

УДК 796.011.3:378

КУРСОВАЯ ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Александр Сергеевич Болдов, кандидат педагогических наук, доцент, Алексей Витальевич Гусев, кандидат педагогических наук, доцент, Галина Семеновна Афонина, старший преподаватель, Марат Ринатович Шакиров, преподаватель, Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва

Аннотация

Проблематика формирования компетенций здоровьесберегающего блока дисциплин учебных планов в системе высшего образования Российской Федерации играет важную роль для прогностического развития конкурентоспособных, здоровых и полноценных профессиональных кадров. Целью исследования стало оценивание курсовой динамики физической подготовленности студентов-психологов в рамках освоения ими универсальных компетенций здоровьесберегающего блока дисциплин учебных планов и динамики их удовлетворенности процессом данного усвоения. Методика и организация исследования. В исследовании приняли участие 187 студенток 7-ми психологических специальностей и направлений подготовки, которые в течение 2-х курсов (4 семестров) проходили обучение по дисциплине «Базовая физическая культура», а в конце каждого семестра проходили контрольные тестирования по контрольным нормативам, распределенным по 4-м блокам: легкоатлетический, силовой, волейбольный и баскетбольный. Результаты исследования и их обсуждение. В результате исследования обнаружилась наибольшая курсовая динамика изменений в параметрах нормативов волейбольного и силового блоков, тогда как в баскетбольном она была разнонаправленной, а в легкоатлетическом блоке даже отрицательной. По удовлетворенности процессом освоения рабочих программ дисциплины «Базовая физическая культура» была выявлена явная положительная групповая динамика. Выводы. Были сделаны достоверные выводы, что освоение компетенций здоровьесберегающего блока учебных планов имеет положительную динамику, а уровни развития их в совокупности имеют тенденцию к повышению по большинству параметров.

Ключевые слова: студенты, физическая подготовленность, компетенции, физкультурно-спортивная деятельность, индекс рефлексии, инклюзия, физическая культура, психологи.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p56-62

COURSE DYNAMICS OF PSYCHOLOGIST STUDENTS' PHYSICAL PREPAREDNESS

Alexander Sergeevich Boldov, the candidate of pedagogical science, docent, Alexey Vitalievich Gusev, the candidate of pedagogical science, docent, Galina Semenovna Afonina, the senior teacher, Marat Rinatovich Shakirov, the teacher, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow

Abstract

The problem of the formation of competencies of the health-saving block of disciplines in the curricula in the higher education system of the Russian Federation plays an important role in the predictive development of competitive, healthy and full-fledged professional personnel. The purpose of the study was to evaluate the course dynamics of the physical fitness of students-psychologists in the framework of their mastering the universal competencies of the health-saving block of disciplines of the curricula and the dynamics of their satisfaction with the process of this assimilation. Methodology and organization of the study. The study involved 187 students of 7 psychological specialties and areas of training, who for 2 years (4 semesters) were trained in the discipline "Basic physical culture", and at the end of each semester passed control tests according to control standards, distributed according to 4 blocks: athletics, power, volleyball and basketball. Results of the study and their discussion. As a result of the study, the greatest exchange rate dynamics of changes in the parameters of the standards of the volleyball and power blocks was found, while in the basketball block it was multidirectional, and even negative in the track and field block. According to satisfaction with the process of mastering the work programs of the discipline "Basic physical culture", a clear positive group dynamics was revealed. Conclusions. Reliable conclusions were drawn that the

development of the competencies of the health-saving block of curricula has a positive trend, and their levels of development in the aggregate tend to increase in most parameters.

Keywords: students, physical fitness, competencies, physical culture and sports activities, reflection index, inclusion, physical culture, psychologists

ВВЕДЕНИЕ

На данном этапе развития системы высшего образования в Российской Федерации существует потребность в формировании здорового и конкурентоспособного трудового резерва, профессиональных кадров различных направлений подготовки и специализаций [4] на основе компетентного подхода к обучению. Большое количество ученых занимаются построением системы оценивания результативности реализации различных параметров развития уровней универсальных компетенций здоровьесберегающего блока дисциплин основных образовательных планов [5, 6, 9], возможностью применения в такой системе возможностей комплекса ГТО [2, 10], морфофункциональных показателей [1] и традиционных методик общефизической подготовки [7]. В Московском государственном психолого-педагогическом университете существует и функционирует своя, вариативная система оценки результирующего освоения студентами универсальных компетенций [11]. Исходя из этого, целью нашего исследования стало оценивание курсовой динамики физической подготовленности студентов-психологов в рамках освоения ими универсальных компетенций здоровьесберегающего блока дисциплин учебных планов и динамики их удовлетворенности процессом данного усвоения.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на спортивной базе Московского государственного психолого-педагогического университета в течение 2-х лет (4 семестра) академических занятий по практической дисциплине «Базовая физическая культура». В исследовании приняли участие семи академических групп студентов различных психологических специальностей и направлений подготовки (Экстремальная психология, Консультативная и клиническая психология, Психология образования, Клиническая и специальная психология, Социальная психология, Экспериментальная психология, Юридическая психология) в общем количестве 187 студентов. Гендерная принадлежность студентов в силу специфики контингента обучающихся была феминной. Студентки занимались практической дисциплиной «Базовая физическая культура» с 1-го по 2-й курс в течение 4-х семестров в соответствии с академическим расписанием и в конце каждого семестра проходили рубежные контрольные тестирования в виде контрольных нормативов, предусмотренные рабочими программами [11]. Контрольные нормативы состояли из 4-х блоков: легкоатлетические нормативы, силовые нормативы, волейбольные нормативы и баскетбольные нормативы. Каждый из блоков состоял из 3-х нормативов: легкоатлетический блок (бег 1 км, бег 60 м, прыжок в длину); силовой блок (пресс 1 мин, «Пистолетик», Уголок 90°); волейбольный блок (передача на месте, прием на месте, 5 подач); баскетбольный блок (меткий бросок, атака кольца, ведение мяча 300 м). Наряду с прохождением рубежных контрольных тестирований, студентки, в течение всего семестрового курса обучения, на каждой паре оставляли анонимные отзывы о занятиях по методике «Светофор», на основе которых вычислялся Индекс рефлексии (ИР) по авторской методике [3]. Полученные данные контрольных нормативов подвергались математической обработке ($\bar{X} \pm \sigma$, Me, \bar{X}_d) в программном комплексе Excel Microsoft.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Курсовая динамика освоения студентками-психологами академических компетенций здоровьесберегающего блока дисциплин учебных планов различных психологических специальностей и направлений подготовки в виде контрольных нормативов по каждому из блоков представлены в таблицах 1–4, а курсовая динамика группового Индекса рефлексии

(ИР) – на рисунке.

Таблица 1 – Курсовая динамика физической подготовленности студентов по легкоатлетическому блоку нормативов

Л/а нормативы		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	$\bar{X}\Delta$
Бег 1км (мин)	$\bar{X}\pm\sigma$	5,4±0,7	5,6±0,7	5,6±0,8	5,6±0,7	-4%
	Me	5,2	5,4	5,4	5,6	
Бег 60м (сек)	$\bar{X}\pm\sigma$	10,9±1,3	11±1,2	11,1±1,1	11,3±1	-4%
	Me	10,6	10,9	11	11,8	
Прыжок в длину (см)	$\bar{X}\pm\sigma$	172,7±11,6	175,8±12	172±9,4	170±8,9	-2%
	Me	175	173,5	172	172,5	

Согласно таблице 1, в блоке легкоатлетических нормативов, наблюдается отрицательная курсовая динамика физической подготовленности студентов по всем 3-м представленным контрольным нормативам. Например, по нормативу «Бег 1 км (мин)» увеличилось время пробегания дистанции на 4% ($\bar{X}\Delta$) со значений первого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=5,4\pm0,7$) до значений четвертого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=5,6\pm0,7$). К сожалению, снижение наблюдалось уже со второго семестра ($\bar{X}\pm\sigma=5,6\pm0,7$), а в третьем стабилизировалось ($\bar{X}\pm\sigma=5,4\pm0,8$). Лучше всего динамика видна по медианным значениям: Me=5,2; Me=5,4; Me=5,4 и Me=5,6 в соответствии по семестрам.

Аналогичное 4% ($\bar{X}\Delta$) снижение наблюдается и в значениях контрольного норматива «Бег 60м (сек)» – в первом семестре ($\bar{X}\pm\sigma=10,9\pm1,3$) и в четвертом семестре ($\bar{X}\pm\sigma=11,3\pm1$), с таким же падением значений еще во втором семестре ($\bar{X}\pm\sigma=11\pm1,2$) и в третьем семестре ($\bar{X}\pm\sigma=11,1\pm1,1$). В данном нормативе не наблюдалась стабилизации по медианным значениям – они ухудшались постепенно, но перманентно: Me=10,6; Me=10,9; Me=11 и Me=11,8 в соответствии по семестрам.

Меньшую долю снижения результатов в 2% ($\bar{X}\Delta$) показал легкоатлетический норматив «Прыжок в длину (см)» от значений первого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=172,7\pm11,6$) к значениям четвертого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=170\pm8,9$). Причем во втором и третьем семестрах обнаружилась разнонаправленная динамика – во втором значения повысились ($\bar{X}\pm\sigma=175,8\pm12$), а в третьем уменьшились ($\bar{X}\pm\sigma=172\pm9,4$). Однако если смотреть групповые медианные показатели, данного всплеска значений не наблюдается – снижение значений равномерное с малым ростом в четвертом семестре: Me=175; Me=173,5; Me=172 и Me=172,5 в соответствии по семестрам.

Предварительным выводом может быть достоверное снижение значений результатов легкоатлетического блока контрольных нормативов, причиной которого может быть в наличии некоторых психологических причин отсутствия мотивации к легкоатлетическим видам ввиду осознаваемой сниженной физической подготовленности [8].

Таблица 2 – Курсовая динамика физической подготовленности студентов по силовому блоку нормативов.

Силовые нормативы		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	$\bar{X}\Delta$
Пресс (1мин)	$\bar{X}\pm\sigma$	38,6±11,2	41,1±7,3	41,3±5,7	41,3±4,2	+7%
	Me	37,5	39	41	40	
«Пистолетик» (п/л)	$\bar{X}\pm\sigma$	10,1±2,1	9,6±1,5	10,4±1,2	10,8±1	+6%
	Me	10,5	9,8	10	10,8	
Уголок 90° (раз)	$\bar{X}\pm\sigma$	20,4±2,5	21,8±2,2	21,4±2,2	22,5±3	+9%
	Me	20	22	21	23,5	

Согласно таблице 2, в блоке силовых нормативов, наблюдается небольшая положительная курсовая динамика физической подготовленности студентов от семестра к семестру по всем 3-м нормативам. Например, наибольший процент положительного сдвига зафиксирован в силовом нормативе на нижние отделы брюшного пресса – «Уголок 90° (раз)» – на 9% ($\bar{X}\Delta$) со значений первого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=20,4\pm2,5$) до значений четвертого

семестра ($\bar{X} \pm \sigma = 22,5 \pm 3$), причем значения второго и третьего семестров имеют синусоидальную динамику – от ($\bar{X} \pm \sigma = 21,8 \pm 2,2$) до ($\bar{X} \pm \sigma = 21,4 \pm 2,2$) соответственно. Эта динамика подтверждается и медианными семестровыми значениями: $Me=20$; $Me=22$; $Me=21$ и $Me=23,5$ в соответствии по семестрам.

Меньший уровень положительной курсовой динамики физической подготовленности студенток в силовом блоке нормативов в виде 7% ($\bar{X}\Delta$) обнаружилось в нормативе «Пресс (1мин)» – в первом семестре значения были ($\bar{X} \pm \sigma = 38,6 \pm 11,2$), а в четвертом ($\bar{X} \pm \sigma = 41,3 \pm 4,2$), причем рост и стабилизация значений результатов сдачи нормативом обнаружилась еще со второго семестра ($\bar{X} \pm \sigma = 41,1 \pm 7,3$), а в третьем подтвердилась ($\bar{X} \pm \sigma = 41,3 \pm 5,7$). Положительный и равномерный рост динамики значений данного норматива подтверждается и медианными ежесеместровыми значениями, хоть и немного снижается к четвертому семестру: $Me=37,5$; $Me=39$; $Me=41$ и $Me=40$ в соответствии по семестрам.

Самый незначительный рост значений результативности курсовой динамики в 6% ($\bar{X}\Delta$) в силовом блоке показал норматив «Пистолетик (п/л)» – от усредненных значений по правой и левой ноге ($\bar{X} \pm \sigma = 10,1 \pm 2,1$) в первом семестре до усредненных значений ($\bar{X} \pm \sigma = 10,8 \pm 1$) в четвертом семестре. При этом динамика значений второго и третьего семестра оказалась синусоидальной – от ($\bar{X} \pm \sigma = 9,6 \pm 1,5$) до ($\bar{X} \pm \sigma = 10,4 \pm 1,2$) соответственно. Такая же синусоидальность динамики наблюдается и в медианных значениях курсовой динамики: $Me=10,5$; $Me=9,8$; $Me=10$ и $Me=10,8$ в соответствии по семестрам.

Предварительным выводом по значениям курсовой динамики силового блока контрольных нормативов может быть возможное стремление студенток к уделению большего внимания функциональному состоянию мышц брюшного пресса, как в плане улучшения физического качества «Сила», так и улучшению эстетической составляющей собственного тела.

Таблица 3 – Курсовая динамика физической подготовленности студентов по волейбольному блоку нормативов

Волейбольные нормативы		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	$\bar{X}\Delta$
Передача на месте (раз)	$\bar{X} \pm \sigma$	19,9±4,7	20,4±3,8	25±4,1	27±2,1	+26%
	Me	20	20,5	25	27	
Прием на месте (раз)	$\bar{X} \pm \sigma$	16,8±5,8	19,5±3	21,6±3,9	23,2±4,4	+28%
	Me	15,5	19,5	21	21	
Подача (из 5 раз)	$\bar{X} \pm \sigma$	3,1±1,2	2,8±0,8	3±0,7	3,2±0,9	+3%
	Me	3	3	3	3	

Наибольшую положительную курсовую динамику в физической подготовленности студенток, согласно таблице 3, мы выявили в волейбольном блоке нормативов. Самый большой прирост значений 28% ($\bar{X}\Delta$) был в контрольном нормативе «Прием на месте (раз)» – от значений первого семестра ($\bar{X} \pm \sigma = 16,8 \pm 5,8$) до значений четвертого семестра ($\bar{X} \pm \sigma = 23,2 \pm 4,4$), причем динамика положительная наблюдалась так же во втором ($\bar{X} \pm \sigma = 19,5 \pm 3$) и третьем ($\bar{X} \pm \sigma = 21,6 \pm 3,9$) семестрах. Эта положительность динамики так же подтверждается и медианными значениями: $Me=15,5$; $Me=19,5$; $Me=21$ и $Me=21$ в соответствии по семестрам.

Меньший, хоть и ненамного – 26% ($\bar{X}\Delta$), прирост значений курсовой динамики волейбольного блока нормативов обнаружился в нормативе «Передача на месте (раз)» – от значений первого семестра ($\bar{X} \pm \sigma = 19,9 \pm 4,7$) до значений четвертого семестра ($\bar{X} \pm \sigma = 27 \pm 2,1$), причем динамика резко ускорилась с третьего семестра ($\bar{X} \pm \sigma = 25 \pm 4,1$), а во втором семестре была хоть и положительна к первому семестру ($\bar{X} \pm \sigma = 20,4 \pm 3,8$), но незначительно. Такой резкий подскок положительной динамики в третьем семестре подтверждается и в медианных значениях показателей: $Me=20$; $Me=20,5$; $Me=25$ и $Me=27$ в соответствии по семестрам.

Самый маленький положительный сдвиг значений волейбольного блока контрольных нормативов в 3% ($\bar{X}\Delta$) зафиксирован в нормативе «Подача (из 5 раз)» – от значений первого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=3,1\pm 1,2$) до значений четвертого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=3,2\pm 0,9$), причем динамика второго и третьего семестров синусоидальна – во втором семестре значения снизились ($\bar{X}\pm\sigma=2,8\pm 0,8$), а в третьем увеличились ($\bar{X}\pm\sigma=3\pm 0,7$), но не достигли даже значений первого семестра. В данном контексте синусоидальной динамики усредненных семестровых значений любопытно полное отсутствие какой-либо динамики в медианных значениях результатов сдачи студентками норматива – все семестры $Me=3$.

Предварительно можно сделать вывод об увеличении у студенток психолого-педагогического университета интереса к игровому виду спорта – волейболу, возможно вызванное причинами личностного характера [6].

Таблица 4 – Курсовая динамика физической подготовленности студентов по баскетбольному блоку нормативов

Баскетбольные нормативы	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	$\bar{X}\Delta$	
Меткий бросок (из 5 раз)	$\bar{X}\pm\sigma$	3±0,7	2,8±0,6	2,7±0,7	2,7±0,5	-11%
	Me	3	3	3	3	
Атака кольца (из 5 раз)	$\bar{X}\pm\sigma$	2,2±0,8	2,3±1,3	2,6±0,7	2,9±1	+24%
	Me	2	2	2,5	3	
Ведение мяча 300 м (ошибки)	$\bar{X}\pm\sigma$	2,1±1,3	2,3±1,3	2,1±1,1	1,6±0,7	-31%
	Me	2	2	2	1,5	

Согласно таблице 4, баскетбольный блок контрольных нормативов курсовой динамики физической подготовленности студенток показал достаточно резкую разнонаправленную динамику своих значений. Например, положительная, даже резко положительная динамика в 24% ($\bar{X}\Delta$), была выявлена в нормативе «Атака кольца (из 5 раз)» – от значений первого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=2,2\pm 0,8$) до значений четвертого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=2,9\pm 1$), а во втором и третьем семестре значения повышались постепенно – ($\bar{X}\pm\sigma=2,3\pm 1,3$) и ($\bar{X}\pm\sigma=2,6\pm 0,7$) соответственно. При всем этом медианные значения выявили рост значений только в третьем и четвертом семестрах ($Me=2,5$ и $Me=3$), тогда как в первом и втором семестрах значения не менялись ($Me=2$ в обоих семестрах).

Резкое падение значений сдачи контрольных нормативов обнаружилось в таком баскетбольном нормативе, как «Ведение мяча 300 м (ошибки)», и составило 31% ($\bar{X}\Delta$), однако стоит обратить внимание на то, что данное падение значений является положительным по сути, так как фактически наблюдается снижение количества ошибок при выполнении студентками данного норматива. Так, в первом семестре студентки в среднем делали ($\bar{X}\pm\sigma=2,1\pm 1,3$) ошибки, то уже в четвертом семестре только ($\bar{X}\pm\sigma=1,6\pm 0,7$) ошибок, при этом, увеличение количества ошибок фиксировалось во втором семестре ($\bar{X}\pm\sigma=2,3\pm 1,3$), снизившись к значениям первого семестра в третьем семестре ($\bar{X}\pm\sigma=2,1\pm 1,1$). Медианные значения результатов данного контрольного норматива показали отсутствие динамики на протяжении трех семестров удерживаясь в значении $Me=2$, и только в четвертом семестре снизившись до значения $Me=1,5$.

Достоверное ухудшение значений курсовой динамики волейбольного блока нормативов – 11% ($\bar{X}\Delta$) – было зафиксировано в таком нормативе, как «Меткий бросок (из 5 раз)», – от значений первого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=3\pm 0,7$) до значений четвертого семестра ($\bar{X}\pm\sigma=2,7\pm 0,5$), а динамика второго и третьего семестров так же понижательная – от ($\bar{X}\pm\sigma=2,8\pm 0,6$) до ($\bar{X}\pm\sigma=2,7\pm 0,7$) соответственно. Тем не менее, медианные значения на протяжении всех четырех семестров неизменна – $Me=3$. Предварительный вывод по курсовой динамике физической подготовленности студенток в баскетбольном блоке нормативов незначительно разнонаправлена с тенденцией к повышению показателей по некоторым нормативам.

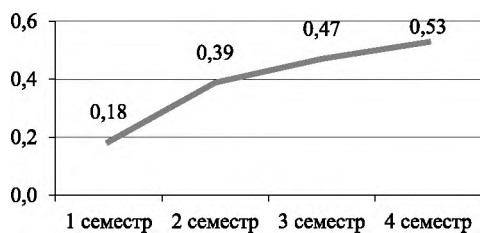


Рисунок – Динамика индекса рефлексии (ИР) у студентов-психологов

Согласно рисунку, курсовая динамика группового Индекса рефлексии (ИР) на протяжении студентками практической дисциплины здоровьесберегающего блока обучения и освоения ими закрепленных в нем компетенций развивается от семестра к семестру в достоверно в положительном направлении, причем наибольший рост отмечается во втором семестре (ИР=0,39) относительно первого семестра (ИР=0,18), тогда как в третьем и четвертом семестрах рост замедляется (ИР=0,47 и ИР=0,53 соответственно).

ВЫВОДЫ

Таким образом, опираясь на результаты проведенного мониторинга курсовой динамики физической подготовленности студентов-психологов по освоению ими универсальных компетенций по здоровьесберегающему блоку дисциплин, можно сделать выводы, что:

1. Удовлетворенность студентов преподаванием им практической дисциплины «Базовая физическая культура», согласно значениям Индекса рефлексии, имеет положительную динамику с самого начала данного преподавания
2. Наибольшую курсовую положительную динамику значений показателей контрольных нормативов студенты-психологи выявили в волейбольном блоке контрольных нормативов, что можно объяснить низким уровнем развития данного вида спорта у студентов на начальном этапе обучения
3. Наибольшую курсовую отрицательную динамику значений показателей контрольных нормативов студенты-психологи выявили в легкоатлетическом блоке контрольных нормативов, что можно объяснить некоторыми причинами сниженной мотивации к занятиям длительного, монотонного, циклического характера
4. У студенток психолого-педагогического университета присутствует достоверно положительное стремление к улучшению функциональных возможностей мышц брюшного пресса, как в плане улучшения физического качества «Сила», так и в улучшении эстетической составляющей собственного тела
5. Баскетбольный блок контрольных нормативов, в связи с обнаруженной в ходе проведения исследования разнонаправленной курсовой динамики, по всей видимости либо не пользуется достоверной популярностью среди студенток психолого-педагогического университета, либо физическая подготовленность у них по контрольным нормативам этого блока в достаточной мере сформирована.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аксенова А.Н. Сравнительный анализ показателей морфофункционального состояния студенток в зависимости от выбранной профессии / А.Н. Аксенова, М. А. Токмашева, Е. В. Соловьева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 4(206). – С. 3–7.
2. Актуализация нормативов физической подготовленности обучающихся в соответствии с требованиями комплекса ГТО / С.П. Аршинник, В.В. Лысенко, Н.А. Амбарцумян [и др.] // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – № 2. – С. 9–16.
3. Болдов А.С. Методика определения уровня рефлексии на занятиях физической культурой и спортом / А.С. Болдов, В.Ю. Карпов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 9(199). – С. 23–26.
4. Болдов А. С. Возможности применения системы key performance indicators в педагогической деятельности кафедр физической культуры и спорта вузов / А.С. Болдов // Наука и спорт: современные тенденции. – 2021. – Т. 9, № 2. – С. 40–47.
5. Болдов А. С. Конструкты организационной психологии и бизнес-процессов в физкультурно-спортивной деятельности студентов вуза по формированию универсальных компетенций /

А.С. Болдов // Наука и спорт: современные тенденции. – 2022. – Т. 10, № 1. – С. 128–136..

6. Взаимосвязь личностных ресурсов студентов гуманитарного вуза первого года обучения и психологической безопасности образовательной среды вуза / А.В. Романова, Е.С. Куманцова, В.И. Шарагин, А.В. Гусев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 11 (213). – С. 678–684.

7. Динамика общей физической подготовленности студентов-первокурсников при регулярных занятиях физической культурой / В.Ю. Карпов, И.Н. Медведев, В.И. Шарагин, О.А. Разживин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 8 (198). – С. 118–123.

8. Исследование внешних и внутренних психологических причин отсутствия мотивации студентов к занятиям по физической культуре в вузе / А.С. Болдов, А.В. Гусев, К.Б. Илькевич, В.И. Шарагин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 4 (146). – С. 275–281.

9. Карпов В.Ю. Управление воспитанием студентов с использованием средств физической культуры и спорта : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Карпов Владимир Юрьевич. – Самара, 2005. – 427 с.

10. Комплекс ГТО: индивидуализация, доступность, критерии эффективности / В.А. Кудинова, В.Ю. Карпов, А.А. Кудинов, А.В. Корнев // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 5. – С. 59–61.

11. Контрольно-измерительные материалы по физическому воспитанию для студентов МГППУ всех специальностей и форм обучения : учебно-методическое пособие / А.С. Болдов, А.В. Гусев, К.В. Илькевич, Р.А. Корнеев. – Москва : Московский городской психолого-педагогический университет, 2013. – 92 с..

REFERENCES

1. Aksenova, A.N., Tokmasheva, M.A. and Soloviova, E.V. (2022), “Comparative analysis of indicators of morphofunctional state of female students depending on the chosen profession”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 206, No. 4, pp. 3–7.

2. Arshinnik, S.P., Lysenko, V.V., Ambartsumian, N.A., Fadeeva, A.D. and Fadeeva, S.V. (2020), “Actualization of standards of physical preparedness of students in accordance with the requirements of the complex “Ready for labor and defense””, *Physical culture, sport – science and practice*, No.2, pp. 9–16.

3. Boldov, A.S. and Karpov, V.Yu. (2021), “Methodology for determining the level of reflexia at physical education and sport exercises”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol.199, No. 9, pp. 23–27.

4. Boldov, A.S. (2021), “Possibilities of the key performance indicators system in the pedagogical activity of the universities’ departments of physical culture and sport”, *Science and sport: current trends*, Vol. 9, No.2, pp. 40–47.

5. Boldov, A.S. (2022), “Constructs of organizational psychology and business processes in the physical culture and sport activities of university students on the formation of universal competencies”, *Science and sport: current trends*, Vol. 10, No.1, pp. 128–136.

6. Romanova, A.V., Kumantsova, E.S., Sharagin, V.I. and Gusev, A.V. (2022), “Personal resources and psychological safety of the university educational environment correlation at the first-year humanitarian university students”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 213, No.11, pp. 678–684.

7. Karpov, V.Yu., Medvedev, I.N., Sharagin, V.I. and Razjivin, O.A. (2021), “Dynamics of first-grade student’s general physical preparedness during regular physical education classes”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 198, No. 8, pp. 118–123.

8. Boldov, A.S., Gusev, A.V., Ilkevich, K.B. and Sharagin, V.I. (2017), “Research of the external and internal psychological reasons of absence of motivation of students to classes in physical culture in higher education institution”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 146, No. 4, pp. 275–281.

9. Karpov, V.Yu. (2005), *Raising management of students by means of physical culture and sports*, dissertation, Samara.

10. Kudinova, V.A., Karpov, V.Yu., Kudinov, A.A. and Kornev, A.V. (2018), “GTO-complex test: individualization, accessibility and efficiency criteria”, *Theory and practice of physical culture*, No. 5, pp. 20.

11. Boldov, A.S., Gusev, A.V., Ilkevich, K.B. and Korneev, R.A. (2013), *Control and measuring materials on physical education for MSUPE students of all specialties and forms of training*, publishing house MSUPE, Moscow.

Контактная информация: boldovas@gmail.com

Статья поступила в редакцию 25.02.2023