

УДК 378.046.4

DOI: 10.26140/anip-2019-0802-0009

## УНИВЕРСАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ПРОЕКТИРОВАНИЕ КУРСА «ФИТНЕС И ГИМНАСТИКА ЙОГОВ»

© 2019

**Буренок Олег Михайлович**, доктор филологических наук, доктор педагогических наук, заведующий кафедрой русской, зарубежной литературы и методики преподавания литературы  
**Серпер Сергей Александрович**, кандидат экономических наук, докторант  
*Самарский государственный социально-педагогический университет*  
(443099, Россия, Самара, ул. М. Горького 65\67, e-mail: sergeysrper@gmail.com)

**Аннотация.** В статье рассматривается специфика формирования универсальных компетенций студентов профиля «Физическая культура и спорт». Федеральный государственный образовательный стандарт третьего поколения, утверждённый Министерством образования и науки Российской Федерации, предполагает формирование у студентов направления «Физическая культура и спорт» универсальных компетенций, важных при реализации программы развития личности современного специалиста и тренера. Значение универсальных компетенций в системе современного образования увеличивается и в связи с установлением личностно-ориентированной парадигмы образования, при которой социуму требуются самостоятельные, активные, способные к саморазвитию и самообразованию профессионалы, особенно в областях, жизненно важных для развития российского общества и государства. Сочетание теоретического и практического материала даст возможность не только внедрить в вузовское образование новый курс «Фитнес и гимнастика йогов», но и изменить существующие похожие курсы, сделав их более комплексными, всесторонними и учитывающими потребность как высшего образования, так и российского общества. Комплекс универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, который формирует разработанный нами курс позволил не только проверить на практике возможности эффективного использования элементов гимнастики йогов в процессе подготовки студентов направления «Физическая культура и спорт», но и определить наиболее оптимальные варианты взаимодействия универсальных и общепрофессиональных компетенций.

**Ключевые слова:** универсальные компетенции, высшее образование, физическая культура и спорт, подготовка бакалавров, педагогическое образование, федеральные стандарты, профессиональный компетенции, гимнастика йогов, фитнес, теория и методика физической культуры, спортивная деятельность.

## GENERAL CULTURAL COMPETENCE AND DEVELOPMENT OF THE COURSE “FITNESS AND GYMNASTICS OF YOGIS”

© 2019

**Buranok Oleg Michailovich**, doctor of philological sciences,  
doctor of pedagogical sciences, professor  
**Serper Sergey Aleksandrovich**, candidate of economical sciences,  
doctoral candidate  
*Samara State University of Social Sciences and Education*  
(443099, Russia, Samara, M. Gorkiy st. 65\67, e-mail: sergeyserper@gmail.com)

**Abstract.** The article deals with the specifics of formation of common cultural competence profile of students “Physical culture and sport”. Federal state educational standard of the third generation, approved by the Ministry of Education and Science of the Russian Federation, involves the formation of the students’ areas of “Physical Culture and Sports” common cultural competencies that are important in the implementation of the program of development of the personality of the modern expert and trainer. The value of common cultural competence in the system of modern education and increase in connection with the establishment of personality-oriented education paradigm, in which the society requires active, capable of self-development and self-education professionals, especially in areas that are vital for the development of Russian society and the state. The combination of theoretical and practical material will make it possible not only to introduce a new course in Yoga Fitness and Gymnastics into higher education, but also to change existing similar courses, making them more comprehensive, comprehensive, and taking into account the need of both higher education and Russian society. Complex of universal, general professional and professional competencies, which forms the course we developed, allowed us not only to test in practice the possibilities of effective use of the elements of yoga gymnastics in the process of preparing students of the “Physical culture and sport” direction, but also to determine the most optimal variants of interaction between universal and general professional competencies.

**Keywords:** general cultural competence, higher education, physical culture and sports, bachelor’s degree training, pedagogical education, federal standards, professional competence, yoga gymnastics, fitness, theory and methods of physical culture, sports activities.

*Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами.*

В современном российском обществе гимнастика йогов приобретает всё большую популярность как средство физкультурно-оздоровительного характера. Но вопрос о специфике преподавания гимнастики йогов в российских вузах не только не решён, но и практически не поставлен в системном плане. Высшие учебные заведения, реализующие программы подготовки по направлению «Физическая культура и спорт» уделяют гимнастике йогов очень незначительное количество часов, либо совсем игнорируют данную дисциплину. Существующие пособия и самоучители по гимнастике далеко не всегда соответствуют требованиям федеральных стандартов и, тем более, задачам и потребностям самого общества. При этом, никакое пособие или самоучитель никогда не даст полноценного эффекта подготовки в области гимнастики йогов без непосредственной работы

с учителем, педагогом, наставником. Задача нашего исследования, с одной стороны, показать как наиболее оптимальным образом вписать дисциплину «Фитнес и гимнастика йогов» в современное высшее образование, а с другой стороны – продемонстрировать актуальность и востребованность гимнастических упражнений, в ходе подготовки бакалавров.

Сочетание теоретического и практического материала даст возможность не только внедрить в вузовское образование новый курс «Фитнес и гимнастика йогов», но и изменить существующие похожие курсы, сделав их более комплексными, всесторонними и учитывающими потребность, как высшего образования, так и российского общества. Развитие физической культуры и спорта является формирующим элементом общественной жизни современной России, оказывающей воздействие на социально-экономические и общественно-политические процессы, на сферы культуры, искусства, науки. В

настоящее время как массовый спорт, так и профессиональный сложно представить без фитнеса и гимнастики йогов, который всё активнее входит в жизнь и спортсменов, и простых граждан.

Сегодня так складываются обстоятельства на всех уровнях педагогического образования, что необходимо быть здоровым человеком. В огромном комплексе культурно-спортивных компетенций, формируемых на факультетах физической культуры и спорта, значительное место принадлежит фитнесу и формированию компетенций через фитнес, поэтому в оздоровительно-спортивной политике всех властных структур уделяется внимание не только коллективным видам спортивной деятельности, но и необходимости дать каждому нуждающемуся в реабилитации индивидуальную программу восстановления здоровья. Эта задача может решаться через фитнес и гимнастику йогов. Кроме того, масштабные социально-экономические перемены в Российской Федерации, начиная с 1990-х годов, способствовали быстрому развитию фитнес-сферы. Это вызвало нарастающую потребность в профессиональных кадрах в данной области и определило существенную востребованность специалистов для фитнеса. Следовательно, развитие фитнеса сформировало такой вопрос, как педагогика фитнеса: необходимо определить набор универсальных и общепрофессиональных компетенций, содержание и структуру учебных планов для будущих профессионалов в сфере фитнеса и гимнастики йогов.

В современной российской педагогике существуют как программы и методические пособия по фитнесу (это довольно значительный комплекс трудов), так и по различным направлениям йоги. Однако, разработанных курсов для высших учебных заведений, где бы сочетались элементы фитнеса и гимнастики йогов – практически нет. Еще меньше учебных и рабочих программ для вузов, в которых курс гимнастики йогов предполагал формирование универсальных компетенций и, одновременно, выступал средством решения государственных задач в области здоровьесбережения нации. Следовательно, разработка программы курса «Фитнес и гимнастика йогов» является актуальной задачей и в теоретическом, и в практическом плане.

*Анализ последних исследований и публикаций, в которых рассматривались аспекты этой проблемы и на которых обосновывается автор; выделение неразрешенных ранее частей общей проблемы.*

При разработке курса «Фитнес и гимнастика йогов» необходимо было учитывать не только особенности существующих близких по тематике учебных программ, но и педагогические задачи, отражающие целостность включения подобного курса в систему российского высшего образования [1. С. 443-445]. На этапе моделирования данного курса была, в первую очередь, разработана модель педагогической системы по внедрению нового курса в процесс обучения бакалавров [2. С. 52-59]. Модель содержала в себе методы формирования универсальных и профессиональных компетенций, форму реализации, педагогические средства и приёмы. Кроме того, внедрению модели предшествовало решение нескольких педагогических задач организационного характера:

*Формирование целей статьи (постановка задания).*

Однако, существующие теоретические и практические разработки в области применения гимнастики йогов в учебно-воспитательном процессе, дают основания к более серьёзной постановке вопроса об определении образовательных целей нового курса «Фитнес и гимнастика йогов». Исходя из требований стандарта цель следует определить как: «формирование у студентов способностей к самоорганизации, поддержанию здорового образа жизни и уровня физической подготовки средствами гимнастики йогов для реализации государственной политики здоровьесбережения нации». Данная цель предполагает и постановку соответствующих за-

дач, которые формулируются, прежде всего, из требований стандарта и программных документов по реализации образовательной, оздоровительной и культурно-просветительской политики Российской Федерации. Задачи курса «Фитнес и гимнастика йогов» в области педагогической деятельности для выпускника бакалавра: изучение возможностей и потребностей учащихся в использовании элементов гимнастики йогов; использование технологий гимнастики йогов исходя из возрастных особенностей учащихся; изучение методов определения и использования гимнастических комплексов для занятий йогой; изучить возможности гимнастики йогов для профессионального самообразования и личностного роста учащихся.

*Изложение основного материала исследования с полным обоснованием полученных научных результатов.*

Можно заключить, что разработанными нами задачи в области проектной деятельности напрямую зависят от уровня сформированности универсальных и общепрофессиональных компетенций учащихся. Особенно, это важно для выполнения первой задачи, т.к. выпускник, успешно освоивший курс «Фитнес и гимнастика йогов» получит возможность вести собственную педагогическую профессиональную деятельность, при которой необходимо тщательное планирование учебных программ, как для групповых, так и для индивидуальных занятий. Другая задача, так же имеет большое значение в свете того, что современный фитнес и гимнастика йогов приобретают всё большую популярность и будущему специалисту очень важно не просто иметь представления о современных формах и методах данных дисциплин, но и но и знать, какое влияние те или иные элементы гимнастики йогов оказывают на развитие личности учащихся.

Задачи изучения дисциплины «Фитнес и гимнастика йогов» в области научно-исследовательской деятельности:

1) постановка и решение исследовательских задач в области педагогики физической культуры и спорта, педагогики фитнеса и гимнастики йогов, педагогики высшей школы;

2) анализ и систематизация результатов научных исследований в сфере науки и образования с использованием современных научных методов и технологий; Разработчики учебных программ, особенно для дополнительного образования или краткосрочных курсов, как правило, забывают о необходимости достижения общей цели дисциплины, задачами из области научно-исследовательской деятельности. Легко заметить, что обе задачи из поставленных нами для новой дисциплины «Фитнес и гимнастика йогов», тесно связаны с универсальной компетенцией УК-7. Однако, указанные нами задачи, формируемые и реализуемые в процессе обучения в высшей школы, позволят выпускнику более успешно и эффективно реализоваться и после завершения обучения, причём, не только на уровне магистратуры или аспирантуры, но и в профессиональной деятельности в качестве тренера или инструктора. Например, разработка индивидуального курса занятий по гимнастике йогов потребует от специалиста, прежде всего, проведения настоящего подготовительного научного исследования с целью выявления личностно-психологических особенностей ученика, установления уровня его физической подготовки, а главное, для подбора оптимальных методик, приёмов и форм построения индивидуальной программы тренировок. Сделать это без указанных нами задач и сформированных соответствующих универсальных компетенций – крайне сложно.

В итоге, можно сделать вывод, что задачи нового курса «Фитнес и гимнастика йогов» в области научно-исследовательской деятельности выступают важным элементом для достижения общей цели дисциплины и зависят от уровня сформированности универсальных и общепрофессиональных компетенций учащихся. Последняя область, где согласно федеральному стан-

дарту выпускник должен быть готов решать профессиональные задачи - культурно-просветительская деятельность. Для дисциплины «Фитнес и гимнастика йогов» мы определили следующий перечень задач:

- 1) изучение и потребностей студентов в сфере культурно-просветительской деятельности;
- 2) формирование потребностей студентов в культурно-просветительской деятельности;
- 3) повышение собственного культурно-образовательного уровня, а так же организация социокультурного пространства;
- 4) разработка и реализация просветительских программ, направленных на удовлетворение социокультурных потребностей различных социальных групп.

Важность выполнения задач в области культурно-просветительской деятельности подчеркивалась в исследованиях В.И. Поповой [3. С. 79-80], С.А. Хисматуллина [4. С. 21], Н.В. Пешковой [5. С. 89-92]. Для успешной реализации программы подготовки студентов в области фитнеса и гимнастики йогов культурно-просветительская деятельность необходима, прежде всего, в условиях тотального доминирования упрощенных, искажённых и непрофессиональных подходов к йоге. Практически каждый фитнес центр, школьный или вузовский спортивный клуб, физкультурно-оздоровительные центры предлагают свои программы тренировок в различных областях гимнастики йогов. Однако, тренерский и преподавательский состав указанных организаций, очень часто не обладает не только специальным образованием, но даже элементарными представлениями о специфике гимнастики йогов [6. С. 42]. В современном российском обществе существует устойчивый спрос на высококвалифицированных специалистов в данной области, которых может предложить далеко не каждый центр. Поэтому, просветительская и социокультурная задача выпускников, прошедших, разработанный нами курс – уметь вести как пропаганду научного подхода к гимнастике йогов, так и разбираться в очень сложных условиях современного рынка данных услуг.

Анализируя существующие подходы к определению целей и задач применений фитнеса и элементов гимнастики йогов в учебном процессе, мы пришли к следующим выводам: Во-первых, в российском образовании крайне незначительный процент вузовских программ, где сочетается фитнес и гимнастика йогов как учебные дисциплины. Это противоречит и запросам российского общества, и нуждам современного образования, и требованиям программных документов по реализации оздоровительной политики государства [7. С. 5]. Во-вторых, цели и задачи в исследуемых программах не всегда формулируются исходя из требований федерального стандарта и со слабой связью как с универсальными, так и общепрофессиональными компетенциями [8]. В-третьих, определёнными нами для новой программы «Фитнес и гимнастика йогов» задача в области педагогической, проектной, научно-исследовательской и культурно-просветительской деятельности направлены на достижение взаимодействия в рамках образовательного процесса педагогических задач и политики здоровьесбережения нации [9. С. 284-287].

Следующий, не менее важный вопрос это место дисциплины в структуре ООП. Программа дисциплины «Фитнес и гимнастика йогов» разработана в соответствии с положениями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО 3++) по направлению подготовки бакалавриата 44.03.01 «Педагогическое образование». Дисциплина относится к вариативной части профессионального цикла дисциплин по выбору, учебного плана образовательной программы, изучается в четвёртом семестре. Для изучения дисциплины учащиеся используют знания, умения, навыки, полученные и сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Теория и методика гимнастики», «Теория и методика лёгкой атлетики», «Адаптивная

физическая культура», «История физической культуры», «Физиология», «Теория и методика физического воспитания» [10. С. 23]. Здесь важным является осуществить (в соответствии со стандартом и учебным планом) перечень компетенций, формирование которых предполагается в рамках данного курса. Нами были выбраны (на основе изучения научно-педагогической литературы и государственных программ по развитию физкультуры и спорта) следующие универсальные компетенции: УК-1, УК-7, УК-6. Общепрофессиональные компетенции: ОПК-1, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-7, ОПК-8. Профессиональные компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-7, ПК-10.

В соответствии с данными компетенциями был разработан перечень необходимых для освоения дисциплины того, что студент должен знать, уметь и владеть: Знать: 1) основные закономерности взаимодействия и взаимовлияния человека, природы и общества; 2) актуальные проблемы в области взаимодействия фитнеса, гимнастики йогов, физической культуры и спорта; 3) основные этапы истории развития фитнеса и гимнастики йогов; 4) базовые методики гимнастики йогов и наиболее востребованные фитнес-технологии в современной педагогике. Уметь: 1) применять разнообразные формы и элементы гимнастики йогов учебной и профессиональной деятельности; 2) осуществлять занятия с элементами гимнастики йогов по раскрытию эффективности использования их в области физической культуры и спорта, а так же фитнеса. Владеть: 1) технологиями получения, применения и обновления социокультурных знаний в сфере оздоровительных технологий, направленных на решения государственных задач по поддержанию и пропаганде здорового образа жизни; 2) современными методами педагогического контроля и корректировки результатов обучения посредством гимнастики йогов и физической культуры; 3) навыками организации спортивных и оздоровительных мероприятий; 4) актуальными информационными технологиями в области фитнеса, гимнастики йогов, физической культуры и спорта.

Овладение в образовательном процессе знаниями, умениями, навыками и опытом деятельности в указанных сферах обеспечит эффективность освоения таких дисциплин, как «Теория и методика гимнастики», «Теория и методика лёгкой атлетики», «Адаптивная физическая культура», «История физической культуры», «Физиология», «Теория и методика физического воспитания» [11. С. 75]. Требования к результатам освоения дисциплины: Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: УК-1, УК-7, УК-6. Общепрофессиональные компетенции: ОПК-1, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-7, ОПК-8. Профессиональные компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-7, ПК-10 [12. С. 64].

Мы показали примерный перечень наиболее важных универсальных и общепрофессиональных компетенций, которые необходимо сформировать у студентов по программе «Фитнес и гимнастика йогов». Примеры практических упражнений и методик будут приведены в следующей части данного исследования. Последний важный вопрос, касающийся структуры, разработанной нами дисциплины – это проблема распределения часов [13. С. 75]. В современном российском образовании существует очень большое количество разнообразных программ по освоению как йоги в целом, так и различных её элементов. Однако, как показывают проведённые нами ранее исследования – выделяемый на эти дисциплины или курсы (особенно, в рамках частных образовательных или физкультурно-оздоровительных учреждений) объём часов совершенно недостаточный. Исходя из специфики процесса формирования универсальных и общепрофессиональных компетенций и требований стандарта, общую трудоемкость дисциплины «Фитнес и гимнастика йогов» следует обозначить в количестве трёх зачетных единицы, т.е. всего 108 часа. Аудиторные занятия 36 часов, в том числе интерактивных занятий



16 часов. Самостоятельная работа студентов - 68 часов. Следующий важный шаг при разработке нового курса – это установления соотношения между объемом дисциплины (напомним, что он определен нами как 108 часов) и видами учебной работы. В программе дисциплины мы веселили два модуля: 1) Фитнес и гимнастика йогов: теория. На него – 6 лекционных часов. 2) Фитнес и гимнастика йогов: практика (объем 30 часов практических занятий). Кроме того – 68 часов самостоятельной работы. Выделение именно двух таких модулей программы наилучшим образом подходит для сосредоточения основного внимания на практических занятиях, которые являются самыми важными для такого вида деятельности как гимнастика йогов. Внутри каждый модуль поделен на темы [14. С. 129]. Согласно проведенному нами исследованию формирование универсальных компетенций (УК-1, УК-7, УК-6) предполагается при изучении первого модуля дисциплины. Формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-7, ОПК-10) и профессиональных компетенций (ПК-1, ПК-2, ПК-7, ПК-10) – при изучении второго модуля дисциплины [16. С. 35].

*Выводы исследования и перспективы дальнейших изысканий данного направления.*

Таким образом, комплекс универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, который формирует разработанный нами курс позволил не только проверить на практике возможности эффективного использования элементов гимнастики йогов в процессе подготовки студентов направления «Физическая культура и спорт», но и определить наиболее оптимальные варианты взаимодействия универсальных и общепрофессиональных компетенций [17. С. 91 – 95].

Обозначенные нами методы педагогического исследования позволяют перевести на качественно новый уровень процесс подготовки студентов, отвечающий требованиям как федеральных стандартов, так и современного российского общества и потенциальных работодателей [18. С. 25 – 30]. Практическая значимость исследования состоит в том, что с опорой на изучение опыта развития фитнеса автором определена близкая и среднесрочная перспектива организационного и педагогического развития фитнеса. Доказана необходимость реализации целого комплекса мер, направленных и на организационную сторону вопроса, и на финансовую, и на научно-теоретическую [19-24]. И на каждом из этих направлений необходимы скоординированные усилия федеральных, региональных властей, частных предпринимателей, чтобы выполнить установки «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года»

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Маркова И.А. Моделирование структуры учебного курса индивидуальных траекторий его прохождения // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. 2013. № 3. С. 443 – 445.
2. Доррер А.Г., Иванилова Т.Н. Моделирование интерактивного адаптивного обучающего курса // Современные проблемы науки и образования. 2007. № 5. С. 52-59.
3. Попова В.И. Культурно-просветительская деятельность студентов как важнейшая составляющая внеаудиторной деятельности // Мир науки, культуры, образования. 2016. № 1 (56). С. 79-80.
4. Хисматуллин С.А. Методика обучения и воспитания: физкультурное образование. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. 158 с.
5. Пешкова Н.В. Конкурентоспособность выпускников университета в контексте деятельности студенческих спортивных клубов // Теория и практика физической культуры. 2018. № 3. С. 89-92.
6. Волова Т.А. Влияние занятий хатха-йогой на развитие психических процессов детей младшего школьного возраста // Здоровье семьи – XXI век. 2014. № 1. С. 46.
7. Бямбаринчин Б. Формирование умений и навыков двуязычного профессионального общения у будущих специалистов спортивного профиля в вузе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Красноярск, 2013. С. 5.
8. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки педагогическое образование (бакалавриат). 2015. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://fgosvo.ru/uploadfiles/fgosvob/440301.pdf>
9. Густяхина В.П., Густяхин А.Е. Стандарт ФГОС ВПО 3+

по направлению «Педагогическое образование»: преимущества и недостатки // Информационно-коммуникационные технологии в педагогическом образовании. 2016. № 1 (39). С. 284 – 287.

10. Щербак А.П. Основы теории и методики физической культуры: задания к практическим и самостоятельным работам. Ярославль: Издательство ЯГПУ, 2017. 256 с.

11. Соколова О.В., Соколова М.Л. Физическая культура и спорт в студенческой среде // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2015. № 3. С. 73 – 76.

12. Серпер С.А. Фитнес и общекультурные компетенции будущих специалистов по физической культуре: к вопросу о роли государственных стандартов // Известия Самарского научного центра Российской академии наук: социальные, гуманитарные, медико-биологические науки. 2017. №4. С. 64 – 69.

13. Перова Е.И. Основные направления государственной политики в области спорта // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. 2013. № 5. С. 62 – 74.

14. Морозова Л.В., Кирьянова Л.А. Фитнес как средство формирования у студентов моделей гендерного поведения и здорового образа жизни // Управленческое консультирование. 2013. № 6. С. 128 – 129.

15. Серпер С.А. Гимнастика йогов в системе формирования общекультурных компетенций у будущих специалистов по физической культуре // Известия Южного федерального университета. 2017. С. 35 – 40.

16. Сайкина Е.Г. Фитнес в системе физической культуры // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2008. № 6. С. 31 – 37.

17. Дестярёва Д.И., Турчина Е.В. Современные фитнес-программы // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2015. № 3. С. 91 – 95.

18. Клеменцова Н.Н. К становлению понятия общекультурной компетентности: анализ ФГОС ВПО третьего поколения // Вестник Нижневартского государственного университета. 2016. № 4. С. 24 – 32.

19. Мартышенко Н.С., Мамадишоев Ф.М. Формирование мотивации потребления фитнес-услуг в молодежной среде // Азимут научных исследований: экономика и управление. 2017. Т. 6. № 2 (19). С. 181-185.

20. Богослова Е.Г. Фитнес-йога на занятиях физической культуры в образовательной организации высшего образования // Балтийский гуманитарный журнал. 2018. Т. 7. № 3 (24). С. 159-162.

21. Корогодина Е.А. Место фитнес-индустрии на рынке платных услуг населению // Азимут научных исследований: экономика и управление. 2018. Т. 7. № 4 (25). С. 155-157.

22. Вашиляев Б.Ф. Современное состояние физической культуры и спорта: проблемы и решения // Теория и практика физической культуры. 2010. № 3. С. 5 – 7.

23. Ветошко Г.В. Методические аспекты оценки конкурентоспособности фитнес-клубов на основе исследования факторов ее формирования // Азимут научных исследований: экономика и управление. 2018. Т. 7. № 2 (23). С. 89-92.

24. Шокина И.Н. Современное физкультурное образование в проекции идеалов гуманизации общества // Поволжский торгово-экономический журнал. 2010. № 3. С. 103 – 110.

Статья поступила в редакцию 03.03.2019

Статья принята к публикации 27.05.2019