

ОРИГИНАЛЬНАЯ НАУЧНАЯ СТАТЬЯ

DOI: <https://doi.org/10.17816/socm100988>

# Спорт в жизни студентов медицинских ВУЗов России

А.В. Решетников, Н.В. Присяжная, В.А. Решетников, В.В. Михайловский

Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова (Сеченовский Университет), Москва, Российская Федерация

## АННОТАЦИЯ

Спорт является неотъемлемой составляющей здорового образа жизни и оказывает прямое и опосредованное воздействие на качество жизни населения. Авторы в рамках социологического опроса рассматривают особенности представлений и мотивационных установок студентов восьми российских медицинских вузов, определяющие их приверженность спорту, и выделяют ряд факторов, влияющих на вовлеченность респондентов в спортивную жизнь на этапе получения высшего образования. Согласно результатам опроса респонденты после поступления в медицинский вуз изменяли структуру своей спортивной активности в сторону уменьшения, что связано, прежде всего, с высоким уровнем учебной нагрузки, нехваткой финансов и снижением мотивации к занятиям спортом. Наблюдалось противоречие: при наличии у студентов-медиков знаний о роли спорта в сохранении здоровья, фиксировался низкий уровень их личной вовлеченности в спорт. Экономия времени за счет сокращения респондентами занятий спортом или отказа от них и сформированный в изучаемой группе приоритет вектора усилий на получение профессиональных знаний, умений и навыков для оказания высококвалифицированной помощи населению даже с учетом рисков собственному здоровью, на взгляд авторов, косвенно подтверждает сохранение альтруистической составляющей медицинской деятельности и готовность обучающихся медицинских вузов к особым требованиям и рискам выбранной профессии.

**Ключевые слова:** спорт; здоровый образ жизни; студенты медицинских вузов; социологический опрос.

## Как цитировать:

Решетников А.В., Присяжная Н.В., Решетников В.А., Михайловский В.В. Спорт в жизни студентов медицинских вузов России // *Социология медицины*. 2021.Т. 20. №2. С. 55–63. DOI: <https://doi.org/10.17816/socm100988>

## ORIGINAL STUDY ARTICLE

DOI: <https://doi.org/10.17816/socm100988>

# Sport in the life of students of medical universities in Russia

Andrey V. Reshetnikov, Nadezhda V. Prisyazhnaya, Vladimir A. Reshetnikov, Victor V. Mikhailovsky

Sechenov First Moscow State Medical University, Moscow, Russian Federation

**ABSTRACT**

Sport is an integral part of a healthy lifestyle and has a direct and indirect impact on the quality of life of the population. The authors, within the framework of a sociological survey, consider the features of the ideas and motivational attitudes of students of eight Russian medical universities that determine their commitment to sports and identify a number of factors that affect the involvement of respondents in sports life at the stage of higher education. According to the survey results, respondents changed the structure of their sports activity downward after entering a medical university, which is primarily due to a high level of academic load, lack of finances and a decrease in motivation to play sports. There is a contradiction: medical students have knowledge about the role of sports in preserving health — however, they record a low level of their personal involvement in sports. However, the “saving” of time due to the reduction / refusal of respondents from sports and the priority of the vector of efforts formed in the study group to obtain professional knowledge, skills and abilities to provide highly qualified assistance to the population (even taking into account the risks to their own health), in the opinion of the authors, indirectly confirms the preservation of the altruistic component of medical activity and the readiness of medical university students to the special requirements and risks of the chosen profession.

**Keywords:** sports; healthy lifestyle; medical students; sociological survey.**To cite this article:**

Reshetnikov AV, Prisyazhnaya NV, Reshetnikov VA, Mikhailovsky VV. Sport in the life of students of medical universities in Russia // *Sociology of medicine*. 2021;20(2):55–63. (In Russ.). DOI: <https://doi.org/10.17816/socm100988>

Received: 06.08.2021

Accepted: 05.10.2021

Published: 12.01.2022

## ВВЕДЕНИЕ

По данным Всемирной организации здравоохранения физическая активность является фактором здорового роста и развития молодежи, способствует профилактике сердечно-сосудистых, обменных и онкологических заболеваний, а также улучшает когнитивные навыки и способности к обучению [1]. Современные исследования показывают, что одной из ключевых составляющих здоровья является уровень физической активности индивида, его приобщенность к спорту [2, 3]. Одновременно с этим отмечается, что физическая активность четверти взрослых людей в мире ниже рекомендуемого уровня, а дефицит физической активности наблюдается у более 80% подростков [1, 4].

Социальная группа студентов-медиков имеет специфическую траекторию профессионального становления, при этом длительное обучение, значительная учебная нагрузка и высокие требования профессии формируют ряд рисков для здоровья обучающихся медицинских вузов [5–9]. Более того, исследования показывают, что в этой группе студентов стремление к ведению здорового образа жизни и уровень приверженности спорту снижаются по мере возрастания академической нагрузки [7, 10]. Вышеуказанные аспекты подчеркивают важность работы высшей медицинской школы по формированию и укреплению мотивации к ведению здорового образа жизни у будущих врачей. Изучение особенностей мотивационных установок обучающихся медицинских вузов в отношении здорового образа жизни и его составляющих, прежде всего спорта, выступило эмпирической основой данной статьи.

## МЕТОД И ДИЗАЙН ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование было реализовано методом анкетного опроса кафедрой социологии медицины, экономики здравоохранения и медицинского страхования совместно с кафедрой общественного здоровья и здравоохранения имени Н.А. Семашко Первого МГМУ им. И.М. Сеченова (Сеченовского Университета) в 2017 году. Формирование выборки выполнено методом кластерной двухступенчатой выборки. В качестве кластера были приняты восемь медицинских вузов, отобранных в соответствии с требованиями минимальных различий (типизации) и неоднородности массива. На второй ступени в рамках кластера была сформирована репрезентативная квотная выборка по каждому вузу (квотирование по курсу обучения и факультету).

Участие в опросе приняли 984 студента из восьми медицинских вузов страны: Саратовского государственного медицинского университета (СГМУ) им. В.И. Разумовского (г. Саратов), Сеченовского Университета (г. Москва), Казанского ГМУ (г. Казань), Ростовского ГМУ (г. Ростов), Воронежского ГМУ им. Н.Н. Бурденко (г. Воронеж), Волгоградского ГМУ (г. Волгоград), Красноярского ГМУ

им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого (г. Красноярск) и Рязанского ГМУ им. акад. И.П. Павлова (г. Рязань). Критериями включения были факт очного обучения респондента в медицинском вузе на момент проведения опроса и согласие на участие в исследовании. Респондентам было предложено заполнить анкету, которая содержала несколько блоков вопросов (закрытых, с множественным выбором и открытых), направленных на выявление особенностей мотивационных установок обучающихся медицинских вузов в отношении здорового образа жизни, спорта, характера физической и социальной активности, а также на фиксацию их социально-демографических характеристик.

Анализ полученных данных (группировка, многомерный статистический анализ данных, анализ зависимостей между переменными) был реализован при помощи IBM SPSS Statistics 22.

## УЧАСТНИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследуемой группе преобладали женщины (68,0%), что соответствовало структуре генеральной совокупности. Средний возраст участников составил 20,9 лет (медиана — 21 год, мода — 20 лет), диапазон от 18 до 28 лет соответствовал квотам по курсам обучения.

Более половины респондентов (59,5%) обучались на бюджетной форме обучения, еще 40,5% участников исследования — на договорной основе. Имели диплом о ранее полученном среднем специальном (медицинском) образовании 11,3% респондентов.

Большинство респондентов (70,6%) не состояли в браке (не проживали совместно с партнером). Еще 26,7% опрошенных состояли в семейных отношениях (7,1% имели супруга или супругу, 19,6% — постоянного партнера). Не ответили на данный вопрос 2,7% студентов-медиков. Лишь 3,3% участников исследования сообщили, что у них есть дети.

Согласно ответам 42,5% респондентов они жили в сбалансированном режиме доходов и расходов, однако, с необходимостью экономить, в то время как треть опрошенных (33,2%) заявили, что у них достаточно денег, чтобы жить комфортно и обеспечивать текущие потребности, а 15,0% отметили, что их материальное положение позволяет им «жить хорошо». Между тем, 6,8% респондентов оказались за чертой бедности по финансовому состоянию и вынуждены были экономить, прежде всего, на продуктах питания. Затруднились с ответом 2,5% студентов-медиков.

## ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Согласно полученным данным до поступления в вуз 64,4% респондентов занимались спортом. Практически четверть опрошенных (24,0%) регулярно принимали участие в спортивных соревнованиях, а у каждого пятого занимавшегося спортом (19,9%) был спортивный разряд.

Однако, после начала обучения только 40,7% студентов продолжили тренировки [10, 11].

Детализация данных показывает, что юноши, в целом, более вовлечены в спортивную жизнь (табл. 1). При этом распределение респондентов по вузам в сопряженности с гендером показывает, что наиболее высокие показатели приверженности спорту до поступления в медицинский вуз были у студентов Ростова, Воронежа и Саратова и студенток Волгограда, Москвы и Саратова.

После поступления в медицинский вуз структура интересов молодежи существенно трансформировалась: высокие учебные нагрузки и необходимость освоения новых дисциплин высшей школы обусловили переустановку приоритетов студенчества, в том числе за счет экономии времени на занятиях спортом. Так, по средним оценкам, число юношей, занимающихся спортом, снизилось на треть (средний показатель — 33,1%), девушек — на 20%, а среди отдельных групп студентов мужского пола вузов-участников исследования разрыв показателей довузовского и вузовского периода достигал 44,8%.

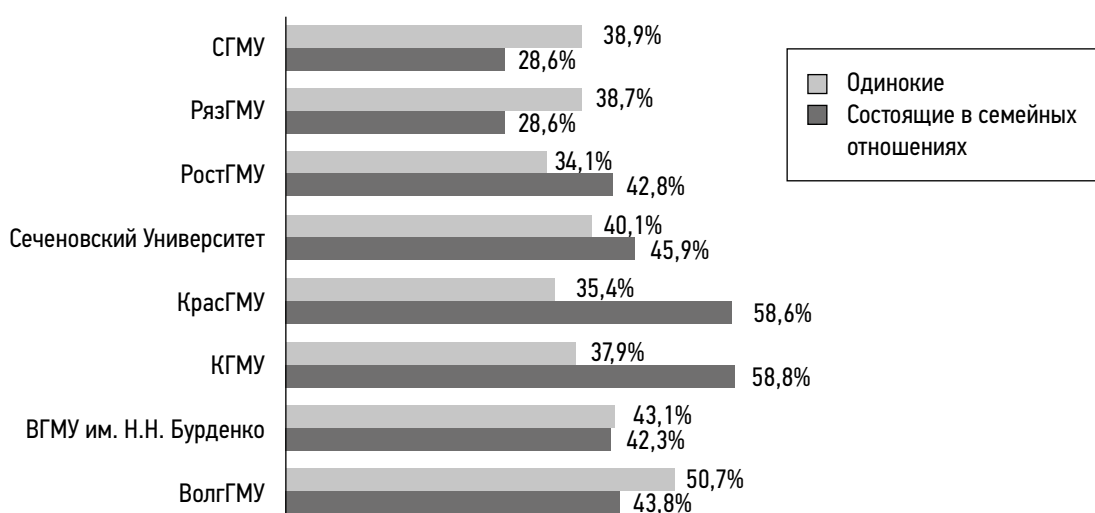
Интересно, что юноши-студенты Волгоградского ГМУ чаще других указывали, что занимаются спортом в период обучения в вузе (56,3%), и при сравнении с показателями их спортивной активности в довузовском периоде можно отметить, что диапазон её снижения в этой группе составил 21,8% (второе место после РязГМУ, в котором разница показателей довузовской и вузовской спортивной активности юношей составила 14,7%). Вместе с тем, учитывая более низкий «подростковый» уровень спортивной активности студентов Рязанского вуза (61,8% против 78,1% в ВолгГМУ), можно говорить о несколько более устойчивой мотивации к занятиям спортом у юношей-студентов Волгоградского медицинского университета.

В разрезе семейного положения были выявлены следующие особенности изучаемой группы студентов: несколько чаще занимались спортом студенты, состоящие в браке (или имеющие постоянного партнера) и проживающие в Казани, Красноярске, Ростове и Москве. При этом в Саратове, Рязани и Волгограде ситуация обратная — чаще посвящали свободное время спорту одинокие студенты (рис. 1).

**Таблица 1.** Показатели вовлеченности в спорт студентов медицинских вузов на довузовском и вузовском этапе (сопряженность пола и вуза респондентов, %)

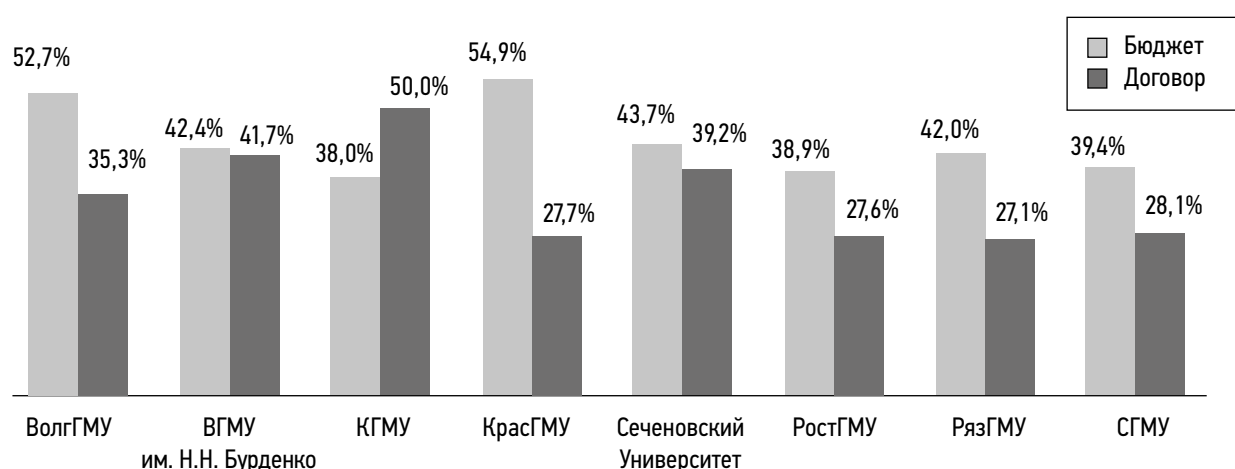
**Table 1.** Indicators of involvement in sports of students at medical universities at the preuniversity and university stages (conjunction of gender and university of respondents, %)

Вуз	Занимались спортом до поступления в вуз (n=978), %		Занимаются спортом в период обучения в вузе (n=971), %	
	юноши	девушки	юноши	девушки
ВолгГМУ	78,1	64,6	56,3	44,8
ВГМУ им. Н.Н. Бурденко	83,3	56,1	44,4	40,9
Казанский ГМУ	66,7	55,6	37,9	46,2
КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого	80,8	58,9	36,0	42,5
Сеченовский Университет	77,8	63,8	44,4	39,7
РостГМУ	89,5	42,4	44,7	32,3
РязГМУ им. И.П. Павлова	61,8	50,0	47,1	28,1
СГМУ им. В.И. Разумовского	84,1	62,3	46,5	29,5



**Рис. 1.** Приобщенность к занятиям спортом студентов медицинских вузов в сопряженности с их семейным статусом (%).

**Fig 1.** Involvement in sports of students at medical universities in conjunction with their marital status (%).



**Рис. 2.** Показатели вовлеченности в спорт студентов медицинских вузов в сопряженности с формой их обучения (%).

**Fig. 2.** Indicators of involvement in sports of students at medical universities in conjunction with their attendance mode (%).

По данным исследования занимаются спортом 44,2% обучающихся на бюджетной форме обучения, тогда как среди обучающихся на платном основании приверженность спорту гораздо ниже, лишь треть респондентов этой группы (35,1%) указали, что поддерживают такую активность.

В сопряженности формы обучения и вуза респондентов выявлено, что в большинстве медицинских университетов (кроме Казанского ГМУ) чаще занимаются спортом студенты, обучающиеся на бюджетной основе (рис. 2). Возможным объяснением этого может служить несколько большая концентрация на успешном освоении учебной программы и нехватка финансов на оплату спортивных активностей у студентов, обучающихся на платной основе. С учетом того, что частота упоминания высокой загруженности учебными заданиями и нехватки средств как причин отказа от спортивных занятий в группе респондентов, обучающихся на платной основе, выше, чем показатели аналогичного выбора ответов в общей группе студентов, не занимающихся спортом (89,4% и 28,0% против 84,5% и 16,7% соответственно), этот вывод представляется обоснованным.

Для работы вуза по повышению приобщенности студентов к здоровому образу жизни необходимо выявление ключевых барьеров, препятствующих спортивной активности студентов-медиков. В группе тех кто ответил, что в данный момент не занимается спортом ( $n=525$ ), ключевым фактором, определяющим невовлеченность в эту активность, выступила высокая учебная нагрузка. На втором месте, хотя и с большим отставанием по частоте упоминания, находились финансовый фактор и нежелание студентов продолжать тренировки (табл. 2).

Распределение ответов респондентов, в частности, отрыв варианта ответа «высокая учебная нагрузка» от остального списка вариантов позволяет сделать вывод о приоритете для студентов медицинских вузов получения профессиональных компетенций и успешного освоения программы обучения, что в целом, явилось ожидаемым. То, что в силу специфики обучения студенты-медики осознают негативное влияние на их здоровье отказа от физической активности и спорта и осознанно придерживаются такой позиции, может указывать на сохраняющиеся

**Таблица 2.** Причины невовлеченности студентов медицинских вузов в занятия спортом ( $n=525$ , множественный вопрос, сопряженность причин и вуза респондентов, не занимающихся спортом)

**Table 2.** Reasons for non-involvement of students at medical universities in sports ( $n=525$ , multiple questions, contingency of causes, and university of respondents who are not involved in sports)

Вуз	Высокая учебная нагрузка, %	Нехватка финансов, %	Отсутствие времени из-за личной жизни, %	Нежелание продолжать занятия, %	Не позволяют семейные обстоятельства, %	Наличие проблем со здоровьем, %
ВолгГМУ	85,7	20,6	9,5	23,8	6,3	9,5
ВГМУ им. Н.Н. Бурденко	88,4	27,9	11,6	20,9	2,3	2,3
КГМУ	83,3	14,3	9,5	14,3	9,5	9,5
КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого	82,1	14,3	10,7	19,6	8,9	5,4
Сеченовский Университет	83,0	18,4	12,5	18,4	6,8	3,4
РостГМУ	84,7	15,3	10,2	16,9	6,8	1,7
РязГМУ им. И.П. Павлова	85,7	23,2	7,1	26,8	3,6	3,6
СГМУ им. В.И. Разумовского	83,1	37,3	11,9	16,9	1,7	1,7

альтруистические стремления респондентов оказывать медицинскую помощь пациентам на высокопрофессиональном уровне даже в ситуации, когда достижение необходимого уровня профессиональной компетентности является фактором риска для их собственного здоровья. Этот вывод подтверждается тем, что для освоения программы вуза студенты жертвуют продолжительностью сна (79,0% отмечают хронический дефицит ночного сна), режимом дня (не соблюдают режим дня 83,7% респондентов, из них 85,5% объясняют это занятостью учебой) и режимом питания (78,4% респондентов не придерживаются правильного режима питания из-за высокой учебной нагрузки).

## ОБСУЖДЕНИЕ

В целом, анализ научной литературы показал, что для группы студентов медицинских вузов характерным является низкий уровень приобщенности к здоровому образу жизни и спорту [11–15]. Исследования показывают, что причины, определяющие снижение показателей приверженности студенческой молодежи здоровому образу жизни, сходны в разных странах. Это высокий уровень нагрузки, финансовые трудности и низкая мотивированность студентов к соблюдению принципов правильного питания и регулярной физической (спортивной) активности [5–7, 16]. Кроме того, зарубежные исследователи также как и российские социологи фиксируют распространенность среди студентов-медиков приема высвобождения времени для приоритетной учебной нагрузки за счет ограничения своей спортивной активности [17, 18].

Тем не менее, согласно данным аналогичного исследования, реализованного в 2020 году, в период пандемии выросло число студентов-медиков, занимающихся спортом [13, 19]. При этом значимость факторов, обуславливающих отказ от спортивной активности, также изменилась. Так, для студентов медицинского вуза в 2020 году сохранил лидирующее положение фактор учебной занятости, однако, на втором месте расположился вариант ответа «нет желания», а на третьем — семейные обстоятельства. Отсутствие финансовой возможности не позволило заниматься спортом 4,5% респондентов опроса 2020 года. Интересно, что одной из причин, не позволивших заниматься спортом обучающимся медицинского вуза в 2020 году, стали не только особенности здоровья и плохое самочувствие, но и закрытие спортивных центров в связи с ограничениями, связанными с режимом самоизоляции из-за пандемии новой коронавирусной инфекции COVID-19 [19].

С учетом доказанного вреда режима самоизоляции для физического состояния человека (гиподинамия, несбалансированное питание, стресс, ограничение социальных контактов, рост приверженности к гаджетам и др.) [20–22] вовлечение студентов в занятия спортом представляется необходимой мерой по сохранению здоровья молодежи. Вместе с тем заметим, что режим дистанционного обучения позволил части студентов вузов посвятить

высвободившийся ресурс времени занятиям спортом, при этом у женщин был зафиксирован больший адаптационный потенциал к условиям ограничения за счет перехода к типам спортивной активности, не требующим пространственных ресурсов (йога, гимнастика) [23]. Это указывает на ориентированность ещё не вовлечённой в спорт части студентов-медиков на ведение здорового образа жизни и их потенциальную готовность увеличить уровень своей спортивной нагрузки при наличии ресурсов времени.

Принимая во внимание, что медицинские работники, ведущие здоровый образ жизни, выступают положительным примером для пациентов [24, 25], а существующий опыт реализации стратегических программ в вузах по обучению студентов-медиков принципам и приемам правильного питания и правильной организации режима дня, тайм-менеджменту и балансу труда и отдыха (медицине образа жизни) показывает значимость роли университетов во внедрении политики сохранения здоровья студенческой молодежи и программ мотивации молодых людей к физической активности [26–28], представляется необходимой активизация усилий российских медицинских вузов в этом направлении.

## ВЫВОДЫ

1. Спортивная активность студентов-медиков на этапе перехода школа — вуз изменяется в сторону её ограничения или отказа от неё.
2. Факторами, определяющими уровень спортивной активности студентов-медиков, являются уровень их учебной нагрузки, финансовое положение и специфика личных мотивационных установок.
3. Выявленное противоречие между осведомленностью студентов-медиков о роли спорта в сохранении здоровья и осознанной экономией времени за счет сокращения спортивной активности (или отказа от нее), времени сна и других направлений самосохранительного поведения в целях выполнения приоритетной задачи получения профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для оказания высококвалифицированной помощи населению, указывает на сохранение альтруистической составляющей в структуре мотивации студентов медицинских вузов России.
4. Роль университетов в обеспечении сохранения здоровья обучающихся на современном этапе заключается в расширении программ, направленных на повышение мотивации и укрепление приверженности будущих врачей здоровому образу жизни.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**Конфликт интересов.** Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

**Источник финансирования.** Статья выполнена в рамках проекта «Здоровье каждого — богатство страны», при реализации которого использованы средства государственной поддержки, выделенные в качестве гранта в соответствии с распоряжением



Президента Российской Федерации №68-рп от 05.04.2016 года и на основании конкурса, проведенного Общероссийской общественной организацией «Лига здоровья нации».

**Вклад авторов.** Решетников А.В. — идея и дизайн исследования, анализ данных; Присяжная Н.В. — идея и дизайн исследования, сбор, обработка и анализ данных, редактирование текста; Решетников В.А. — идея и дизайн исследования, анализ данных; Михайловский В.В. — идея и дизайн исследования, сбор, обработка и анализ данных, редактирование текста. Все авторы подтверждают соответствие своего авторства международным критериям ICMJE (все авторы внесли существенный вклад в разработку концепции, проведение исследования и подготовку статьи, прочли и одобрили финальную версию перед публикацией).

## ADDITIONAL INFO

**Conflict of interests.** The authors declare absence of conflict of interests.

## ЛИТЕРАТУРА

1. apps.who.int [интернет]. ВОЗ. Глобальный план действий ВОЗ по повышению уровня физической активности на 2018–2030 гг. Повышение уровня активности людей для укрепления здоровья в мире [дата обращения: 10.04.2022]. Доступ по ссылке: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/279655/WHO-NMH-PND-18.5-rus.pdf?ua=1>
2. Posadzki P., Pieper D., Bajpai R., et al. Exercise/physical activity and health outcomes: an overview of Cochrane systematic reviews // BMC Public Health. 2020. Vol. 20, N 1. P. 1724. doi: 10.1186/s12889-020-09855-3
3. Ramakrishnan R., He J.R., Ponsonby A.L., et al. Objectively measured physical activity and all cause mortality: A systematic review and meta-analysis // Prev Med. 2021. Vol. 143, N. P. 106356. doi: 10.1016/j.ypmed.2020.106356
4. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization, 2020.
5. Wilf-Miron R., Kagan I., Saban M. Health behaviors of medical students decline towards residency: how could we maintain and enhance these behaviors throughout their training // Isr J Health Policy Res. 2021. Vol. 10, N 1. P. 13. doi: 10.1186/s13584-021-00447-z
6. Tavolacci M.P., Delay J., Grigioni S., et al. Changes and specificities in health behaviors among healthcare students over an 8-year period // PLoS One. 2018. Vol. 13, N 3. P. e0194188. doi: 10.1371/journal.pone.0194188
7. Бердиев Р.М., Кирюшин В.А., Моталова Т.В., Мирошникова Д.И. Состояние здоровья студентов-медиков и факторы его определяющие // Российский медико-биологический вестник им. акад. И.П. Павлова. 2017. № 2. С. 303–315. doi: 10.23888/PAVLOVJ20172303-315
8. Здоровье молодежи: новые вызовы и перспективы. Монография в 5 т. / под ред. Герасименко Н.Ф., Глыбочко П.В., Есауленко И.Э., и др. Москва: Научная книга, 2019.
9. Здоровье студентов: социологический анализ / под ред. Журавлева И.В.. Москва: Институт социологии РАН, 2012. 252с.
10. Решетников А.В., Ачкасов Е.Е., Решетников В.А., Присяжная Н.В. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи. Москва: ТПС Принт, 2017. 296 с.
11. Reshetnikov A.V., Prisyazhnaya N.V., Reshetnikov V.A., et al. The perception of healthy lifestyle among students of medical schools // Serbian Journal of Experimental and Clinical Research. 2020. №1. P. 67–74
12. Al-Sayegh N., Al-Enezi K., Nadar M., Dean E. Health Status, Behaviors, and Beliefs of Health Sciences Students and Staff at Kuwait University: Toward Maximizing the Health of Future Health Professionals and Their Patients // Int J Environ Res Public Health. 2020. Vol. 17, N 23. P. doi: 10.3390/ijerph17238776
13. Reshetnikov V., Mitrokhin O., Belova E., et al. Indoor Environmental Quality in Dwellings and Lifestyle Behaviors during the COVID-19 Pandemic: Russian Perspective // Int J Environ Res Public Health. 2021. Vol. 18, N 11. P. doi: 10.3390/ijerph18115975
14. While A.E. Promoting healthy behaviours — do we need to practice what we preach? // London J Prim Care (Abingdon). 2015. Vol. 7, N 6. P. 112–114. doi: 10.1080/17571472.2015.1113716
15. Malatskey L., Essa-Hadad J., Willis T.A., Rudolf M.C.J. Leading Healthy Lives: Lifestyle Medicine for Medical Students // Am J Lifestyle Med. 2019. Vol. 13, N 2. P. 213–219. doi: 10.1177/1559827616689041
16. Давыдова Ю.А., Каргаполова Е.В., Денисенкова Н.Н., Кананерова Е.Н. Мотивация студенчества к физкультурно-спортивной деятельности // теория и практика физической культуры. 2021. № 2. С. 79–81
17. Hilger-Kolb J., Loerbroks A., Diehl K. 'When I have time pressure, sport is the first thing that is cancelled': A mixed-methods study on barriers to physical activity among university students in Germany // J Sports Sci. 2020. Vol. 38, N 21. P. 2479–2488. doi: 10.1080/02640414.2020.1792159
18. Zeńczak-Praga K., Pluto-Prondzinska J., Zgorzalewicz-Stachowiak M. Medicine and Physiotherapy students: are they physically active? Comparative research on Spanish and German population // Pol Merkur Lekarski. 2017. Vol. 42. P. 205–209.
19. Решетников В.А., Михайловский В.В., Микерова М.С. Образ жизни студентов медицинского вуза в условиях самоизоляции при угрозе распространения COVID-19 // Медицинский вестник МБД, 2020. № 6. С. 6–13.

20. Goncalves A., Le Vigouroux S., Charbonnier E. University Students' Lifestyle Behaviors during the COVID-19 Pandemic: A Four-Wave Longitudinal Survey // *Int J Environ Res Public Health*. 2021. Vol. 18, N 17. P. doi: 10.3390/ijerph18178998
21. Bertrand L., Shaw K.A., Ko J., et al. The impact of the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic on university students' dietary intake, physical activity, and sedentary behaviour // *Appl Physiol Nutr Metab*. 2021. Vol. 46, N 3. P. 265–272. doi: 10.1139/apnm-2020-0990
22. Ullah I., Islam M.S., Ali S., et al. Insufficient Physical Activity and Sedentary Behaviors among Medical Students during the COVID-19 Lockdown: Findings from a Cross-Sectional Study in Pakistan // *Int J Environ Res Public Health*. 2021. Vol. 18, N 19. P. doi: 10.3390/ijerph181910257
23. Rodriguez-Larrad A., Manas A., Labayen I., et al. Impact of COVID-19 Confinement on Physical Activity and Sedentary Behaviour in Spanish University Students: Role of Gender // *Int J Environ Res Public Health*. 2021. Vol. 18, N 2. P. doi: 10.3390/ijerph18020369

## REFERENCES

1. apps.who.int [internet]. VOZ. Global'nyi plan deistvii VOZ po povysheniyu urovnya fizicheskoi aktivnosti na 2018-2030 gg. Povyshenie urovnya aktivnosti lyudei dlya ukrepleniya zdorov'ya v mire [data obrashcheniya: 10.04.2022]. Dostup po ssylke: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/279655/WHO-NMH-PND-18.5-rus.pdf?ua=1>
2. Posadzki P, Pieper D, Bajpai R, et al. Exercise/physical activity and health outcomes: an overview of Cochrane systematic reviews. *BMC Public Health*. 2020;20(1):1724. doi: 10.1186/s12889-020-09855-3
3. Ramakrishnan R, He JR, Ponsonby AL, et al. Objectively measured physical activity and all cause mortality: A systematic review and meta-analysis. *Prev Med*. 2021;143:106356. doi: 10.1016/j.ypmed.2020.106356
4. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization; 2020.
5. Wilf-Miron R, Kagan I, Saban M. Health behaviors of medical students decline towards residency: how could we maintain and enhance these behaviors throughout their training. *Isr J Health Policy Res*. 2021;10(1):13. doi: 10.1186/s13584-021-00447-z
6. Tavalacci MP, Delay J, Grigioni S, et al. Changes and specificities in health behaviors among healthcare students over an 8-year period. *PLoS One*. 2018;13(3):e0194188. doi: 10.1371/journal.pone.0194188
7. Berdiev RM, Kiryushin VA, Motalova TV, Miroshnikova DI. Health state of medical students and its determinants. *I.P. Pavlov Russian Medical Biological Herald*. 2017;25(2):303–315. (In Russ). doi: 10.23888/PAVLOVJ20172303-315
8. Gerasimenko NF, Glybochko PV, Esaulenko IE, et al, editors. *Zdorov'e molodezhi: novye vyzovy i perspektivy. Monografiya v 5 t.* Moscow: Nauchnaya kniga; 2019. (In Russ).
9. Zhuravlev IV, editor. *Zdorov'e studentov: sotsiologicheskii analiz.* Moscow: Institut sotsiologii RAN; 2012. 252 p. (In Russ).
10. Reshetnikov AV, Achkasov EE, Reshetnikov VA, Prisyazhnaya NV. *Formirovanie zdorovogo obraza zhizni studencheskoi molodezhi.* Moscow: TPS Print; 2017. 296 p. (In Russ).
11. Reshetnikov AV, Prisyazhnaya NV, Reshetnikov VA, et al. The perception of healthy lifestyle among students of medical schools. *Serbian Journal of Experimental and Clinical Research*. 2020;(1):67–74.
12. Al-Sayegh N, Al-Enezi K, Nadar M, Dean E. Health Status, Behaviors, and Beliefs of Health Sciences Students and Staff at Kuwait University: Toward Maximizing the Health of Future Health Professionals and Their Patients. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(23). doi: 10.3390/ijerph17238776
13. Reshetnikov V, Mitrokhin O, Belova E, et al. Indoor Environmental Quality in Dwellings and Lifestyle Behaviors during the COVID-19 Pandemic: Russian Perspective. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(11). doi: 10.3390/ijerph18115975
14. While AE. Promoting healthy behaviours - do we need to practice what we preach? *London J Prim Care (Abingdon)*. 2015;7(6):112–114. doi: 10.1080/17571472.2015.1113716
15. Malatskey L, Essa-Hadad J, Willis TA, Rudolf MCJ. Leading Healthy Lives: Lifestyle Medicine for Medical Students. *Am J Lifestyle Med*. 2019;13(2):213–219. doi: 10.1177/1559827616689041
16. Davydova YA, Kargapolova EV, Denisenkova NN, Kananerova EN. University students' motivations for physical education and sports: questionnaire survey. *Theory and practice of physical culture*. 2021;(2):79–81. (In Russ).
17. Hilger-Kolb J, Loerbroks A, Diehl K. 'When I have time pressure, sport is the first thing that is cancelled': A mixed-methods study on barriers to physical activity among university students in Germany. *J Sports Sci*. 2020;38(21):2479–2488. doi: 10.1080/02640414.2020.1792159
18. Zeńczak-Praga K, Pluto-Prondzinska J, Zgorzalewicz-Stachowiak M. Medicine and Physiotherapy students: are they physically active? Comparative research on Spanish and German population. *Pol Merkur Lekarski*. 2017;42:205–209.
19. Reshetnikov VA, Mixajlovskij VV, Mikerova MS. Life-style of medical students in the condition of self-isolation under widespread danger of COVID-19. *Meditsinskij vestnik MVD*. 2020;(6):6–13. (In Russ).
20. Goncalves A, Le Vigouroux S, Charbonnier E. University Students' Lifestyle Behaviors during the COVID-19 Pandemic: A Four-Wave Longitudinal Survey. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(17). doi: 10.3390/ijerph18178998
21. Bertrand L, Shaw KA, Ko J, et al. The impact of the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic on university students' dietary intake, physical activity, and sedentary behaviour. *Appl Physiol Nutr Metab*. 2021;46(3):265–272. doi: 10.1139/apnm-2020-0990
22. Ullah I, Islam MS, Ali S, et al. Insufficient Physical Activity and Sedentary Behaviors among Medical Students during the COVID-19



Lockdown: Findings from a Cross-Sectional Study in Pakistan. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(19). doi: 10.3390/ijerph181910257

23. Rodriguez-Larrad A, Manas A, Labayen I, et al. Impact of COVID-19 Confinement on Physical Activity and Sedentary Behaviour in Spanish University Students: Role of Gender. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(2). doi: 10.3390/ijerph18020369

24. While AE. Promoting healthy behaviours — do we need to practice what we preach? *London J Prim Care (Abingdon)*. 2015;7(6):112–114. doi: 10.1080/17571472.2015.1113716

25. Panova EL, Kuzmina YV, Grigoryan YG, Bogatyreva KV. Concepts of physical practices in ancient Greek health philosophy. *Theory and Practice of Physical Culture*. 2018;(12):9–11. (In Russ).

## ОБ АВТОРАХ

**\* Присяжная Надежда Владимировна**, к.социол.н.;  
адрес: Российская Федерация, 119021, Москва, ул. Россолимо,  
д. 11; стр. 2; e-mail: prisyazhnaya\_n\_v@staff.sechenov.ru;  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-5251-130X>,  
Scopus Author ID: 23089112600; Researcher ID - N-2926-2019;  
eLibrary SPIN-код: 6930-9377, AuthorID: 497535

**Решетников Андрей Вениаминович**, академик РАН, д.м.н.,  
д.социол.н., профессор;  
e-mail: reshetnikov\_a\_v@staff.sechenov.ru;  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-9413-4859>;  
Scopus Author ID: 6602355371; eLibrary SPIN-код: 6488-3251,  
AuthorID: 644563

**Решетников Владимир Анатольевич**, д.м.н., профессор;  
e-mail: reshetnikov\_v\_a@staff.sechenov.ru;  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7853-7356>;  
Scopus Author ID: 57207622775;  
eLibrary SPIN-код: 4016-2059, AuthorID: 668335

**Михайловский Виктор Викторович**,  
e-mail: mikhaylovskiy\_v\_v@staff.sechenov.ru;  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-0001-4202>;  
Scopus Author ID: 57224109847; eLibrary SPIN-код: 2315-2651,  
AuthorID: 781555

26. Malatskey L, Essa-Hadad J, Willis TA, Rudolf MCJ. Leading Healthy Lives: Lifestyle Medicine for Medical Students. *Am J Lifestyle Med*. 2019;13(2):213–219. doi: 10.1177/1559827616689041

27. [www.acha.org](http://www.acha.org) [Internet]. Okanagan Charter: An International Charter for Health Promoting Universities and Colleges (2015) [cited 09 Apr 2022]. Available from: [https://www.acha.org/documents/general/Okanagan\\_Charter\\_Oct\\_6\\_2015.pdf](https://www.acha.org/documents/general/Okanagan_Charter_Oct_6_2015.pdf)

28. Popova EV, Ustyuzhantseva OV. Health as an Object of Governance: The Role of Universities. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta*. 2021(465):155–163. (In Russ). doi: 10.17223/15617793/465/21

## AUTORS INFO

**\*Nadezhda V. Prisyazhnaya**, Cand. Sci. (Soc.);  
address: Rossolimo Str., 11, b. 2, 119021, Moscow, Russian Federation; e-mail: prisyazhnaya\_n\_v@staff.sechenov.ru;  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-5251-130X>;  
Scopus Author ID 23089112600; Researcher ID - N-2926-2019;  
eLibrary SPIN-код: 6930-9377; AuthorID: 497535

**Andrey V. Reshetnikov**, academician of the RAS, Dr. Sci. (Med.), Dr. Sci. (Soc.), professor;  
e-mail: reshetnikov\_a\_v@staff.sechenov.ru;  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-9413-4859>;  
Scopus ID: 6602355371; eLibrary SPIN-код: 6488-3251;  
AuthorID: 644563

**Vladimir A. Reshetnikov**, Dr. Sci. (Med.), Professor;  
e-mail: reshetnikov\_v\_a@staff.sechenov.ru;  
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-7853-7356>,  
Scopus Author ID: 57207622775; eLibrary SPIN-код: 4016-2059;  
AuthorID: 668335

**Victor V. Mikhailovsky**, Senior Lecturer;  
e-mail: mikhaylovskiy\_v\_v@staff.sechenov.ru;  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-0001-4202>;  
Scopus Author ID: 57224109847; eLibrary SPIN-код: 2315-2651;  
AuthorID: 781555

\* Автор, ответственный за переписку / Corresponding author