

УДК 378.016:796
ББК 4448.005.5

DOI 10.26170/2079-8717_2022_05_15
ГРНТИ 14.07.01

Код ВАК 5.8.1; 5.8.4

Павлов Александр Емельянович,

доктор педагогических наук, профессор кафедры спортивных дисциплин и туризма, Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова; 670000, Россия, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а; e-mail: al.pavlov1957@mail.ru

Цыбиков Дашинима Владимирович,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания, Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова; 670000, Россия, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а; e-mail: dvikov64@mail.ru

Дагбаев Батор Владимирович,

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой спортивных дисциплин и туризма, Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова; 670000, Россия, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а; e-mail: dagbav@mail.ru

Орлова Ирина Валентиновна,

старший преподаватель кафедры физического воспитания, Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова; 670000, Россия, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а; e-mail: ir_valor@mail.ru

ВЫЯВЛЕНИЕ МОТИВОВ И ФАКТОРОВ ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ КАК ОСНОВА ПОДГОТОВКИ К СДАЧЕ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: мотивационная сфера; анкетирование студентов; студенты; двигательная активность; нормы ГТО; физкультурно-спортивные комплексы; физическое развитие; ГТО

АННОТАЦИЯ. Исследование основных показателей здоровья и физической подготовленности студенческой молодежи на современном этапе развития общества указывает на их неуклонное снижение. Именно снижением уровня физических кондиций подрастающего поколения обусловлено введение на уровне государственной политики сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО. В данной работе представлены результаты анкетного опроса студентов для определения мотивов, способов приобщения к физкультурно-спортивной деятельности и вариантов подготовки к сдаче норм комплекса ГТО. По результатам полученных данных ведущим мотивом как у юношей, так и у девушек был выбран вариант: «Дополнительные баллы по физкультуре»; популярным способом приобщения к физкультурно-спортивной деятельности – «Проведение спортивных фестивалей под эгидой ГТО»; основным вариантом подготовки у юношей является «Мне достаточно получать рекомендации специалистов и самостоятельно готовиться к сдаче норм ГТО», а у девушек – «Мне требуется внешнее руководящее воздействие». В этой связи для решения задач государственной важности возникает необходимость в привлечении ресурсов образовательного учреждения, направленных на реализацию результатов исследования.

ДЛЯ ЦИТИРОВАНИЯ: Павлов, А. Е. Выявление мотивов и факторов повышения двигательной активности студентов как основа подготовки к сдаче норм комплекса ГТО / А. Е. Павлов, Д. В. Цыбиков, Б. В. Дагбаев, И. В. Орлова. – Текст : непосредственный // Педагогическое образование в России. – 2022. – № 4. – С. 133-138. – DOI: 10.26170/2079-8717_2022_05_15.

Pavlov Alexander Emelyanovich,

Doctor of Pedagogy, Professor of Department of Sports Disciplines and Tourism, Dorzhi Banzarov Buryat State University, Ulan-Ude, Russia

Tsybikov Dashinima Vladimirovich,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Department of Physical Education, Dorzhi Banzarov Buryat State University, Ulan-Ude, Russia

Dagbaev Bator Vladimirovich,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Head of Department of Sports Disciplines and Tourism, Dorzhi Banzarov Buryat State University, Ulan-Ude, Russia

Orlova Irina Valentinovna,

Senior Lecturer of Department of Physical Education, Dorzhi Banzarov Buryat State University, Ulan-Ude, Russia

IDENTIFICATION OF MOTIVES AND FACTORS OF INCREASING THE MOTOR ACTIVITY OF STUDENTS AS THE BASIS OF TRAINING FOR PASSING THE STANDARDS OF THE RWD COMPLEX

KEYWORDS: motivational sphere; questioning students; students; physical activity; RWD standards; physical culture and sports complexes; physical development; RWD

ABSTRACT. The study of the main indicators of health and physical fitness of student youth at the present stage of development of society indicates their steady decline. It is the decrease in the level of physical condition of the younger generation that is due to the introduction at the level of state policy of the surrender of the norms of the All-Russian physical culture and sports complex of the RWD. This paper presents the results of a questionnaire survey of students to determine the motives, ways of getting involved in physical culture and sports activities and options for preparing for passing the norms of the RWD complex. Based on the results of the data obtained, the leading motive for both boys and girls was chosen as the option:

“Additional points in physical education”; a popular way to get involved in physical culture and sports activities: “Holding sports festivals under the auspices of the TRP”; the main training option for young men is: “It is enough for me to receive recommendations from specialists and independently prepare for passing the TRP standards”, and for girls: “I need external guidance”. In this regard, in order to solve problems of national importance, it becomes necessary to attract the resources of an educational institution aimed at implementing the results of the study.

FOR CITATION: Pavlov, A. E., Tsybikov, D. V., Dagbaev, B. V., Orlova, I. V. (2022). Identification of Motives and Factors of Increasing the Motor Activity of Students as the Basis of Training for Passing the Standards of the RWD Complex. In *Pedagogical Education in Russia*. No. 5, pp. 133-138. DOI: 10.26170/2079-8717_2022_05_15.

Введение. Исследования основных показателей здоровья и физической подготовленности молодежи на современном этапе развития общества указывают на их неуклонное снижение [2; 10; 12; 13; и др.]. С целью оптимизации существующего положения обусловлено введение на государственном уровне сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (далее – норм комплекса ГТО)¹.

Вышеизложенные меры и, в частности, введение комплекса ГТО должны обеспечить реализацию «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года»² как механизма вовлечения населения страны в регулярные занятия физическими упражнениями.

В этой связи возрастает необходимость соответствующего обеспечения решения системных задач, направленных на повышение эффективности механизмов стратегического управления развитием сферы физической культуры и спорта, связанных со сдачей норм комплекса ГТО в образовательном процессе вуза [1; 8; 3; 11; 4; и др.].

Целью данного исследования является выявление основных мотивов и факторов повышения двигательной активности студентов для оптимизации сдачи норм комплекса ГТО.

Мотив – это психический процесс, который изнутри стимулирует нас к постановке цели и принятию соответствующих средств действия [5, с. 61]. Всякое действие человека исходит из тех или иных мотивов и направляется на решение определенной цели; оно разрешает ту или иную задачу и выражает определенное отношение человека к окружающему [9, с. 13]. По мнению А. В. Петровского, мотивы связаны с удовлетворением определенных потребностей, побуждения к деятельности [7, с. 110].

Педагогическое наблюдение осуществ-

¹ Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе “Готов к труду и обороне” (ГТО)». URL: <https://www.gto.ru/files/uploads/documents/5c8f51aa0c54f.pdf> (дата обращения: 05.09.2022).

² Распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492/> (дата обращения: 05.09.2022).

лялось на базе Бурятского госуниверситета в период обучения студентов по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту». В эксперименте приняли участие юноши (37 чел.) и девушки (112 чел.) очной формы обучения.

В ходе исследования достижение поставленных целей основывается на триединстве фаз проекта (в нашей модификации):

I. Фазы проектирования (разработка вопросов и анкетирование респондентов). Основной задачей является привлечение большего числа студентов.

II. Технологической фазы (обработка результатов и определение значимого мотива респондентов). Основной задачей является определение наиболее значимого мотива для привлечения соответствующего ресурса образовательного учреждения.

III. Рефлексивной фазы (анализ результатов и распределение ресурсов образовательного учреждения). Анализ результатов позволяет руководству образовательного учреждения своевременно вносить соответствующие коррективы в процесс подготовки студентов к сдаче норм комплекса ГТО [6, с. 25].

Для решения задач исследования нами разработаны анкеты, направленные на определение ведущего мотива, способа приобщения к физкультурно-спортивной деятельности и варианта подготовки студентов к сдаче норм комплекса ГТО как факторов повышения двигательной активности. Следует отметить, что анкеты представляют собой информативные блоки с определенными вопросами, где респондентам в качестве ответов предлагается ранжирование вопросов по определенной шкале, а также выбор варианта подготовки по своему усмотрению.

Анкета для определения мотива студентов в рамках сдачи норм комплекса ГТО. Респондентам предлагается ранжирование вариантов ответа по 5-балльной шкале, где 5 – высший балл и далее по убыванию уровня значимости до 1 балла.

В качестве ответа предложены 5 вариантов:

1. Дополнительные баллы по физкультуре.
2. Соревнования с друзьями.

3. Развитие физических качеств.
4. Получение знака ГТО.
5. Проверка своих возможностей.

Респонденты ранжируют вопросы анкеты по своему усмотрению. После математической обработки результатов наибольшая сумма баллов позволяет определить (к примеру: «дополнительные баллы по физкультуре» – 3; «соревнования с друзьями» – 5; «развитие физических качеств» – 2; «получение знака ГТО» – 1; «проверка своих возможностей» – 4) один из вариантов как ведущий мотив при сдаче норм комплекса ГТО. Таким образом, для удовлетворения вышеизложенных вариантов образовательное учреждение должно обладать широкими возможностями, такими как стимулирование, арбитраж, проектная деятельность, оформление документов, содействие самоактуализации студентов и т. д.

Анкета для определения эффективного способа приобщения студентов к физкультурно-спортивной деятельности. Респондентам предлагается ранжирование вариантов ответа по 5-балльной шкале, где 5 – высший балл и далее по убыванию уровня значимости до 1 балла.

1. Проведение спортивных фестивалей под эгидой ГТО.
2. Активное обсуждение в СМИ.
3. Привлечение известных спортсменов.
4. Привлечение медийных личностей.
5. Проведение разъяснительной работы в вузе.

Респонденты ранжируют вопросы анкеты по своему усмотрению. После обработки результатов наибольшая сумма баллов позволяет определить (к примеру: «проведение спортивных фестивалей под эгидой ГТО» – 4; «активное обсуждение в СМИ» – 2; «привлечение известных спортсменов» – 5; «привлечение медийных личностей» – 1; «проведение разъяснительной работы в вузе» – 4) один из предложенных вариантов как наиболее предпочитаемый способ приобщения студентов к физкультурно-спортивной деятельности. Следовательно,

для удовлетворения вышеизложенных вариантов образовательное учреждение должно обладать необходимыми возможностями: освещение в СМИ, привлечение круга знакомых, мастер-классы, административные меры воздействия и т. д.

Анкета для определения варианта подготовки студентов к сдаче норм комплекса ГТО. В качестве ответа (в отличие от ранжирования) предлагается выбрать один из вариантов подготовки:

1. Предпочитаю сам(а) составить программу тренировок и подготовиться.
2. Мне достаточно получать рекомендации специалистов и самостоятельно готовиться к испытаниям.
3. Мне требуется внешнее руководящее воздействие.
4. Не рассматриваю сдавать нормы ГТО на знак отличия.

Респонденты выбирают один из вариантов анкеты на свое усмотрение. Полученные результаты позволяют определить наиболее значимый вариант подготовки. Следовательно, для удовлетворения вышеизложенных вариантов образовательное учреждение должно обладать следующими возможностями: интернет-ресурсы, проектная деятельность, методические рекомендации, прием и фиксация результатов и т. д.

Таким образом, выявление мотива, способа приобщения к физкультурно-спортивной деятельности и определение варианта подготовки студентов к сдаче норм комплекса ГТО позволяют руководству вуза конкретизировать, а также корректировать решение задач государственной важности.

Результаты исследования и их обсуждение. Данный этап посвящен изучению результатов анкетирования, полученные данные позволяют в соответствии с предпочтениями респондентов вносить коррективы в процесс подготовки студентов к сдаче норм комплекса ГТО.

В таблице 1 представлены результаты определения мотивов подготовки студентов к сдаче норм комплекса ГТО.

Таблица 1

Основные мотивы подготовки студентов к сдаче норм комплекса ГТО

Варианты ответов	Юноши (37 чел.) (баллы)	Девушки (112 чел.) (баллы)
Дополнительные баллы по физкультуре	122	250
Соревнования с друзьями	117	130
Развитие физических качеств	80	222
Получение значка ГТО	77	189
Проверка своих возможностей	63	190
Если есть свой вариант, то (после ответа) напишите в свободной графе		

Примечание: представлена общая сумма баллов по каждому варианту ответов.

По результатам анкетирования, направленного на выявление основного мотива подготовки студентов к сдаче норм комплек-

са ГТО, наибольшую сумму баллов (как у юношей, так и у девушек) набрал вариант «Дополнительные баллы по физкультуре».

В этой связи для удовлетворения основного мотива подготовки студентов образовательное учреждение в лице кафедры физического воспитания может предложить следующие коррективы: досрочный зачет; свободное посещение учебного про-

цесса по физкультуре; привилегии при назначении стипендий и т. д.

В таблице 2 представлены результаты определения способа приобщения студентов к физкультурно-спортивной деятельности.

Таблица 2

Основные способы приобщения студентов к физкультурно-спортивной деятельности

Варианты ответов	Юноши (37 чел.) (баллы)	Девушки (112 чел.) (баллы)
Проведение спортивных фестивалей под эгидой ГТО	127	258
Привлечение известных спортсменов	107	247
Привлечение медийных личностей	79	169
Активное обсуждение в СМИ	57	169
Проведение разъяснительной работы в вузе	71	172
<i>Если есть свой вариант, то (после ответа) напишите в свободной графе</i>		

Примечание: представлена общая сумма баллов по каждому варианту ответов.

По результатам анкетирования, направленного на выявление основного способа приобщения студентов к физкультурно-спортивной деятельности, наибольшую сумму баллов (как у юношей, так и у девушек) набрал вариант «Проведение спортивных фестивалей под эгидой ГТО».

В этой связи образовательное учреждение (на уровне Ректората университета)

определяет состав организационного комитета, назначает ответственных по каждому кругу вопросов, т. к. потребуются освещение в региональных СМИ, привлечение медийных личностей из числа артистов и спортсменов, мастер-классы от значкистов ГТО и т. п.

В таблице 3 представлены результаты выбора вариантов подготовки студентов к сдаче норм ГТО.

Таблица 3

Варианты подготовки студентов к сдаче норм комплекса ГТО (%)

№	Выберите вариант ответа, который поможет Вам сдать нормы комплекса ГТО	Юноши	Девушки	Общее
1.	Предпочитаю сам(а) составить программу тренировок и подготовиться	6 (16,2)	4 (3,6)	10 (6,7)
2.	Мне достаточно получать рекомендации специалистов и самостоятельно готовиться к сдаче норм ГТО	14 (37,9)	30 (26,8)	44 (29,5)
3.	Мне требуется внешнее руководящее воздействие	11 (29,7)	41 (36,8)	52 (34,9)
4.	Не рассматриваю сдавать нормы ГТО	6 (16,2)	37 (33,0)	43 (28,9)
5.	Итого	37 (100)	112 (100)	149 (100)

Примечание: за скобкой количество студентов по каждому варианту подготовки.

Результаты исследования показывают, что юноши высоко оценивают вариант «Мне достаточно получать рекомендации специалистов и самостоятельно готовиться к сдаче норм комплекса ГТО» (37,9%), где достижение цели основывается на самостоятельной подготовке и уверенности в собственных возможностях; на второй позиции вариант «Мне требуется внешнее руководящее воздействие» (29,7%), где достижение целей основывается на реальной оценке своих возможностей и здравомыслии респондентов; на третьей и четвертой позициях оказались два варианта: «Не рассматриваю сдавать нормы ГТО» (16,2%), который указывает на другие предпочтения респондентов, не связанные с развитием физических кондиций, «Предпочитаю сам(а) составить программу тренировок и подготовиться» (16,2%), который указывает на высокий уровень физической подготовлен-

ности и в то же время на малочисленность респондентов, обладающих определенными познаниями в тестировании физической подготовленности. Следует отметить, что большинство юношей стремится к самостоятельному решению задач по сдаче норм комплекса ГТО на знак отличия.

У девушек на первой позиции вариант «Мне требуется внешнее руководящее воздействие» (36,8%); на второй позиции вариант «Не рассматриваю сдавать нормы ГТО» (33,0%); на третьей позиции вариант «Мне достаточно получать рекомендации специалистов и самостоятельно готовиться к сдаче норм ГТО» (26,8%); на четвертой позиции вариант «Предпочитаю сам(а) составить программу тренировок и подготовиться». Следовательно, у девушек достижение цели основывается на реальной оценке своих возможностей и здравомыслии, т. к. сложно сдать нормы ГТО на знак

отличия без должной подготовки и соответствующего руководства.

Результаты, полученные в ходе нашего исследования, позволяют сделать следующие **выводы**:

– основным мотивом подготовки к сдаче норм комплекса ГТО является вариант «Дополнительные баллы по физкультуре» (122 балла у юношей и 250 у девушек). Для стимулирования обладателей знака ГТО на уровне кафедры физического воспитания необходимо принять решение, которое дает возможность студентам свободно посещать учебный процесс по физкультуре; досрочно сдавать зачет; привилегии при назначении стипендий и др.;

– эффективным способом привлечения студентов к физкультурно-спортивной деятельности является вариант «Проведение спортивных фестивалей под эгидой ГТО» (127 баллов у юношей и 258 у девушек). Для проведения широкомасштабного мероприятия под эгидой ГТО на уровне Ректората университета необходимо определить состав организационного комитета и назначить ответственных для построения эффективной системы управления;

– актуальным средством подготовки является вариант «Мне требуется внешнее руководящее воздействие» (34,9%). Для удовлетворения данного варианта необходимо организовать внеучебные занятия с преподавателями по физическому воспитанию за счет дополнительных средств, включая платные образовательные услуги;

ЛИТЕРАТУРА

1. Бобков, В. В. Организационные условия, необходимые для проведения фестиваля ГТО среди студентов / В. В. Бобков, Н. В. Титушина, С. П. Мещеряков, Г. М. Жукарева // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 1 (179). – С. 25-28.
2. Глазкова, Г. Б. Физическое воспитание студентов специальной медицинской группы: компетентностный подход / Г. Б. Глазкова, О. В. Мамонова, Д. В. Грачева, М. Н. Пуховская, Ю. В. Шакирова, В. А. Жихорева, Д. А. Фарзалиев. – М. : ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г. В. Плеханова», 2020. – 160 с.
3. Зимин, В. Н. Комплекс ГТО в системе физического воспитания студентов вуза / В. Н. Зимин // Культура и искусство в современном образовательном пространстве : материалы Всероссийской научно-практической конференции. Кострома, 27 февраля 2017 года. – 2017. – С. 125-129.
4. Игнатъев, М. А. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания студентов Чувашии / М. А. Игнатъев, Е. П. Тимченко // Актуальные проблемы физической культуры и спорта : материалы IX Международной научно-практической конференции. – Чебоксары, 2019. – С. 546-553.
5. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2002. – 512 с.
6. Новиков, А. М. Методология научного исследования / А. М. Новиков, Д. А. Новиков. – М. : Либроком, 2010. – 280 с. – URL: <http://anovikov.ru/books/mni.pdf> (дата обращения: 21.05.2022). – Текст : электронный.
7. Общая психология : учеб. для студентов пед. институтов / под ред. А. В. Петровского. – 2-е изд., доп. и перераб. – М. : Просвещение, 1976. – 479 с.
8. Ожиганова, М. В. Вопросы подготовки студентов для сдачи ГТО в высшем учебном заведении средствами физической культуры и спорта / М. В. Ожиганова, Н. В. Маркова // Стратегия развития спортивно-массовой работы со студентами : материалы VI Международной научно-практической конференции. – Тюмень, 2020. – С. 106-109.
9. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Издательство «Питер», 2000. – 712 с.
10. Сайтмаметов, Р. С. Инновационные технологии на уроках физической культуры / Р. С. Сайтмаметов. – Текст : электронный // Образовательная социальная сеть. – 2017. – URL: <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2017/03/29/innovatsionnye-tehnologii-na-urokah-fizicheskoy-kultury> (дата обращения: 08.05.2022).

– предпочитаемым средством подготовки является вариант «Мне достаточно получать рекомендации специалистов и самостоятельно готовиться к сдаче норм ГТО» (29,5%). Для удовлетворения данного варианта необходимо регулярно проводить курсы повышения квалификации преподавателей, ответственных за физическую подготовку студентов;

– популярным средством подготовки является вариант «Не рассматриваю сдавать нормы ГТО» (28,9%). Для удовлетворения данного варианта необходимо адаптировать контрольные нормативы по «Физической культуре» к норме комплекса ГТО (VI ступени), чтобы студенты имели возможность сдать их в рамках учебного процесса;

– малопопулярным средством подготовки является вариант «Предпочитаю сам(а) составить программу тренировок и подготовиться» (6,7%). Для удовлетворения данного варианта необходимо создать условия для самостоятельной подготовки студентов, включая посещение спортивных залов и всех плоскостных сооружений вуза.

Заключение. Таким образом, образовательное учреждение посредством выявления ведущего мотива и факторов повышения двигательной активности как основы подготовки студентов к сдаче норм комплекса ГТО вносит определенный вклад в реализацию «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года».

11. Сими́на, Т. Е. Популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания обучающихся в вузе / Т. Е. Сими́на, В. В. Логачева, Т. А. Веди́щева, Т. А. Качалова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 8 (174). – С. 206-209.

12. Сими́на, Т. Е. Содержание физического воспитания студентов с отклонениями в состоянии здоровья в экономическом вузе / Т. Е. Сими́на, Д. А. Фарзалиева, В. А. Прошкина, А. Л. Юрченко // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 1. – С. 38-40.

13. Спири́на, М. П. Оптимизация учебного процесса по физической культуре студентов с отклонениями в состоянии здоровья / М. П. Спири́на, В. П. Шлыков, Ю. В. Кузнецова, Л. И. Кизилов // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 2. – С. 70-72.

REFERENCES

1. Bobkov, V. V., Titushina, N. V., Meshcheryakov, S. P., Zhukareva, G. M. (2020). Organizatsionnye usloviya, neobkhodimye dlya provedeniya festivala GTO sredi studentov [Organizational Conditions Necessary for Holding a RWD Festival among Students]. In *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*. No. 1 (179), pp. 25-28.

2. Glazkova, G. B., Mamonova, O. V., Gracheva, D. V., Pukhovskaya, M. N., Shakirova, Yu. V., Zhi-khoreva, V. A., Farzaliev, D. A. (2020). *Fizicheskoe vospitanie studentov spetsial'noi meditsinskoj grupy: kompetentnostnyi podkhod* [Physical Education of Students of a Special Medical Group: Competence-Based Approach]. Moscow, FGBOU VO «REU im. G. V. Plekhanova». 160 p.

3. Zimin, V. N. (2017). Kompleks GTO v sisteme fizicheskogo vospitaniya studentov vuza [RWD Complex in the System of Physical Education of University Students]. In *Kul'tura i iskusstvo v sovremennom obrazovatel'nom prostranstve: materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii. Kostroma, 27 fevralya 2017 goda*, pp. 125-129.

4. Ignatyev, M. A., Timchenko, E. P. (2019). Vserossiiskii fizkul'turno-sportivnyi kompleks «Gotov k trudu i oborone» v sisteme fizicheskogo vospitaniya studentov Chuvashii [All-Russian Physical Culture and Sports Complex "Ready for Work and Defense" in the System of Physical Education of Students of Chuvashia]. In *Aktual'nye problemy fizicheskoi kul'tury i sporta: materialy IX Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii*. Cheboksary, pp. 546-553.

5. Ilyin, E. P. (2002). *Motivatsiya i motivy* [Motivation and Motives]. Saint Petersburg, Piter. 512 p.

6. Novikov, A. M., Novikov, D. A. (2010). *Metodologiya nauchnogo issledovaniya* [Scientific Research Methodology]. Moscow, Librokom. 280 p. URL: <http://anovikov.ru/books/mni.pdf> (mode of access: 21.05.2022).

7. Petrovsky, A. V. (Ed.). (1976). *Obshchaya psikhologiya* [General Psychology]. 2nd edition. Moscow, Prosveshchenie. 479 p.

8. Ozhiganova, M. V., Markova, N. V. (2020). Voprosy podgotovki studentov dlya sdachi GTO v vysshem uchebnom zavedenii sredstvami fizicheskoi kul'tury i sporta [Issues of Training Students for the Delivery of the RWD in a Higher Educational Institution by Means of Physical Culture and Sports]. In *Strategiya razvitiya sportivno-massovoi raboty so studentami: materialy VI Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii*. Tyumen, pp. 106-109.

9. Rubinshtein, S. L. (2000). *Osnovy obshchei psikhologii* [Fundamentals of General Psychology]. Saint Petersburg, Izdatel'stvo «Piter». 712 p.

10. Saitmametov, R. S. (2017). Innovatsionnye tekhnologii na urokakh fizicheskoi kul'tury [Innovative Technologies at Physical Culture Lessons]. In *Obrazovatel'naya sotsial'naya set'*. URL: <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2017/03/29/innovatsionnye-tehnologii-na-urokah-fizicheskoy-kul'tury> (mode of access: 08.05.2022).

11. Simina, T. E., Logacheva, V. V., Vedishcheva, T. A., Kachalova, T. A. (2019). Populyarizatsiya Vserossiiskogo fizkul'turno-sportivnogo kompleksa «Gotov k trudu i oborone» v sisteme fizicheskogo vospitaniya obuchayushchikhsya v vuze [Popularization of the All-Russian Physical Culture and Sports Complex "Ready for Work and Defense" in the System of Physical Education of Students at the University]. In *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*. No. 8 (174), pp. 206-209.

12. Simina, T. E., Farzalieva, D. A., Proshkina, V. A., Yurchenko, A. L. (2021). Soderzhanie fizicheskogo vospitaniya studentov s otkloneniyami v sostoyanii zdorov'ya v ekonomicheskom vuze [The Content of Physical Education of Students with Disabilities in the State of Health in an Economic University]. In *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury*. No. 1, pp. 38-40.

13. Spirina, M. P., Shlykov, V. P., Kuznetsova, Yu. V., Kizilov, L. I. (2021). Optimizatsiya uchebnogo protsessa po fizicheskoi kul'ture studentov s otkloneniyami v sostoyanii zdorov'ya [Optimization of the Educational Process in Physical Culture of Students with Deviations in the State of Health]. In *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury*. No. 2, pp. 70-72.