

УРОВЕНЬ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ КАК ОСНОВА ПРОЕКТИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ КАДРОВ ДЛЯ ОТРАСЛИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Р.К. Бикмухаметов¹, А.Р. Бикмуллина², И.Н. Азизова²

¹ ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма», Казань, Россия

² ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Казань, Россия

Для связи с авторами: rkb6045@mail.ru

Аннотация

В данной статье представлены результаты проведенного исследования по состоянию здоровья и уровню физической подготовленности студентов 1-3-го курсов КФУ за 2017-2018 и 2018-2019 учебные годы, а также по вовлеченности в физкультурно-спортивную деятельность через участие в испытаниях (тестах) Всесоюзного физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Сделаны выводы о том, что при тенденции к увеличению числа студентов с отклонениями в состоянии здоровья необходимо целенаправленно готовить специалистов в сфере физической культуры и спорта для работы с таким контингентом, а также организовывать занятия по физическому воспитанию, следуя логике решения задач оздоровления занимающихся.

Нами предпринята попытка сравнить образовательные стандарты 44.03.01 «Педагогическое образование (уровень бакалавриата)» и 49.03.01 «Физическая культура (уровень бакалавриата)» с точки зрения компетенций, направленных на работу со студентами, имеющими потребность в решении оздоровительных задач.

Ключевые слова: состояние здоровья, физическая подготовленность, образовательный стандарт.

HEALTH LEVEL OF STUDENTS AS THE BASIS FOR THE DESIGN OF PROFESSIONAL COMPETENCIES OF PERSONNEL FOR THE «PHYSICAL CULTURE AND SPORT» INDUSTRY

R.K. Bikmukhametov¹, A.R. Bikmullina², I.N. Azizova²

¹ Volga Region State Academy of Physical Culture, Sport and Tourism, Kazan, Russia

² Kazan (Volga Region) Federal University, Kazan, Russia

Abstract

In this article we present results of the research on state of health and level of physical fitness of Kazan Federal University students (1-3 years of studies) in 2017-2018 and 2018-2019 academic years as well as their involvement into physical-sports activity through passing tests of Russian National GTO Health and Fitness Program. We have concluded that current trend on growing number of students with physical health decrease indicates that it is necessary to train specialists in the field of physical education and sports for work with these students, and to organize physical education classes, following the logic of achieving goals on improving student health. We have made an effort to compare 44.03.01 Pedagogical Education (undergraduate) and 49.03.01 Physical Training (undergraduate) educational standards in terms of competence focused on working with students, who has necessity in health improving.

Keywords: health condition, physical fitness, educational standard.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время здоровье российских студентов является социально значимым показателем медико-демографической характеристики населения Российской Федерации, так как частая заболеваемость приводит к снижению эффективности учебной, а впослед-

ствии – и профессиональной, деятельности (Ю.П. Лисицын, 1999, 2004; В.А. Медик, 2003; М.Ю. Абросимова 2005, О.А. Науменко 2005, А.С. Твердохлебов, 2005).

Анализ литературных источников по теме исследования позволяет утверждать, что актуальность проблемы физического воспитания

молодежи как составной части общей проблемы ведения здорового образа жизни усиливается.

В научных исследованиях В.Ф. Базарного, Л.А. Ждановой, Н.К. Ивановой, Т.В. Русовой описываются разнообразные здоровьесберегающие технологии. Вопрос о здоровом образе жизни студентов рассматривают такие ученые, как Н.П. Абаскалова, Н.А. Агаджанян, А.М. Гендин, О.П. Добромыслова, Г.А. Кураев, В.П. Лавренко, Л.А. Петровская, Д.И. Рыжаков и др. Работы А.В. Белокопя, И.В. Журавлевой, Г. Василевской, Ю.М. Политова, Ю.И. Ротанева, А.С. Свердлина, Г.С. Совенко и А.Г. Шаталиной содержат в себе результаты изучения уровня знаний студентов о здоровом образе жизни.

Студенчество, особенно на начальном этапе обучения, является наиболее уязвимой частью молодежи, т.к. сталкивается с рядом трудностей, обусловленных увеличением учебной нагрузки, относительной свободой студенческой жизни, низкой двигательной активностью, проблемами в области социальной и межличностной коммуникации [8]. За последние десятилетия отмечается тенденция ухудшения здоровья молодежи и их физической подготовленности. Это связано не только с изменениями, которые происходят в экономике, экологии, в условиях труда и быта населения, но также с недооценкой оздоровительной и воспитательной деятельности, происходящей в обществе [9].

Специалисты в сфере физической культуры и спорта констатируют низкую физическую активность почти у 76% студентов, а избыточную массу тела – у 15-20% занимающихся. Естественно, что исследования с использованием системы специальных тестов (например, тест Купера) выявляют низкий уровень физической подготовленности значительной части студентов. По разным данным, доля таких обучающихся составляет от 30 до 60% от общего числа студентов, не относящихся к специальной медицинской группе. Многие студенты не способны выполнить зачетные и контрольные нормативы по физической культуре, а также сдать нормы ГТО на бронзовый, серебряный или золотой знак.

Исследование динамического аспекта заболеваемости студентов, проведенное в 2004 году НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГАУ НМИЦ Минздрава России, обосновало тезис о том, что ухудшение состояния организма занимающихся от младших курсов к старшим происходит в результате увеличения числа обучающихся, страдающих хроническими заболеваниями. Особенно актуально это для девушек: отрицательные тенденции обусловлены недосыпанием, низким уровнем двигательной активности, продолжительной самоподготовкой, неструктурированным режимом питания [12, с. 217].

По данным медицинских осмотров студентов вузов Хабаровского края, проводимых в целях профилактики, за трехлетний период общая заболеваемость увеличилась на 37,7%, в то время как обращаемость по этому же параметру ниже в 1,15 раза. Особенно прослеживается эта динамика среди молодежи первого года обучения (в 2008 году – 85,2%). Число впервые выявленных хронических заболеваний увеличилось в 1,6 раза. Соответственно, закономерным является вывод об ухудшении здоровья молодежи к моменту окончания вуза [11].

Основными направлениями решения оздоровительных задач в высшем учебном заведении являются обязательные занятия по учебной дисциплине «Физическая культура» и систематические занятия по физическому воспитанию в целях подготовки к выполнению нормативов ГТО.

Учебной дисциплине «Физическая культура» принадлежит важная роль в формировании здорового образа жизни, установок на здоровье и соответствующих компетенций в вузе. Задачами данной учебной дисциплины в вузах являются сохранение и укрепление здоровья, овладение знаниями о факторах, определяющих здоровье человека, понимание принципов здорового образа жизни и его составляющих. Поэтому дисциплина «Физическая культура» в вузе является обязательным разделом гуманитарного компонента образования и направлена на подготовку к социально-профессиональной деятельности,

формирование физической культуры личности, сохранение и укрепление здоровья [10]. Целями ГТО являются повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма, а также обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения [1].

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ: анализ динамики результатов медицинского осмотра студентов с точки зрения количественного состава основной, подготовительной и специальной медицинской групп и требований стандартов подготовки кадров для отрасли «Физическая культура и спорт» с позиций решения актуальных оздоровительных задач в высшем учебном заведении.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

По результатам медицинского осмотра студентов 1-3-го курсов КФУ за 2017-2018 учебный год, общее количество выполняющих учебные дисциплины «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту» составило 13479 человек (5070, 4587 и 3822 чел. для 1-3-го годов обучения соответственно) [6].

Согласно статистическим данным медицинского осмотра, на прошедший учебный год в КФУ число студентов основной и подготовительной группы составило, соответственно: для 1-го года обучения – 2353 (46,4%) и 749 чел. (14,8%), второго – 2049 (44,7%) и 558

(12,2%), третьего – 1653 (43,2%) и 290 чел. (7,6%). Специальную медицинскую группу (I) на 1-м курсе посещали 1611 чел. (31,8%), на 2-м – 1558 (33,9%), на 3-м – 1199 (31,4%); специальную группу (II) – 279 первокурсников (5,5%), 336 второкурсников (7,3%) и 380 третьекурсников (10%). На конец учебного года (июнь 2018 г.) доля студентов, не прошедших медосмотр, на 1-3-м курсах была равна 78 (1,5%), 86 (1,9%) и 300 чел. (7,8%) соответственно (рисунок).

По результатам медицинского осмотра студентов КФУ (14 институтов) за 2018-2019 учебный год, на первый курс было принято 6029 человек, что примерно на 1000 студентов больше, чем в 2017-2018 учебном году. В основную медицинскую группу были определены 2897 обучающихся (48%), в подготовительную – 622 (10,3%), специальную I – 1382 (22,9%) специальную II – 26 (0,5%), не прошли медицинский осмотр 1102 (18,3%) [7]. Многим первокурсникам в процессе обследования была назначена консультация «узких» специалистов, тем самым объясняется факт отсутствия медицинского осмотра практически 1/5 студентов на октябрь 2018 года. В связи с высокой загруженностью специалистов в студенческих поликлиниках процесс прохождения медицинского осмотра затягивается. В большинстве случаев дообследование выявляет у первокурсников отклонения в состоянии здоровья и рекомендует занятия в специальной медицинской группе I, что может увеличить число студентов в спецгруппе I до трети от общего количества принятых на первый курс. Также высока вероятность пере-

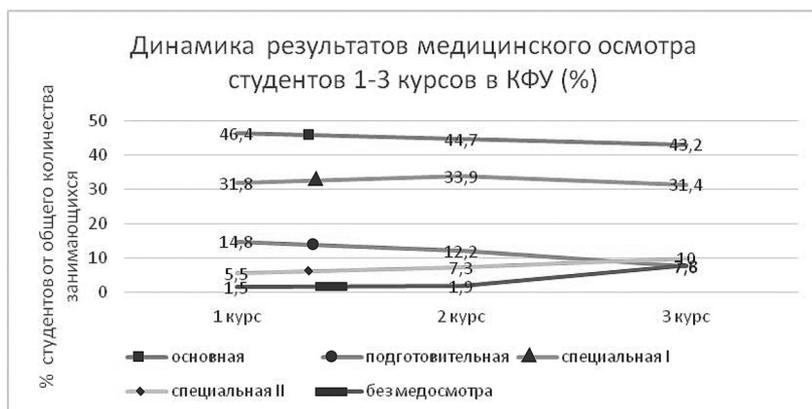


Рисунок – Динамика результатов медицинского осмотра студентов КФУ за 2017-2018 учебный год

хода из основной группы в специальную I в течение учебного года, это объясняется высоким уровнем заболеваемости, осложнениями после перенесенной болезни, выявлением хронических болезней и т.п.

Анализ структуры заболеваемости (выборка составила около 400 обучающихся 1-3-го курса института экономики, управления и финансов КФУ) показал, что в специальной группе на первом месте – нарушения функционирования органов зрения (миопия, близорукость, астигматизм); далее следуют заболевания опорно-двигательного аппарата (сколиоз, артроз, остеохондроз, последствия травм, грыжи дисков), на третьем месте – неврология (ВСД, ВЧД, синкопальное состояние и т.д.), затем – заболевания сердечно-сосудистой системы (аритмия, ООС, пролапс митрального клапана).

Мы наблюдаем тенденцию снижения от младших к старшим курсам количества студентов, занимающихся в основной и подготовительной группах, в связи с ухудшением здоровья. Обратная тенденция прослеживается в увеличении количества посещающих специальную II группу, т.е. студентов со значительными отклонениями в состоянии здоровья. Для данной медицинской группы требуется индивидуальный подход с учетом уровня физической подготовленности и профиля заболевания студента со стороны преподавателя, имеющего образование по адаптивной физической культуре.

В КФУ в 2017-2018 учебном году средний балл по физической подготовленности был равен 3,4 балла из 5 возможных. Он определялся по результатам выполнения контрольных и зачетных нормативов студентами 1-3-го курсов. При этом зачет не получили 2240 обучающихся (16,4%).

Мы считаем, что негативные тенденции в ухудшении состояния здоровья студентов могут быть в той или иной степени компенсированы путем проведения систематических занятий по физическому воспитанию и подготовке к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО. Так, студенты 2-3-го курсов основного отделения, помимо посещения теоретических и

практических занятий по физическому воспитанию, принимают участие в выполнении нормативов комплекса ГТО.

В сдаче испытаний ГТО в 2017-2018 учебном году приняли участие 1050 студентов 2-3-го курсов КФУ. Из них 165 человек выполнили нормативы на золотой знак отличия, 259 – на серебряный, 184 – на бронзовый.

Осенью 2017 года в сдаче испытаний ГТО приняли участие 350 человек, из них 67 получили золотой знак (19,1%), 53 – серебряный (15,1%), 46 – бронзовый (13,2%); не справились с испытаниями 184 студента (52,6%). Это показывает, что чуть менее половины обучающихся успешно прошли тесты. Весной 2018 года испытания прошли 700 студентов, из которых лишь каждый седьмой выполнил нормативы на золотой знак отличия (98 чел. – 14% участников), на серебряный – 206 чел. (29,4%), бронзовый – 138 (19,7%), не сумели выполнить испытания 258 человек (36,9%). Следует отметить, что весной тестирование проводилось по обновленным нормативам, вступившим в силу с января 2018 года, а осенью – по действующим прежде. Увеличение количества испытаний для получения знаков отличия, вероятно, усложнило студентам задачу по выполнению нормативов, вследствие чего весной снизилась результативность выполнения испытаний на золотой знак отличия. При этом охват испытуемых весной 2018 года в два раза превысил предыдущий.

Таким образом, в настоящее время потенциал средств физического воспитания для решения оздоровительных задач в процессе обучения в высшем учебном заведении реализуется не в полном объеме. Поиск вариантов решения этой ситуации привел нас к вопросу о кадровой составляющей данной проблемы, компетентности и уровне готовности педагогических кадров осуществлять процесс физического воспитания студентов при том уровне их здоровья, физической подготовленности и вовлеченности в процесс физкультурно-спортивной деятельности, который мы наблюдаем в настоящее время. Формируются ли соответствующие компетенции в процессе профессиональной подготовки?

Поскольку базовый, основной уровень под-

готовки кадров для отрасли «Физическая культура и спорт» осуществляется на бакалавриате, обратимся к стандарту подготовки бакалавров по направлению «Педагогическое образование» и «Физическая культура».

Анализ стандарта 3+ 44.03.01 «Педагогическое образование (уровень бакалавриата)» от 2015 года показывает, что применительно к проблеме состояния здоровья наиболее значимыми являются:

- общекультурные компетенции, которые выражаются в готовности поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность (ОК-8);

- общепрофессиональные компетенции, заключающиеся в способности осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся (ОПК-2), и готовности к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6),

- профессиональные компетенции, включающие в себя способность будущего педагога по физической культуре проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся (ПК-9) [3].

Проанализировав стандарт физкультурного образования 3+ 49.03.01 «Физическая культура (уровень бакалавриата)» от 2014 года, мы выделили следующие наиболее важные общепрофессиональные компетенции (ОПК) с точки зрения установки на здоровьесберегающие технологии в обучении для будущего специалиста по физической культуре:

- способность определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста (ОПК-1);

- способность оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

- способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков

здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);

- способность формировать осознанное отношение различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки ведения здорового образа жизни (ОПК-10);

- способность использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни и потребности в регулярных занятиях физической культурой (ОПК-12) [2].

Также значимыми профессиональными компетенциями применительно к задачам нашего исследования являются:

- способность применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола, возраста, индивидуальных особенностей (ПК-5);

- способность осуществлять пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни (ПК-6);

- способность выбирать средства и методы двигательной рекреации для коррекции состояния обучающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности (ПК-18);

- способность реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния (ПК-19).

В данном образовательном стандарте предполагается ориентация будущих специалистов в области физической культуры и спорта на здоровый образ жизни, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, учет индивидуальных особенностей обучающихся. Подробно раскрыты программы и технологии оздорови-

тельной направленности занятий по физическому воспитанию при работе со студентами разного пола, возраста и уровня физической подготовленности. Такой стандарт подготовки по физкультурному образованию позволяет будущим выпускникам ориентироваться на здоровьесберегающие технологии, что актуально и в процессе трудовой деятельности. Таким образом, сравнив стандарты педагогического и физкультурного образования, можно сделать вывод, что в процессе подготовки бакалавров по профилю «49.03.01 Физическая культура» в большей степени осуществляется подготовка будущих специалистов к работе с лицами, имеющими потребность в решении оздоровительных задач. Это находит отражение в количестве и содержании общепрофессиональных и профессиональных компетенций, связанных с проблемой здоровья. Стандарты 3+ характеризуют уровень подготовки кадров в сфере физической культуры и спорта, характерный для настоящего времени.

Новый стандарт 3++ 44.03.01 «Педагогическое образование» от 22.02.2018 №121 подразумевает наличие у будущих педагогов по физической культуре следующих компетенций:

- психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности (ОПК-6), обозначающие способность использовать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.

Новый стандарт предполагает ориентацию на будущую профессию, в которой организация выделяет одну или несколько обобщённых трудовых функций (далее – ОТФ), соответствующих профессиональной деятельности выпускников, на основе установленных профессиональным стандартом для ОТФ уровня квалификации и требований раздела «Требования к образованию и обучению». При этом организация устанавливает в программе бакалавриата индикаторы достижения компетенций: рекомендуемых профессиональных компетенций и самостоятельно установлен-

ных профессиональных компетенций (при наличии) – самостоятельно [5].

Новый стандарт 3++ 49.03.01 «Физическая культура» от 19.09.2017 №940 предполагает наличие у выпускников универсальных и общепрофессиональных компетенций, характеризующихся:

- способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (самоорганизация и саморазвитие, в том числе здоровьесбережение – УК-7).

- способностью планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (планирование – ОПК-1).

- способностью формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни (воспитание – ОПК-6).

- способностью осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся (контроль и анализ – ОПК-9).

- способностью осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса (организационно-методическое обеспечение – ОПК-14) [4].

Профессиональные компетенции формируются на основе профессиональных стандартов и анализа требований к профессиональным компетенциям, предъявляемых к выпускникам на рынке труда.

Стандарты 3++ – это перспектива подготовки будущих бакалавров в области физической культуры и спорта, которая в большей степени ориентирована на профессиональные стандарты. Вузы должны закладывать те профессиональные компетенции, которые будут направлены на работу с контингентом с отклонениями в состоянии здоровья. Вы-

бор компетенций будет, в первую очередь, зависеть от выбора вуза. А уровень здоровья, физической подготовленности студентов может стать содержательной основой проектирования профессиональных компетенций для подготовки кадров отрасли «Физическая культура и спорт».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итоги нашего исследования подтверждают обнаруженную специалистами в области здравоохранения тенденцию на стабильное увеличение количества студентов, которым по причине ослабленного здоровья рекомендованы занятия в специальных медицинских группах. У студентов КФУ от 1 к 3-му курсу обучения наблюдается тенденция к ухудшению состояния здоровья, уменьшается количество занимающихся в основной и подготовительной группах, увеличивается в специальной медицинской группе. Констатируется низкий уровень физической подготовленности студентов КФУ (16,4% занимающихся не смогли выполнить зачетные нормативы по физической подготовке) и слабая вовлеченность в физкультурно-спортивную деятельность по подготовке и выполнению нормативов комплекса ГТО (менее 30% от количества сту-

дентов, занимающихся в основной группе). Указанные негативные явления не являются специфическим проявлением организации процесса обучения в каком-то одном вузе, они носят системный характер и, как свидетельствует анализ литературы, присущи всей системе высшего образования в нашей стране.

Одним из элементов системного подхода к решению данной проблемы явилось бы отражение в подготовке кадров соответствующих компетенций.

По-нашему мнению, существующий уровень подготовки бакалавров в сфере физической культуры и спорта необходимо совершенствовать путем введения профильными вузами в образовательный стандарт по педагогическому и физкультурному образованию профессиональных компетенций, направленных на решение оздоровительных задач обучения.

Результаты исследований служат подтверждением необходимости проявлять особое внимание к проблеме охраны здоровья студентов, следствием чего должно быть расширение спектра здоровьесберегающих технологий, используемых в структуре образовательного процесса.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. N 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» с изменениями и дополнениями от 30.12.2015, 26.01.2017, 6.03.2018.
2. Приказ Минобрнауки России от 07.08.2014 N 935 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата)".
3. Приказ Минобрнауки России от 04.12.2015 N 1426 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата)".
4. Приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 N 940 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура".
5. Приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 N 121 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование".
6. Выписка из протокола заседания общеуниверситетской кафедры физического воспитания и спорта КФУ от 29.06.2018 г.
7. Выписка из протокола заседания общеуниверситетской кафедры физического воспитания и спорта КФУ от 17.10.2018 г.
8. Доброрадных, М. Б. Ценности здоровья и имиджа в образе жизни студентов / М. Б. Доброрадных // Юбилейный сборник научных трудов молодых ученых и студентов РГАФК. – М., 1998. – С. 31-37.
9. Ильин, Е. П. Психология физического воспитания / Е. П. Ильин. – СПб., 2009. [7]
10. Лекционный курс по дисциплине «Физическая культура»: Учебное пособие. – Казань : КФУ, 2014. – 329 с. [10]
11. Сысоева, О. В. Социально-гигиенические аспекты формирования здоровьесохраняющего поведения студентов высших учебных заведений (на примере Хабаровского края) : Автореф. дис. ... канд. мед. наук. / О. В. Сысоева. – Хабаровск, 2009. – С. 1-14.
12. Усова, Е. В. Разработка и внедрение программы по укреплению здоровья студентов / Е. В. Усова, Л. М. Качалова // Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке : материалы международного конгресса. – М., 2004, – Ч. III, – С. 217-219.

LIST OF REFERENCES

1. Decree of the Government of the Russian Federation dated June 11, 2014 No. 540 «. «About the adoption of Regulations for the Russian National «Ready for Labour and Defense» complex (GTO) », as amended and supplemented on 30.12.2015, 26.01.2017, 6.03.2018
2. Order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation on 07.08.2014 No. 935 "About the adoption of the Federal State Educational Standard of higher education for 49.03.01 Physical culture (undergraduate) program".
3. Order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation on 04.12.2015 No. 1426 "About the adoption of the Federal State Educational Standard of higher education for the 44.03.01 Pedagogical education (undergraduate) program".
4. Order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation on 19.09.2017 No. 940 "About the adoption of the Federal State Educational Standard of higher education - 49.03.01 Physical culture undergraduate program".
5. Order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation on 22.02.2018 No. 121 « About the adoption of the Federal State Educational Standard of higher education - 44.03.01 Pedagogical education undergraduate program".
6. Extract from the minutes of the meeting of Department of Physical Education and Sports, Kazan Federal University, 29.06.2018.
7. Extract from the minutes of the meeting of Department of Physical Education and Sports, Kazan Federal University, 17.10.2018.
8. Dobroradnykh, M. B. Health and image values in students' lifestyle / M. B. Dobroradnykh // Anniversary collection of scientific papers of young scientists and students of RGAFK. – M., 1998. – P. 31-37.
9. Ilyin, E. P. Psychology of physical education / E. P. Ilyin. – SPb., 2009. [7]
10. Lecture course for "Physical culture" program : Tutorial. – Kazan : KFU, 2014. – 329 p. [10]
11. Sysoeva, O. V. Social and hygienic aspects of formation of health-preserving behavior of students in higher educational institutions (on the example of Khabarovsk Region) : author. dis.... PhD in med. sciences. / O. V. Sysoeva. - Khabarovsk, 2009. – P. 1-14.
12. Usova, E. V. Development and implementation of the program for improvement of student health / E. V. Usova, L. M. Kachalova // Health, education, upbringing of children and young people in XXI Century : proceedings of International Congress . – M., 2004, – P.III. – P. 217-219.