейся на интерес к предмету, преподавателям крайне сложно выстроить систему взаимоотношений, пользуясь исключительно балльно-рейтинговой системой.

Для того чтобы иметь реальное представление о физической активности обучающихся, следует принять во внимание данные, собранные согласно описанной ранее методике опроса *IPAQ* (рис. 3). Общее снижение роли физической активности в жизни студентов колледжа может быть связано, как уже упоминалось ранее, с традиционно большей загруженностью обучающихся выпускного курса, что усугубляется необходимостью совмещения работы с учебным процессом.

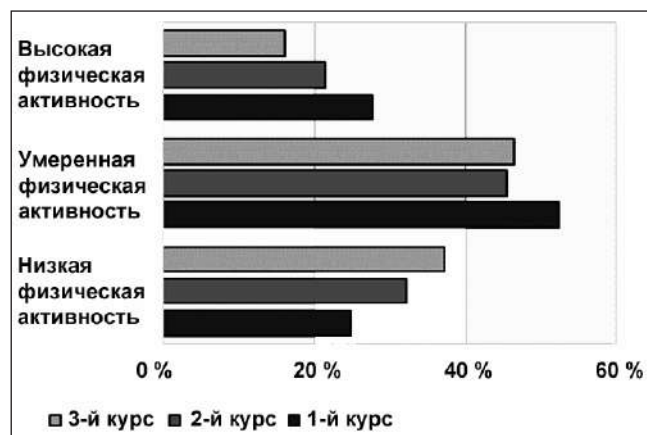


Рис. 3. Структура физической активности студентов колледжа, %

Как следует из полученных данных, количество студентов, старающихся не пропускать занятия по физической культуре, снижается от 1-го к 3-му курсу почти в 3,5 раза,

а количество тех, кто практически полностью игнорирует данный предмет, возрастает в 1,5 раза. В то же время уже на 1-м курсе только 14,2 % обучающихся пропускают менее 25 % занятий в течение года, в то время как 22,7 % не выполняют основную часть учебной программы, пропуская почти 75 % занятий. Среди представителей выпускного курса количество лиц, относящихся к данной группе выборки, снижается почти в два раза — до 12,3 %, что позволяет третьекурсникам успешно завершить образовательный процесс, ликвидировав все задолженности по дисциплине.

Результаты проведенного опроса показывают, что среди основных причин игнорирования дисциплины «Физическая культура» фигурируют ограниченность времени (особенно ее отмечают студенты 3-го курса — 13,4 %), претензии к организации расписания (в данном случае наибольшие претензии высказывают самые молодые участники опроса — 15,2 %), занятия каким-либо альтернативным видом спорта в соответствии с личным интересом за пределами физкультурно-оздоровительного комплекса университета (доля подобных ответов снижается за два года практически вдвое: от 16,3 % у первокурсников до 8,2 % у выпускников). Однако в качестве приоритетной причины для непосещения занятий большинство опрошенных отметили отсутствие связи предмета с будущей профессиональной деятельностью. Подобный прагматический подход к изучаемым дисциплинам неизменно приводит к снижению заинтересованности в их изучении и, как результат, чрезвычайно низкой внутренней мотивации к посещению занятий, что крайне сложно компенсировать исключительно за счет внешнего мотивирования со стороны преподавателей. При этом достоверных различий между ответами студентов разных курсов по поводу отношения к спорту в целом и физической культуре на занятиях выявлено не было, но отрицательное отношение к учебному предмету продемонстрировало вдвое большее количество опрошенных по сравнению с теми, кто выбрал данный вариант ответа по поводу спорта: 6,2 против 3,1 % соответственно.

Заключение

Проведенное исследование демонстрирует, что значительная часть обучающихся колледжа Уральского государственного экономического университета в той или иной степени игнорирует занятия по физической культуре в первую очередь по прагматичной причине восприятия предмета как не имеющего отношения к будущей профессиональной деятельности. Иные причины для низкой посещаемости занятий по этой дисциплине, такие как состояние здоровья, неудобная организация расписания, занятия любительским спортом за пределами университета, играют гораздо меньшую роль в подобном игнорировании, а претензии к оборудованию в учебно-спортивном комплексе и конфликты с преподавателями минимальны и практически не оказывают влияния на выявленную тенденцию. При этом была выявлена зависимость между посещаемостью занятий, причинами игнорирования последних и возрастом обучающегося контингента: по мере взросления студентов (от 1-го к 3-му курсу) уровень посещаемости занятий снижается, а прагматическое отношение к изучаемым дисциплинам, напротив, возрастает, что подтверждается литературными данными. В то же время не следует забывать, что подобные занятия, при условии регулярного посещения,

могут рассматриваться в качестве одного из компонентов выполнения учебной программы, позволяющего, во-первых, управлять внешней мотивацией обучающихся за счет дополнительного поощрения со стороны

преподавателей, во-вторых, повысить заинтересованность студентов в обучении при предоставлении последней возможности выбора графика занятий и конкретного вида спорта в соответствии со своими пожеланиями.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Straight-A students dislike physical education in adolescence: myth or truth? The AVENA, AFINOS and UDOWN studies / L. Cañadas, I. Esteban-Cornejo, F. B. Ortega et al. // *Nutrition Hospitalaria*. 2015. Vol. 32. No. 1. Pp. 318—323. DOI: 10.3305/nh.2015.32.1.8924.
2. Кочетова Ю. Ю., Старчикова М. В., Бендрикова А. Ю., Репкина Т. В. Оценка значимости факторов стресса, нерационального питания и низкой физической активности для здоровья школьников // *Science for Education Today*. 2021. Т. 10. № 5. С. 211—225.
3. Никулин А. В. Катканова И. Н., Коновалов В. Л. Отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом // *Мир науки, культуры, образования*. 2020. № 1. С. 229—231.
4. Caestine J., Bopp M., Bopp Ch., Papalia Z. College students work habits are related to physical activity and fitness // *International Journal of Exercise Science*. 2017. Vol. 10. No. 7. Pp. 1009—1017.
5. Făgăraș S.-P., Radu L.-E., Vanvu G. The level of physical activity of university students // *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2015. No. 197. Pp. 1454—1457.
6. Imamović-Turković D., Hadžibulić-Nurković H., Rašidagić F., Nurković N. Why do students not attend lessons with special remark to physical education lessons absences? // *Sportski Logos*. 2019. Vol. 17. Iss. 31. Pp. 30—34.
7. Михайлова С. В. Физиологические особенности физического развития юношей и девушек на возрастном этапе 17—22 года // *Физическое воспитание и спортивная тренировка*. 2018. № 4(26). С. 68—77.
8. Physical activity and sedentary behavior of university students on the Russian North / S. I. Loginov, A. Yu. Nikolayev, A. S. Snigirev et al. // *Human. Sport. Medicine*. 2021. Vo. 21. No. S1. Pp. 24—31.
9. Мищенко Н. В., Свиляр Е. В., Макаров А. В. Особенности физической адаптации первокурсниц вуза к условиям урбанизированной среды // *Человек. Спорт. Медицина*. 2020. Т. 20. № 1. С. 13—20.
10. Мальков О. А., Фошня Э. Ю., Фошня А. В. Динамика изменения индексов здоровья детей школьного возраста города Сургута в зависимости от вида физической активности // *Человек. Спорт. Медицина*. 2021. Т. 21. № 1. С. 38—45.
11. Кочерьян М. А., Тихомирова А. М., Сидоров Р. В. Социологический анализ отношения студентов к здоровью, занятиям спортом и физической культурой в университете // *Педагогический журнал*. 2019. Т. 9. № 5А. Ч. I. С. 391—399.
12. Motivational factors and effects associated with physical-sport practice in undergraduate students / A. S. Cortés, A. M. Correa-Díaz, M. L. Benjumea-Arias et al. // *Social and Behavioral Sciences*. 2017. No. 237. Pp. 811—815.
13. Воскобойников А. Н., Лейбовский А. Ю., Пилишин Н. А. Показатели физического развития, физической и функциональной подготовленности студентов Кубанского государственного университета (КубГУ), занимающихся в плавательном бассейне и их соответствие нормативным требованиям // *Историческая и социально-образовательная мысль*. 2016. Т. 8. № 1. Ч. 2. С. 179—185.
14. Analysis of indicators of physical development and performance of students by different types of physical activity / I. P. Saldan, A. P. Pashkov, O. V. Zhukova et al. // *Bulletin of Medical Science*. 2018. Vol. 4. No. 12. Pp. 9—13.
15. Downes L. Physical activity and dietary habits of college students // *The Journal for Nurse Practitioners*. 2015. Vol. 11. Iss. 2. Pp. 192—198.
16. First-year university students who self-select into health studies have more desirable health measures and behaviors at baseline but experience similar changes compared to non-self-selected students / M.-J. Ludy, A. P. Crum, C. A. Young et al. // *Nutrients*. 2018. Vol. 10. Iss. 3. Art. 362. DOI: 10.3390/nu10030362.
17. Wu J. An investigation and research on influencing factors of college students' physical exercise // *Research on Modern Higher Education*. 2017. No. 1. Pp. 15—19.

REFERENCES

1. Cañadas L., Esteban-Cornejo I., Ortega F. B. et al. Straight-A students dislike physical education in adolescence: myth or truth? The AVENA, AFINOS and UDOWN studies. *Nutrition Hospitalaria*. 2015;32(1):318—323. DOI: 10.3305/nh.2015.32.1.8924.
2. Kochetova Yu. Yu., Starchikova M. V., Bendrikova A. Yu., Repkina T. V. Evaluating the impact of stress factors, inadequate nutrition and low physical activity on schoolchildren's health. *Science for Education Today*. 2020;10(5):211—225. (In Russ.).
3. Nikulin A. V., Katkanova I. N., Konovalov V. L. Students' attitude to physical education and sports. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya = World of Science, Culture, Education*. 2020;1:229—231. (In Russ.).
4. Caestine J., Bopp M., Bopp Ch., Papalia Z. College students work habits are related to physical activity and fitness. *International Journal of Exercise Science*. 2017;10(7):1009—1017.
5. Făgăraș S.-P., Radu L.-E., Vanvu G. The level of physical activity of university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2015;197:1454—1457.
6. Imamović-Turković D., Hadžibulić-Nurković H., Rašidagić F., Nurković N. Why do students not attend lessons with special remark to physical education lessons absences?. *Sportski Logos*. 2019;17(31):30—34.
7. Michailova S. V. Physiological peculiarities of physical development of boys and girls at the age of 17-22. *Fizicheskoe vospitanie i sportivnaya trenirovka = Physical Education and Sports Training*. 2018;4(26):68—77. (In Russ.).

8. Loginov S. I., Nikolayev A. Yu., Snigirev A. S. et al. Physical activity and sedentary behavior of university students on the Russian North. *Human. Sport. Medicine*. 2021;21(S1):24—31.
9. Mischenko N. V., Svinar E. V., Makarov A. V. Features of physical adaptation of first-year university students to an urbanized environment. *Chelovek. Sport. Meditsina = Human. Sport. Medicine*. 2020;20(1):13—20. (In Russ.).
10. Malkov O. A., Foshnya E. Yu., Foshnya A. V. Dynamics of acute respiratory infections in school-age children in Surgut. *Chelovek. Sport. Meditsina = Human. Sport. Medicine*. 2021;21(1):38—45. (In Russ.).
11. Kocher`yan M. A., Tikhomirova A. M., Sidorov R. V. Sociological analysis of students' attitude to health, sports and physical culture at the University. *Pedagogicheskii zhurnal = Pedagogical Journal*. 2019;9(5A-I):391—399. (In Russ.).
12. Cortés A. S., Correa-Diaz A. M., Benjumea-Arias M. L. et al. Motivational factors and effects associated with physical-sport practice in undergraduate students. *Social and Behavioral Sciences*. 2017;237:811—815.
13. Voskoboinikov A. N., Leybovsky A. Yu., Pylyshyn N. A. Indicators of physical development, physical and functional readiness of Kuban State University students, training in the swimming pool, and their regulatory specifications. *Istoricheskaya i sotsial`no-obrazovatel`naya mysl' = Historical and Social Educational Ideas*. 2016;8(1-2):179—185. (In Russ.).
14. Saldan I. P., Pashkov A. P., Zhukova O. V. et al. Analysis of indicators of physical development and performance of students by different types of physical activity. *Bulletin of Medical Science*. 2018;4(12):9—13.
15. Downes L. Physical activity and dietary habits of college students. *The Journal for Nurse Practitioners*. 2015;11(2):192—198.
16. Ludy M.-J., Crum A. P., Young C. A. et al. First-year university students who self-select into health studies have more desirable health measures and behaviors at baseline but experience similar changes compared to non-self-selected students. *Nutrients*. 2018;10(3):362. DOI: 10.3390/nu10030362.
17. Wu J. An investigation and research on influencing factors of college students' physical exercise. *Research on Modern Higher Education*. 2017;1:15—19.

Статья поступила в редакцию 15.07.2023; одобрена после рецензирования 16.08.2023; принята к публикации 13.09.2023.

The article was submitted 15.07.2023; approved after reviewing 16.08.2023; accepted for publication 13.09.2023.