

**Ценностный конфликт здоровья в профессии:
аксиолого-акмеологический анализ
(на примере женщин-преподавателей вузов)**

Миронова Антонина Анатольевна

Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Амосова, Якутск

Аннотация

Цель исследования – оценка двигательной активности женщин-преподавателей вузов, работающих в экстремальных климатогеографических условиях.

Методы и организация исследования. Исследование проводится в два этапа среди женщин-преподавателей предпенсионного возраста из вузов Арктической зоны РФ (г. Якутск). На первом этапе использована анкета Н.К. Байтлесовой, на втором – авторский опросник для выявления аксиологических и акмеологических установок. Обработка данных выполнена методами описательной статистики.

Результаты исследования и выводы. Подтвержден устойчивый ценностный конфликт: здоровье декларируется, но не реализуется в поведении. Для преодоления разрыва требуется формирование аксиолого-акмеологической установки, при которой забота о здоровье становится компонентом профессиональной культуры и условием достижения педагогического акме. Отмечено, что решение обозначенной проблемы требует не только индивидуальных усилий самих педагогов, но и системной государственной поддержки, в частности, разработки и реализации целевых программ, направленных на формирование культуры здоровья среди работников образования, особенно в стратегически важных регионах, таких как Арктическая зона РФ. Создание доступной инфраструктуры, пропаганда ценностей физической культуры как части образа жизни, а также включение здоровьесберегающих компонентов в программы повышения квалификации могли бы стать действенными мерами на уровне государственной политики.

Ключевые слова: здоровье населения, культура здоровья, ценностный конфликт, аксиология, гиподинамия, женщины-преподаватели, ценностное отношение, двигательная активность

Для цитирования: Миронова А. А. Ценностный конфликт здоровья в профессии: аксиолого-акмеологический анализ (на примере женщин-преподавателей вузов). DOI 10.5930/1994-4683-2026-6-136-143 // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2026. № 6 (256). С. 136–143.

**Value conflict of health in the profession: an axiological and
acmeological analysis (using female university faculty as a case study)**

Mironova Antonina Anatolevna

M.K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk

Abstract

The purpose of the study is to assess the motor activity of female university faculty members working in extreme climatic and geographical conditions.

Research methods and organization. was conducted in two stages among female university faculty members of pre-retirement age from universities in the Arctic zone of the Russian Federation (Yakutsk). At the first stage, the questionnaire by N.K. Baytlesova was used; at the second stage, an author-developed questionnaire was used to identify axiological and acmeological attitudes. Data processing was performed using descriptive statistics methods.

Research results and conclusions. A persistent value conflict has been confirmed: health is declared as important, but this value is not realized in actual behavior. Overcoming this gap requires the formation of an axiological-acmeological attitude in which health care becomes a component of professional culture and a condition for achieving pedagogical acme. It is noted that solving this identified problem requires not only individual efforts on the part of the educators themselves, but also systemic state support, in particular, the development and implementation of targeted programs aimed at forming a culture of health among education workers, especially in strategically important regions such as the Arctic zone of the Russian Federation. The creation of accessible infrastructure,

the promotion of the values of physical culture as part of a lifestyle, as well as the inclusion of health-preserving components in professional development programs could serve as effective measures at the level of state policy.

Keywords: population health, health culture, value conflict, axiology, hypodynamia, female faculty members, value attitude, motor activity

For citation: Mironova A. A. (2026), "Value conflict of health in the profession: an axiological and acmeological analysis (using female university faculty as a case study)", *Scientific notes of P.F. Lesgaft university*, No 6 (256), pp. 136–143, DOI 10.5930/1994-4683-2026-6-136-143.

Введение. Стремительный технологический прогресс повлиял на жизненные ценности людей. Благодаря развитию технологий жизнь стала более комфортной, а уровень жизни значительно повысился. В ходе технологического прогресса требовалось всё больше информации, новых идей и улучшений в области передовых технологий. В современном образовательном пространстве разворачивается напряжённое соперничество за подготовку профессионалов, способных соответствовать требованиям технологического прогресса [1].

Проблема сохранения здоровья женщин-преподавателей высшей школы носит ярко выраженный аксиологический характер. Несмотря на осознание здоровья как фундаментальной ценности, на практике оно часто отодвигается на второй план, уступая профессиональному долгу и организационным требованиям. Это приводит к систематической эксплуатации здоровья, его «инструментализации» для достижения карьерных целей и поддержания уровня жизни, что в конечном итоге ставит под угрозу профессиональное долголетие педагогов и качество образовательного процесса [2].

Ценностный конфликт: исследование среди преподавателей университета показало, что они в основном рассматривают здоровье как внешнюю (имиджевую) ценность. Внутренняя мотивация к его укреплению часто просыпается только при явном ухудшении состояния. Многие преподаватели воспринимают такие практики, как ненормированный рабочий день, неполноценное питание и отказ от отдыха, как вынужденную норму своей профессии [3].

Здоровье, являясь безусловной базовой ценностью человеческого существования, в контексте профессиональной деятельности приобретает характер ключевого условия ее эффективности и устойчивости. Для педагога высшей школы, чья профессия сопряжена с интеллектуальными и эмоциональными сверхнагрузками, проблема сохранения психофизиологического благополучия перерастает из личной в стратегически важный фактор качества образовательной системы. Однако между декларацией здоровья как ценности и реальными практиками заботы о нем зачастую существует выраженный разрыв. Этот разрыв имеет глубокие аксиологические корни [4]. Несмотря на то, что в различных концепциях (М. Рокич, Ш. Шварц) здоровье занимает важное место как терминальная ценность или сквозной ресурс, в реальных поведенческих практиках оно часто отодвигается на второй план [5]. Чтобы выйти из этого противоречия, недостаточно просто рассказывать о пользе здоровья. Нужно более глубокое изменение взглядов: человек должен начать воспринимать здоровье не как что-то второстепенное, а как главную и безусловную основу своей профессиональной жизни, без которой невозможно долго работать на высоком уровне [6].

Российская Федерация лидирует среди стран ОЭСР по доле женщин в профессорско-преподавательском составе вузов (53%). Анализ гендерного состава педагогических работников в России демонстрирует их значительное доминирование на всех уровнях образования, что позволяет утверждать, что именно женщины-преподаватели несут основную нагрузку в российском образовании [7]. Эта проблема становится по-настоящему массовой: исследования показывают, что

от 55% до 75% российских педагогов испытывают симптомы профессионального выгорания. А это уже серьезно угрожает их здоровью и мешает им достигать вершин в своей профессии [8].

Таким образом, их профессиональное здоровье становится вопросом системной устойчивости. Следует особо отметить, что женщины-преподаватели предпенсионного возраста зачастую составляют костяк профессорско-преподавательского состава вуза, обладая значительным профессиональным опытом и неся основную педагогическую нагрузку. Однако, согласно данным исследований, именно эта категория оказывается наиболее уязвимой. Возрастные изменения, накладываясь на высокую ответственность и рутинную, гиподинамичную работу, повышают риски профессионального выгорания и неинфекционных заболеваний [9]. Для них критически важным становится пересмотр ценностного отношения к здоровью как к ресурсу. В этой связи внимание данного исследования сосредоточено на профессиональной деятельности и здоровьесберегающих практиках женщин-преподавателей вузов. В качестве рабочей гипотезы предлагается аксиолого-акмеологическая модель здоровья педагога, в которой здоровье трактуется как:

1. Самоценное основание личности (аксиологический аспект), обеспечивающее внутреннюю мотивацию;

2. Фундамент и катализатор профессионального акме (акмеологический аспект), то есть базовое условие для достижения и поддержания вершин педагогического мастерства и долголетия.

Для проверки данной гипотезы был проведен теоретический анализ проблемы с позиций аксиологического и акмеологического подходов, а также организовано эмпирическое исследование в два этапа. Анализ выявленных взаимосвязей позволил разработать научно обоснованные рекомендации, направленные на формирование ценности профессионального здоровья в данной профессиональной группе.

Целью исследования явилась оценка двигательной активности женщин-преподавателей вузов, работающих в условиях Республики Саха (Якутия) – региона, входящего в Арктическую зону Российской Федерации и характеризующегося экстремальными климатогеографическими особенностями.

Задачи исследования:

1. Оценить уровень и характер двигательной активности женщин-преподавателей вузов.

2. Проанализировать влияние основных факторов профессиональной деятельности на объем и структуру двигательной активности женщин-преподавателей.

3. Выявить специфику влияния неблагоприятных природно-климатических условий на двигательную активность и субъективную оценку здоровья женщин-преподавателей.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось в два этапа с ноября по декабрь 2024 года. На первом этапе было проведено анкетирование 80 женщин-преподавателей из трех вузов Арктической зоны РФ: Северо-Восточного федерального университета им. М. К. Аммосова (СВФУ), Арктического государственного института культуры и искусств (АГИКИ) и Чурапчинского государственного института физической культуры и спорта. Средний возраст респондентов составил $52,3 \pm 6,6$ лет. Анкетирование проводилось в онлайн-формате с использованием платформы Google Forms. В качестве инструмента использовалась анкета Н.К. Байтлесовой [10], модифицированная с учётом профессиональной

специфики и региональных условий. Анкета из 20 вопросов была направлена на оценку характера и уровня двигательной активности [11].

На втором этапе (декабрь 2024 года) для углубленной верификации теоретической модели «ценностно-деятельностного разрыва» и оценки аксиолого-акмеологических барьеров был разработан и апробирован оригинальный опросник «Аксиологические основания отношения к здоровью и физической активности». Полный текст опросника представлен в Приложении 2. Данный опросник, содержащий 8 вопросов, был направлен на выявление: 1) субъективной значимости здоровья; 2) ценностного смысла занятий; 3) спортивной идентичности; 4) приоритетов в распределении времени; 5) ключевых препятствий; 6) общего отношения к необходимости активности; 7) условий для её начала; 8) представлений о формировании привычки.

Опросник был предложен респондентам первого этапа, получено 30 заполненных анкет. Обработка результатов проводилась в несколько стадий: первичный сбор и проверка корректности данных; количественный и качественный анализ ответов; интерпретация результатов в контексте поставленных исследовательских задач. Для анализа структуры ценностных установок и барьеров применялся контент-анализ ответов на открытые вопросы оригинального опросника.

Результаты исследования. В исследовании приняли участие 80 женщин-преподавателей из трёх вузов Республики Саха (Якутия): СВФУ (n=24), АГИКИ (n=4) и Чурапчинского ГИФКиС (n=7). Остальные 45 респондентов представляли иные подразделения СВФУ. Большинство респондентов занимают должности доцентов (45 чел., 56,3%) и преподавателей/старших преподавателей (23 чел., 28,7%). Средний возраст выборки – $52,3 \pm 6,6$ лет. Подавляющее большинство обладает значительным профессиональным стажем: 60% (48 чел.) работают в вузе более 20 лет, а 33,75% (27 чел.) – более 25 лет. Для 41,25% (33 чел.) рабочая неделя составляет 32-40 часов, при этом характер труда преимущественно гиподинамичен: 75% (54 чел.) отметили «работу с документами» как один из основных видов деятельности.

Уровень и характер повседневной двигательной активности. Общая картина двигательной активности характеризуется как недостаточная. Более 60% респондентов (49 чел.) двигаются (с учётом бытовой активности) менее 2-х часов в день, при этом 21,25% (17 чел.) – менее 1 часа в день. Несмотря на близость места работы для части выборки (50% живут в пределах 3 км), пешие прогулки на работу являются системной практикой лишь для 26,25% (21 чел.). Для 45% (36 чел.) основным способом передвижения является транспорт.

Структурированные занятия физической культурой и спортом. Только 28,75% (23 чел.) респондентов сообщили, что целенаправленно занимаются физическими упражнениями. Ещё 33,75% (27 чел.) делают это эпизодически, а 30% (24 чел.) не занимаются вовсе. Из тех, кто занимается, практика носит в основном самостоятельный характер (50,7%) и не отличается регулярностью: лишь 12,7% (10 чел.) занимаются 3 раза в неделю, что соответствует минимальным рекомендациям ВОЗ. В структуре предпочтений доминируют оздоровительно-релаксационные виды активности: йога (45,8% желающих), плавание (36,1%), танцы (36,1%). При этом спортивный опыт в детстве и юности имеется у 68,75% (55 чел.), что указывает на знакомство с культурой физического развития, не трансформировавшуюся, однако, в устойчивую взрослую привычку.

Субъективная оценка активности и образа жизни. Большинство респондентов (77,5%, 62 чел.) осознают недостаточность своей двигательной активности. Это осознание, однако, не компенсируется реальными поведенческими изменениями,

что подтверждается низкими показателями регулярных занятий. Предпочитаемый тип отдыха – смешанный (71,25%), что косвенно указывает на запрос на активность, интегрированную в повседневность, а не на её полное отрицание. Полученные данные формируют классический портрет профессиональной группы высокого риска развития гиподинамии: женщины-педагоги предпенсионного возраста с высокой академической нагрузкой, гиподинамичным характером труда и объективно низким уровнем структурированной двигательной активности. Критичным является противоречие между осознанием проблемы (77,5% оценивают свою активность как недостаточную) и отсутствием регулярных практик. Объяснение этому поведению дал второй этап исследования, направленный на анализ аксиолого-акмеологических установок респондентов.

Второй этап исследования был направлен на выявление ценностно-смысловых детерминант двигательной активности. Результаты, полученные на выборке N=30, представлены ниже. Ценностный статус здоровья и смысловая интерпретация физической активности. Почти все опрошенные (29 из 30, или 96,7%) назвали здоровье лично для себя «крайне важной» ценностью. Но когда мы спросили, что для них значит регулярно заниматься физкультурой, выяснилось: большинство видят в этом не самоценное занятие, а скорее вынужденную меру. Многие воспринимают физическую активность как способ сбросить вес (26,7%), как обязанность (23,3%) или даже наказание (6,7%). Лишь для 26,7% опрошенных занятия сами по себе приносят радость и энергию.

Спортивная идентичность и конкурирующие приоритеты. Респондентов попросили закончить фразу «Я – человек, который занимается...». Только 23,3% написали о физкультуре или спорте. Чаще всего люди называют отдых, хобби (40%) или семью, детей (30%). Это значит, что роль «активного человека» не входит в их образ себя: она уступает место ролям преподавателя, матери, хозяйки. А когда времени в обрез, человек действует исходя из того, кем он себя в первую очередь чувствует. Если главное для меня – работа и семья, то время уходит на них, а спорт откладывается.

Барьеры и отношение к ним. Среди препятствий для занятий люди называют и внешние причины (нехватка времени – 33,3%), и внутренние (не хватает силы воли или мотивации – тоже 33,3%). При этом 40% ждут, что когда-то появится «больше свободного времени», и тогда они начнут заниматься. То есть они пассивно надеются, что условия изменятся сами собой. Лишь немногие говорят, что для старта им нужен удобный зал или приятный вид активности.

Как формируется привычка? В ответах на открытый вопрос о том, что помогает сделать занятия регулярными, люди чаще ссылаются на внешние вещи: поддержка в семье, тренер, наличие условий. Собственную волю и дисциплину упоминают реже. Несколько человек описали удачный путь: сначала пришло понимание важности, потом подключилась сила воли, а затем выработалась привычка. Но такой путь пока не стал основным для большинства.

Соединив данные двух анкет, мы видим не просто факт малоподвижного образа жизни, а то, как он воспроизводится из-за внутренних установок. Первая анкета показала противоречие: 77,5% опрошенных понимают, что двигаются мало, но системно занимаются только 28,75%. Вторая анкета объясняет почему. Здоровье вроде бы важная ценность, но на деле оно воспринимается как инструмент: чтобы похудеть, потому что «надо», или как что-то тягостное. Такое отношение не даёт положительной мотивации, и при любой рабочей загрузке забота о себе откладывается.

Кроме того, профессиональный портрет из первой анкеты рисует группу с большой занятостью (60% имеют стаж больше 20 лет, 41,25% работают до 40 часов в неделю, 75% подолгу сидят с документами). В таких условиях время становится жёстким ограничителем. Но дело не только во времени. Если человек не считает себя «активным человеком» (а наши данные показывают, что спортивная идентичность выражена слабо), то он даже свободное время скорее потратит на привычные семейные или профессиональные дела, а физкультура останется в мечтах. Так возникает замкнутый круг. С одной стороны, установка: «заниматься нужно, но для этого нужно специальное время и условия». С другой – реальность: профессиональная нагрузка не оставляет такого специального времени. В итоге человек откладывает занятия, испытывает чувство вины, а это лишь укрепляет исходную установку. Внешние обстоятельства (нехватка времени) начинают служить оправданием, и человек перестаёт искать способы встроить активность в свою обычную жизнь.

Результаты исследования. В итоге человек начинает оправдывать себя: раз времени нет, значит, и пытаться не стоит. Так он перестаёт искать способы встроить активность в свою жизнь.

Если обобщить, то «ценностно-деятельностный разрыв» – это не просто лень или нехватка времени, а закономерный результат того, что три важные вещи не согласованы между собой:

- Аксиологический уровень: здоровье — абстрактная терминальная ценность, а не конкретная процессуальная.
- Идентификационный уровень: отсутствие «спортивного Я» в структуре ключевых социальных ролей.
- Поведенческий уровень: доминирование реактивной, а не проактивной стратегии, зависимость от внешних условий.

Следовательно, рекомендации, направленные лишь на информирование о пользе спорта или создание инфраструктуры, будут иметь ограниченный эффект, так как не затрагивают корневую причину – инструментальный статус здоровья и несформированность соответствующей личностной позиции. Необходимы интервенции на аксиолого-акмеологическом уровне, направленные на:

- трансформацию смысла активности: от «обязанности и средства» к «источнику энергии и удовольствия»;
- формирование новой идентичности – «Я – человек, заботящийся о своём ресурсе», интегрированной в профессиональную Я-концепцию;
- выработку навыков проактивного планирования, позволяющих встраивать активность в существующую профессиональную рутину, а не ждать идеальных условий.

Этот вывод обосновывает необходимость перехода от парадигмы здоровьесбережения (как адаптации к нагрузкам) к парадигме сознательного построения профессионального здоровья как фундамента для достижения акме и профессионального долголетия.

Выводы. Проведенное исследование позволило не только зафиксировать низкий уровень двигательной активности женщин-преподавателей вузов предпенсионного возраста, но и, что наиболее важно, вскрыть его глубинные, ценностно-смысловые причины. Полученные данные убедительно подтверждают наличие устойчивого ценностного конфликта: при декларации здоровья как терминальной ценности подавляющим большинством респондентов (96,7%), на практике оно систематически приносится в жертву профессиональным и семейным обязанностям.

Ключевыми механизмами, обуславливающими этот разрыв, выступают инструментальное восприятие здоровья (как средства, обязанности, а не самооценности) и несформированность устойчивой «спортивной идентичности», которая вытесняется из ядра Я-концепции более значимыми социальными ролями (преподавателя, матери, хозяйки). Выявленная пассивная стратегия преодоления барьеров, выражающаяся в ожидании идеальных внешних условий, лишь усугубляет ситуацию, замыкая порочный круг.

В этой связи становится очевидным, что традиционные меры информирования о пользе здорового образа жизни или простое улучшение инфраструктуры будут малоэффективны. Необходим переход к целенаправленной трансформации на аксиолого-акмеологическом уровне. Преодоление выявленного противоречия лежит в плоскости формирования новой профессионально-личностной установки, в рамках которой забота о здоровье перестаёт быть «обязанностью» и становится неотъемлемым компонентом профессиональной культуры – осознанным ресурсом и фундаментальным условием для достижения вершин педагогического мастерства (акме) и сохранения профессионального долголетия.

Результаты исследования дают основание полагать, что решение обозначенной проблемы требует не только индивидуальных усилий самих педагогов, но и системной государственной поддержки. Речь идёт о разработке и реализации целевых программ, направленных на формирование культуры здоровья среди работников образования, особенно в стратегически важных регионах, таких как Арктическая зона РФ. Создание доступной инфраструктуры, пропаганда ценностей физической культуры как части образа жизни, а не спорта достижений, а также включение здоровьесберегающих компонентов в программы повышения квалификации могли бы стать действенными мерами на уровне государственной политики.

Список литературы

- 1 Хисматулина Н. В., Пугачева С. А., Малкова Т. В. Проектирование современного учебника по иностранному языку в контексте мобильного обучения. DOI 10.52575/2712-7451-2023-42-1-105-113 // Вопросы журналистики, педагогики, языкознания. 2023. Т. 42, № 1. С. 105–113. EDN: FMLOCU.
- 2 Артемьева Л. Б., Зайцев З. В. Аксиология и здоровый образ жизни в философии здоровья // Символ науки. 2016. № 6-2 (18). С. 140–142. EDN: WDFVPX.
- 3 Нигреева И. Г., Шибалко Л. В. Здоровье – профессиональное качество современной женщины-преподавателя // Роль женщины в развитии современной науки и образования : сб. материалов Междунар. науч.-практ. конф. (Минск, 17–18 мая 2016 г.) / под ред. И. В. Казаковой, А. В. Бутиной, И. В. Олюниной. Минск : БГУ, 2016. С. 575–579.
- 4 Ветков Н. Е. Здоровье человека как ценность и его определяющие факторы // Наука-2020. 2016. № 5 (11). С. 126–142. EDN: XCNNXF.
- 5 Морозов А. А. Анализ концепции ценностей Шварца Ш. // Ученые записки Крымского федерального университета имени

References

- 1 Khismatulina N. V., Pugacheva S. A., Malkova T. V. (2023), "Designing a Modern Foreign Language Textbook in the Context of Mobile Learning", *Issues of Journalism, Pedagogy, and Linguistics*, Vol. 42, No. 1, pp. 105–113, DOI 10.52575/2712-7451-2023-42-1-105-113.
- 2 Artemyeva L. B., Zaitsev Z. V. (2016), "Axiology and Healthy Lifestyle in the Philosophy of Health", *Symbol of Science*, No. 6-2 (18), pp. 140–142.
- 3 Nigreeva I. G., Shibalko L. V. (2016), "Health – a professional quality of a modern female teacher", *The Role of Women in the Development of Modern Science and Education, Collection of Materials from the International Scientific and Practical Conference, May 17–18, 2016, Minsk*, pp. 575–579, URL: <http://elib.bsu.by/handle/123456789/195117> (date of access: 09.03.2026).
- 4 Vetkov N. E. (2016), "Human health as a value and its determining factors", *Science-2020*, No. 5 (11), pp. 126–142.
- 5 Morozov A. A. (2024), "Analysis of the concept of values Schwartz S.", *Scientific notes of the Crimean Federal University named after V.I.*

- В.И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. 2024. Т. 10 (76), № 2. С. 3–12. EDN: NQXMKXN.
- 6 Деркач А. А., Кузьмина Н. В. Акмеология: пути достижения вершин профессионализма. Москва : Российская академия управления, 1993. 168 с. EDN: WRTYHH.
- 7 Овсянникова Е. А. Женское лицо российского образования (исторический аспект) // Вестник евразийской науки. 2013. № 3 (16). С. 95. EDN: QZXYR.
- 8 Дружилев С. А. Становление профессионализма человека как реализация индивидуального ресурса профессионального развития. Новокузнецк : Институт повышения квалификации, 2002. 240 с. ISBN 5-7291-0293-3. EDN: RSVOVN.
- 9 Шмойлова Н. А. Ценностное отношение к здоровью как фактор развития личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2024. 24 с. EDN: GAFLPT.
- 10 Байтлесова Н. К. Двигательная активность как фактор повышения работоспособности женщин второго периода зрелого возраста, работающих преподавателями вузов : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Белгород, 2012. 26 с. EDN: QIINAT.
- 11 Миронова А. А. Исследование двигательной активности женщин-преподавателей вузов Арктической зоны РФ. DOI 10.24412/2305-8404-2026-1-33-40 // Известия Тульского гос. университета. Физическая культура. Спорт. 2026. № 1. С. 33–40. EDN: SRHBSF.
- Vernadsky. Sociology. Pedagogy. Psychology. Vol. 10 (76), No. 2, pp. 3–12.
- 6 Derkach A. A., Kuzmina N. V. (1993), “Acmeology: Ways to Achieve the Heights of Professionalism”, Moscow, Russian Academy of Management, 168 p.
- 7 Ovsyannikova E. A. (2013), “The Female Face of Russian Education (Historical Aspect)”, Bulletin of Eurasian Science, No. 3 (16), p. 95.
- 8 Druzhilov S. A. (2002), “The Formation of Human Professionalism as a Realization Individual resource for professional development”, Novokuznetsk, Institute for Advanced Training, 240 p., ISBN 5-7291-0293-3.
- 9 Shmoilova N. A. (2024), “Health Values as a Factor in Personality Development”, abstract of Dissertation for the Degree of Candidate of Psychological Sciences, Moscow, 24 p.
- 10 Baitlesova N. K. (2012), “Physical Activity as a Factor in Improving the Performance of Women in the Second Period of Mature Age Working as University Teachers”, abstract of Diss. ... Cand. Sci. (Ped.), Belgorod, 26 p.
- 11 Mironova A. A. (2026), “Study of Physical Activity of Female University Teachers in the Arctic Zone of the Russian Federation”, Bulletin of Tula State University. Physical Education. Sport, No. 1, pp. 33–40, DOI 10.24412/2305-8404-2026-1-33-40.

Информация об авторе:

Миронова А.А., аспирант Института физической культуры и спорта, SPIN-код: 4976-3312.

Поступила в редакцию 14.04.2026.

Принята к публикации 06.05.2026.