

УДК 371.398

МОДЕЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАБОТНИКОВ АВИАЦИОННОГО СЕКТОРА ПРОМЫШЛЕННОСТИ

В.В. Геращенко (Красноярск, Россия)

Аннотация

Постановка проблемы. Для выполнения всех целей, возложенных на авиационный сектор промышленности, и для решения задач государственной программы Российской Федерации «Развитие авиационной промышленности» необходимо оптимизировать условия работы современных организаций в авиационном секторе промышленности для улучшения здоровья работников (физического, психического, интеллектуального) и повышения работоспособности. Разработка и серийный выпуск продукции для гражданской авиации обеспечивается производственной деятельностью работников (конструкторы, инженеры, авиатехники).

Цель исследования – разработка модели организации физкультурно-оздоровительной деятельности работников авиационного сектора промышленности от 25 до 35 лет на основе применения интегративного подхода.

Методология (материалы и методы) исследования. В исследовании был применен метод теоретического моделирования на основании обработанных данных, полученных в процессе социологического опроса и анкетирования по оценке уровня физкультурно-оздоровительной работы организаций по техническому обслуживанию воздушных судов.

Результаты исследования. Использование средств оздоровительной физической культуры в течение рабочего дня и в свободное от работы время с целью снижения утомляемости, профилактика профессиональных заболеваний и повышение работоспособности являются необходимыми условиями для оптимизации работы труда на производстве. В результате анализа и оценки физкультурно-оздоровительной работы организаций по техническому обслуживанию воздушных судов была разработана и предложена к внедрению модель физкультурно-оздоровительной деятельности работников авиационного сектора промышленности на основе интегративного подхода. Модель включает четыре блока – целевой, организационный, критериально-оценочный, результативный.

Заключение. В результате применения метода теоретического моделирования была разработана модель организации физкультурно-оздоровительной деятельности работников авиационного сектора промышленности от 25 до 35 лет на основе применения интегративного подхода. На следующем этапе исследования будет выполнен педагогический эксперимент с инженерно-техническим персоналом организаций по техническому обслуживанию воздушных судов и проверена эффективность представленной модели исходя из граничных условий с последующим внедрением разработанной модели на производстве и в учебные центры авиационного персонала.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, авиационный персонал, анкетирование, работа с населением, укрепление здоровья, модель, работоспособность.

Геращенко Владислав Валерьевич – аспирант, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М.Ф. Решетнева (Красноярск); ORCID: 0000-0002-8571-9596; e-mail: mr.vlad08@mail.ru

Постановка проблемы. Одним из ключевых высокотехнологичных секторов Российской экономики является сектор авиационной промышленности, где общая численность работников по состоянию на конец 2021 – начало 2022 г. составляет порядка 400 тыс.

человек. Разработка и серийный выпуск продукции для гражданской авиации обеспечиваются производственной деятельностью работников (конструкторы, инженеры, авиатехники). Для выполнения всех целей, возложенных на авиационный сектор промышленности, и достижения

задач в государственной программе Российской Федерации по «Развитию авиационной промышленности» необходимо оптимизировать условия работы современных организаций в авиационном секторе промышленности для улучшения здоровья работников (физического, психического, интеллектуального) и повышения работоспособности. В работах [Виноградова, Окунькова, 2015; Галкин и др., 2016; Киреева, 2017; 2019] отражена важность экономического развития страны силами населения трудоспособного возраста. Роль физической активности и мотивация к занятиям физической культурой и спортом взрослого населения в среде корпоративного спорта отражена в работах [Колтан, Конеева, 2014; Никулин и др., 2016; Пашенко, 2017; Осик и др., 2017; Aleksovska et al., 2019; Родионова, Лубышева, 2020; Farrahi et al., 2020; Kopp, Burtcher, 2021; Murphy et al., 2023; Deslippe et al., 2023]. Научные труды и исследования в области вовлечения взрослого населения в организованную физкультурно-оздоровительную деятельность [Артемьев, 2014; Проскурякова, 2016; Пашенко, 2017; Дворкин, Дворкина, 2019; Шестакова, Перевалина, 2019; Киреева, 2017; Holtermann et al., 2021; Kons et al., 2023; Bell et al., 2023] установили зависимость влияния физической активности на уровень здоровья, физическую подготовленность, психоэмоциональное состояние и работоспособность. Необходимость изучения физкультурно-оздоровительной деятельности трудоспособного взрослого населения страны с последующим моделированием и определением граничных условий для создания модели отражена в работах [Дахин, 2012; Камалетдинова и др., 2012; Киреева, 2017; 2019].

Цель исследования – разработка модели организации физкультурно-оздоровительной деятельности работников авиационного сектора промышленности от 25 до 35 лет на основе применения интегративного подхода.

Методология исследования. В исследовании был применен метод теоретического моделирования на основании обработанных данных [Герасценко и др., 2023], полученных в процессе социологического опроса и анкетирования по оценке уровня физкультурно-оздоровительной

работы организаций по техническому обслуживанию воздушных судов.

Результаты исследования. Использование средств оздоровительной физической культуры в течение рабочего дня и в свободное от работы время с целью снижения утомляемости, профилактики профессиональных заболеваний и повышение работоспособности являются необходимыми условиями для оптимизации работы труда на производстве. В результате анализа и оценки физкультурно-оздоровительной работы организаций по техническому обслуживанию воздушных судов была разработана и предложена к внедрению модель физкультурно-оздоровительной деятельности работников авиационного сектора промышленности на основе интегративного подхода [Антипенкова, Киреева, 2017]. Модель состоит из четырех блоков – целевой, организационный, критериально-оценочный и результативный.

Целевой блок включает в себя обоснование цели, которая заключается в разработке технологии формирования здорового образа жизни и оптимизации физкультурно-оздоровительной деятельности работников авиационного сектора промышленности, а также разработку следующих задач: обеспечение теоретической и практической подготовленности работников авиационного сектора по формированию здорового образа жизни; организация и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий с учетом уровня физической подготовленности, работоспособности и психоэмоционального состояния работников авиационного сектора промышленности; проведение тестирования ВФСК ГТО; повышение уровня экономической эффективности предприятия посредством применения модели физкультурно-оздоровительной работы с уменьшением трудовых потерь. Кроме этого, обосновывается применение следующих педагогических принципов: системности, последовательности, оптимальности и доступности в обучении.

Организационный блок: взаимосвязь физкультурно-оздоровительной деятельности в режиме рабочего дня и в свободное время,

спортивно-массовые мероприятия, сдача нормативов ВФСК ГТО с учетом психологии межличностных отношений в физкультурно-спортивной деятельности в сфере авиационной промышленности (социально ориентированное общение, лично ориентированное общение, подтекстовая ориентация) и врачебно-педагогический контроль (наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и работоспособностью, разработка рациона на основе принципа рационального питания и условий работы, консультации и составление индивидуальных планов тренировок с преподавателями).

Критериально-оценочный блок необходим для определения показателей комплексной оценки эффективности модели и включает: формирование ключевых компетенций и коммуникативных способностей специалистов авиационного сектора промышленности; умение организовывать собственную деятельность из граничных условий рабочего графика; количество физкультурно-оздоровительных мероприятий в организациях по техническому обслуживанию воздушных судов; уровень физической подготовленности работников; психоэмоциональное состояние работников и зависимость экономической эффективности предприятия от результатов физкультурно-оздоровительной работы.

Для проверки эффективности предложенной модели был внедрен *результативный блок*, включающий три показателя.

1. Повышение эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности организаций

по техническому обслуживанию воздушных судов.

2. Уменьшение трудовых потерь и повышение экономической эффективности организации.

3. Сформированные ценности работников к ведению здорового образа жизни.

Заключение. В результате применения метода теоретического моделирования была разработана модель организации физкультурно-оздоровительной деятельности работников авиационного сектора промышленности от 25 до 35 лет на основе применения интегративного подхода. В структуру разработанной модели включены четыре блока (целевой, организационный, критериально-оценочный и результативный). *Целевой блок* отвечает за обоснование цели посредством разработки технологии формирования здорового образа жизни, *организационный блок* обеспечивает взаимосвязь физкультурно-оздоровительной деятельности в различных режимах рабочего времени, *критериально-оценочный блок* позволяет определить показатели комплексной оценки эффективности модели, *результативный блок* определяет эффективность разработанной модели. На следующем этапе исследования будет выполнен педагогический эксперимент с инженерно-техническим персоналом организаций по техническому обслуживанию воздушных судов и проверена эффективность модели исходя из граничных условий с последующим внедрением разработанной модели на производстве и в учебные центры подготовки авиационного персонала.

Библиографический список

1. Антипенкова И.В., Киреева А.В. Модель физкультурно-оздоровительной работы в финансовой организации (корпорации) // Наука и спорт: современные тенденции. 2017. Т. 14, № 1 (14). С. 34–40. URL: <https://sciencesport.ru/journals/no1-tom-14-2017-god/articles/model-fizkulturno-ozdorovitelnoy-raboty-v-finansovoy>
2. Артемьев А.А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в структуре здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. 2014. № 1. С. 9–30. URL: https://journals.csu.ru/index.php/vcsu_eh/issue/view/123/2014_1
3. Виноградов П.А., Окуньков Ю.В. Физическая культура и спорт трудящихся: научно-методические, социологические и организационные аспекты. М.: Советский спорт, 2015. 172 с. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01007936489>

4. Галкин Ю.П. и др. Особенности использования трудящимися различных форм и средств физической рекреации / Ю.П. Галкин, Д.Ф. Палецкий, Т.М. Булкова, О.А. Комачева // Культура физическая и здоровье. 2016. № 1 (56). С. 92–95. URL: http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/fizkultura_2016_v56_N1.html
5. Геращенко В.В. и др. Оценка уровня физкультурно-оздоровительной работы организаций по техническому обслуживанию воздушных судов / В.В. Геращенко, Д.В. Геращенко, М.Д. Кудрявцев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 4 (218). С. 67–71. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.04.p67-72.
6. Дахин А.Н. Модели и цели общего образования // Школьные технологии. 2012. № 3. С. 67–77. URL: <https://narodnoe.org/journals/shkolnie-tehnologii/2012-3>
7. Дворкин Л.С., Дворкина Н.И. Теория и методика физкультурно-оздоровительных технологий / Краснодар: КГУФКСТ, 2019. 246 с. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37118542>
8. Камалетдинов В.Г., Попова А.Ф., Мусакаев М.Б. Моделирование в системе управления физкультурно-спортивной деятельностью // Сибирский педагогический журнал. 2012. № 2. С. 165–169. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17865752>
9. Киреева А.В. Здоровье трудоспособного населения страны как экономическая категория // Дети. Спорт. Здоровье: межрег. сб. науч. тр. по проблемам интегративной и спортивной антропологии. Смоленск: СГАФКСТ, 2017. С. 164–167. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32678330>
10. Киреева А.В., Антипенкова И.В. Организация физкультурно-оздоровительной деятельности работающего населения на основе применения интернет-технологий // Актуальные подходы к формированию физической культуры работающего населения и использованию физкультурно-оздоровительных технологий в процессе профессиональной деятельности: матер. Всерос. науч.-практ. конф. (10 декабря 2019 г., Екатеринбург). Екатеринбург, 2019. С. 68–74. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42694412>
11. Колтан С.В., Конеева Е.В. Корпоративный спорт и его миссия в развитии международной компании // Вестник Балтийского государственного университета им. И. Канта. 2014. № 5. С. 75–79. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21545618>
12. Никулин И.Н., Воронков А.В., Посахов А.В., Ревина Ю.А. Мониторинг уровня физической подготовленности студентов вуза при выполнении испытаний комплекса ГТО // Культура физическая и здоровье. 2016. № 5 (60). С. 88–89. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27714906>
13. Осик В.И., Лазарь О.Г., Ончукова Е.И. Мотивационная готовность к занятиям физическими упражнениями учителей физической культуры // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3: Педагогика и психология. 2017. № 3 (203). С. 159–163. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30579380>
14. Пащенко Л.Г. Организация образовательно-оздоровительной деятельности взрослого населения в условиях физкультурно-оздоровительного комплекса // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2017. № 3 (20). С. 177–181. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30101857>
15. Пащенко Л.Г. Физическая активность и мотивы занятий физической культурой и спортом взрослого населения в России и за рубежом // Вестник Нижневартковского государственного университета. 2017. № 3. С. 110–116. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30029461>
16. Проскурякова Н.Г. Возможности фитнес-среды в подготовке населения к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» // Теория и практика физической культуры. 2016. № 12. С. 96–98. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27389940>
17. Родионов В.А., Родионова М.А. Роль корпоративного спорта в оздоровлении и повышении уровня физической активности трудящихся // Теория и практика физической культуры. 2020. № 1. С. 90–91. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42390146>
18. Родионова М.А., Родионов В.А., Лубышева Л.И. Корпоративный спорт как часть корпоративной

- культуры производственного предприятия // Теория и практика физической культуры и спорта. 2019. № 3. С. 92–94. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37084740>
19. Шестаков М.М., Перевалина Е.А. Комплексирование разных направлений фитнеса на основе компьютерной программы // Материалы научной и научно-методической конференции ППС Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. 2019. Т. 48. С. 235–236. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41466520>
 20. Aleksovskaja K., Puggina A., Giraldi L. et al. Biological determinants of physical activity across the life course: a «Determinants of Diet and Physical Activity» (DEDIPAC) umbrella systematic literature review // *Sports Med Open*. 2019. Jan 8; No. 5(1). P. 2. URL: <https://doi.org/10.1186/s40798-018-0173-9>
 21. Bell O.J., Flynn D., Clifford T. et al. Identifying behavioural barriers and facilitators to engaging men in a community-based lifestyle intervention to improve physical and mental health and well-being // *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2023. Is. 20. P. 25. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01425-1>
 22. Deslippe A.L., Soanes A., Bouchaud C.C. et al. Barriers and facilitators to diet, physical activity and lifestyle behavior intervention adherence: a qualitative systematic review of the literature // *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2023. Is. 20. P. 14. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01424-2>
 23. Farrahi V., Niemelä M., Kärmeniemi M. et al. Correlates of physical activity behavior in adults: a data mining approach // *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2020. Is. 17. P. 94. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-020-00996-7>
 24. Holtermann A., Rasmussen C.L., Hallman D.M. et al. 24-Hour physical behavior balance for better health for all: «The sweet-spot hypothesis» // *Sports Med Open*. 2021. Is. 7. P. 98. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40798-021-00394-8>
 25. Kons R.L., Orssatto L.B.R., Ache-Dias J. et al. Effects of plyometric training on physical performance: An umbrella review // *Sports Med Open*. 2023. Is. 9. P. 4. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40798-022-00550-8>
 26. Kopp M., Burtscher M. Aiming at optimal physical activity for longevity (OPAL) // *Sports Med Open*. 2021. Is. 7. P. 70. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40798-021-00360-4>
 27. Murphy J., Mansergh F., O'Donoghue G. et al. Factors related to the implementation and scale-up of physical activity interventions in Ireland: a qualitative study with policy makers, funders, researchers and practitioners // *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2023. Is. 20. P. 16. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01413-5>

MODEL OF ORGANIZATION OF PHYSICAL CULTURE AND RECREATION ACTIVITIES FOR EMPLOYEES OF THE AVIATION INDUSTRY SECTOR

V.V. Gerashchenko (Krasnoyarsk, Russia)

Abstract

Statement of the problem. In order to fulfill all the goals assigned to the aviation industry sector and to solve the tasks of the state program of the Russian Federation "Development of the Aviation Industry", it is necessary to optimize the working conditions of modern organizations in the aviation industry sector to improve the health of workers (physical, mental, intellectual) and improve working capacity. The development and serial production of products for civil aviation is provided by the production activities of employees (designers, engineers, aircraft technicians).

The purpose of the research is to develop a theoretical model of the organization of physical culture and recreation activities for employees of the aviation sector of the industry aged 25–35 on the basis of an integrative approach.

Methodology (materials and methods). The methodology of the research includes the method of theoretical modeling on the basis of the processed data obtained in the process of a sociological survey and a questionnaire to assess the level of physical culture and recreation work of aircraft maintenance organizations.

Research results. The use of health – improving physical culture during a working day and in free time in order to reduce fatigue, prevent occupational diseases and improve working capacity are necessary conditions for optimizing the work in the workplace. As a result of the analysis and evaluation of the physical culture and wellness work of aircraft maintenance organizations, a model of physical culture and wellness activities of employees of the aviation industry sector based on an integrative approach was developed and proposed for implementation. The model includes four blocks – target, organizational, criterion-evaluation, and effective.

Conclusion. As a result of the application of the method of theoretical modeling, a model was developed of the organization of physical culture and recreation activities for employees of the aviation sector of the industry aged 25-35 on the basis of an integrative approach. At the next stage of the study, a pedagogical experiment will be performed with the engineering and technical personnel of aircraft maintenance organizations and the effectiveness of the presented model will be tested based on boundary conditions, followed by the introduction of the developed model in production and in training centers of aviation personnel.

Keywords: *physical culture and sports, aviation personnel, questionnaires, work with population, health promotion, model, working capacity.*

Gerashchenko, Vladislav V. – PhD Candidate, Reshetnev Siberian State University of Science and Technology (Krasnoyarsk, Russia); ORCID: 0000-0002-8571-9596; e-mail: mr.vlad08@mail.ru

References

1. Antipenkova I.V., Kireeva A.V. Model of physical culture and recreation work in a financial organization (corporation) // *Nauka i sport: sovremennyye tendentsii* (Science and sports: current trends). 2017. Vol. 14, No. 1 (14). P. 34–40. URL: <https://sciencesport.ru/journals/no1-tom-14-2017-god/articles/model-fizkulturno-ozdorovitelnoy-raboty-v-finansovoy>
2. Artemyev A. A. Organization of sports and recreation activities in the structure of health care activities of educational institutions // *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta. Obrazovanie i zdavookhranenie* (Bulletin of the Chelyabinsk State University. Education and Health Care). 2014. No. 1. P. 9–30. URL: https://journals.csu.ru/index.php/vcsu_eh/issue/view/123/2014_1
3. Vinogradov P.A., Okunkov Yu.V. Physical culture and sports of workers: scientific, methodological, sociological, and organizational aspects. Moscow: Sovetskiy sport, 2015. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01007936489>
4. Galkin Yu.P., Paletsky D.F., Bulkova T.M., Komacheva O.A. Features of the use of various forms and means of physical recreation by workers // *Kultura fizicheskaya i zdravie* (Physical Culture and Health). 2016. No. 1 (56). P. 92–95. URL: http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/fizkultura_2016_v56_N1.html

5. Gerashchenko V.V., Gerashchenko D.V., Kudryavtsev M.D., Petryaeva I.Yu., Samoilova G.M., Starshova N.Yu. Assessment of the level of physical culture and recreation work of aircraft maintenance organizations // *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta* (Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University). 2023. No. 4 (218). P. 67–71. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.04. P. 67–72.
6. Dakhin A.N. Models and goals of general education // *Shkolnye tekhnologii* (School technologies). 2023. No. 3. P. 67–77. URL: <https://narodnoe.org/journals/shkolnie-tehnologii/2012-3>
7. Dvorkin L.S., Dvorkina N.I. Theory and methodology of physical culture and health technologies. Krasnodar: KGUFKST, 2019. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37118542>
8. Kamaletdinov V.G., Popova A.F., Musakaev M.B. Modeling in the management system of physical culture and sports activities // *Sibirskiy pedagogicheskiy zhurnal* (Siberian Pedagogical Journal). 2012. No. 2. P. 165–169. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17865752>
9. Kireeva A.V. Health of the able-bodied population of the country as an economic category. In: *Children. Sport. Health: Interregional collection of scientific papers on the problems of integrative and sports anthropology*. Smolensk: SGAFKST, 2017. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32678330>
10. Kireeva A.V., Antipenkova I.V. Organization of physical culture and wellness activities of the working population based on the use of Internet technologies. In: *Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference “Actual approaches to the formation of physical culture of the working population and the use of physical culture and wellness technologies in the process of professional activity”*. December 10, 2019. Yekaterinburg. P. 68–74. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42694412>
11. Koltan S.V., Koneeva E.V. Corporate sports and its mission in the development of an international company // *Vestnik Baltiyskogo gosudarstvennogo universiteta im. I. Kanta* (Bulletin of I. Kant Baltic State University). 2014. No. 5. P. 75–79. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21545618>
12. Nikulin I.N., Voronkov A.V., Posakhov A.V., Revina Yu.A. Monitoring the level of physical fitness of university students when performing tests of the TRP complex // *Kultura fizicheskaya i zdorovie* (Physical Culture and Health). 2016. No. 5 (60). P. 88–89. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27714906>
13. Osik V.I., Lazar O.G., Onchukova E.I. Motivational readiness for physical exercises of physical culture teachers // *Vestnik Adygeyskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 3: Pedagogika i psikhologiya* (Bulletin of the Adygea State University. Series 3: Pedagogy and Psychology). 2017. No. 3 (203). P. 159–163. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30579380>
14. Pashchenko L.G. Organization of educational and recreational activities of the adult population in the conditions of a physical culture and recreation complex // *Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psikhologiya* (Azimut of Scientific Research: Pedagogy and Psychology). 2017. No. 3 (20). P. 177–181. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30101857>
15. Pashchenko L.G. Physical activity and motives of physical culture and sports of the adult population in Russia and abroad // *Vestnik Nizhnevartovskogo gosudarstvennogo universiteta* (Bulletin of Nizhnevartovsk State University). 2017. No. 3. P. 110–116. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30029461>
16. Proskuryakova N.G. The possibilities of the fitness environment in preparing the population for passing the norms of the All-Russian physical culture and sports complex “Ready for Work and Defense” // *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury* (Theory and Practice of Physical Culture). 2016. No. 12. P. 96–98. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27389940>
17. Rodionov V.A., Rodionova M.A. The role of corporate sports in improving health and increasing the level of physical activity of workers // *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury* (Theory and Practice of Physical Culture). 2020. No. 1. P. 90–91. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42390146>
18. Rodionova M.A., Rodionov V.A., Lubyshva L.I. Corporate sport as part of the corporate culture of a manufacturing enterprise // *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury i sporta* (Theory and Practice of Physical Culture and Sports). 2019. No. 3. P. 92–94. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37084740>

19. Shestakov M.M. Perevalina E.A. Integration of different directions of fitness and based on a computer program // Proceedings of the scientific and scientific-methodical conference of the Faculty of the Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism. 2019. No. 1. P. 235–236. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41466520>
20. Aleksovskaja K., Puggina A., Giraldi L. et al. Biological determinants of physical activity across the life course: a “Determinants of Diet and Physical Activity” (DEDIPAC) umbrella systematic literature review // Sports Med Open. 2019. Jan 8; No. 5(1). P. 2. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40798-018-0173-9>
21. Bell O.J., Flynn D., Clifford T. et al. Identifying behavioural barriers and facilitators to engaging men in a community-based lifestyle intervention to improve physical and mental health and well-being // Int J Behav Nutr Phys Act. 2023. Is. 20. P. 25. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01425-1>
22. Deslippe A.L., Soanes A., Bouchaud C.C. et al. Barriers and facilitators to diet, physical activity and lifestyle behavior intervention adherence: a qualitative systematic review of the literature // Int J Behav Nutr Phys Act. 2023. Is. 20. P. 14. URL: <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01424-2>
23. Farrahi V., Niemelä M., Kärmenniemi M. et al. Correlates of physical activity behavior in adults: a data mining approach // Int J Behav Nutr Phys Act. 2020. Is. 17. P. 94. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-020-00996-7>
24. Holtermann A., Rasmussen C.L., Hallman D.M. et al. 24-Hour physical behavior balance for better health for all: “The sweet-spot hypothesis” // Sports Med Open. 2021. Is. 7. P. 98. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40798-021-00394-8>
25. Kons R.L., Orssatto L.B.R., Ache-Dias J. et al. Effects of plyometric training on physical performance: An umbrella review // Sports Med Open. 2023. Is. 9. P. 4. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40798-022-00550-8>
26. Kopp M., Burtscher M. Aiming at optimal physical activity for longevity (OPAL) // Sports Med Open. 2021. Is. 7. P. 70. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40798-021-00360-4>
27. Murphy J., Mansergh F., O’Donoghue G. et al. Factors related to the implementation and scale-up of physical activity interventions in Ireland: a qualitative study with policy makers, funders, researchers and practitioners // Int J Behav Nutr Phys Act. 2023. Is. 20. P. 16. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01413-5>