DOI 10.20310/1810-0201-2020-25-185-166-175
УДК 371

Формирование профессионально-прикладной физической культуры личности студентов (на примере специалистов библиотечного дела)

Яна Валентиновна ПЛАТОНОВА[1], Александр Николаевич СЫСОЕВ[1], Владимир Владимирович ПУЖАЕВ[2]
[1]ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина»
392000, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. Интернациональная, 33
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-4756-102X, e-mail: kalinchevayana@gmail.com
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9015-1707, e-mail: san040382@yandex.ru
[2]Московский университет МВД России им. В.Я. Кикотя
117437, Российская Федерация, г. Москва, ул. Академика Волгина, 12
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-1426-1047, e-mail: puzhaev07@rambler.ru

Students personality professional and applied physical culture formation (on the example of librarianship specialists)

Yana V. PLATONOVA[1], Alexander N. SISOEV[1], Vladimir V. PUZHAEV[2]
[1]Derzhavin Tambov State University
33 Internatsionalnaya St., Tambov 392000, Russian Federation
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-4756-102X, e-mail: kalinchevayana@gmail.com
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9015-1707, e-mail: san040382@yandex.ru
[2]Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation named after V.Y. Kikot
12 Academician Volgin St., Moscow 117437, Russian Federation
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-1426-1047, e-mail: puzhaev07@rambler.ru

Аннотация. Проанализированы наиболее часто встречаемые проблемы в области профессиональных рисков работников библиотечной сферы. К негативным последствиям профессионального влияния работы в библиотеке относится появление перенапряжения нервной системы, ведущего к внутренней эмоциональной опустошенности и синдрому «эмоционального сгорания»; развитие гиподинамии, приводящей к нарушениям в деятельности опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы работников; возникновение переутомления и потеря зрения в процессе работы за персональным компьютером. Кроме того, основная деятельность библиотекаря осуществляется в условиях отрицательного воздействия бумажной и книжной пыли, присутствия в микрофлоре болезнетворных бактерий и грибков, несоответствия параметров микроклимата в помещениях библиотек требуемым нормам. Серьезный риск, которому подвержены библиотекари на своих рабочих местах, связан с развитием заболеваний органов дыхания, которые могут быть аллергического характера (бронхиальная астма) или передающихся воздушно-капельным путем (туберкулез, вирусы гриппа). Результаты тестирования жизненной емкости легких, времени задержки дыхания на вдохе и выдохе студенток 1–2 курсов факультета культуры и искусств Тамбовского государственного университета им. Г.Р. Державина позволили выявить картину функционального состояния дыхательной системы, подверженной значительному риску в процессе профессиональной деятельности работника библиотечной сферы. Предполагается, что формирование системы знаний и умений, касающихся профессиональной безопасности, охраны здоровья, профилактики отдельных заболеваний работников библиотечной сферы должны закладываться в период обучения в вузе, в том числе на занятиях физической культурой.

Ключевые слова: библиотекарь; профессиональные риски; физическая культура; жизненная емкость легких; проба Штанге; проба Генчи

 © Платонова Я.В., Сысоев А.Н., Пужаев В.В., 2020

Для цитирования: *Платонова Я.В., Сысоев А.Н., Пужаев В.В.* Формирование профессионально-прикладной физической культуры личности студентов (на примере специалистов библиотечного дела) // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. Тамбов, 2020. Т. 25, № 185. С. 166-175. DOI 10.20310/1810-0201-2020-25-185-166-175

Abstract. We analyze the most frequently encountered problems in the field of occupational hazards of library workers. Negative consequences of influence of professional work in the library is the nervous system overvoltage appearance, leading to internal emotional exhaustion and “emotional burnout” syndrome; the development of physical inactivity, leading to irregular functioning of the musculoskeletal and cardiovascular systems of workers; fatigue occurrence and vision loss in the process for a personal computer. In addition, the main activity of the librarian is carried out in paper and book dust negative impact conditions, the presence of pathogenic bacteria and fungi in the microflora, non-compliance of microclimate parameters in the premises of libraries with the required standards. A serious risk to which librarians are exposed in their workplaces is associated with the respiratory diseases development, which may be allergic in nature (bronchial asthma) or airborne transmission (tuberculosis, influenza viruses). The results of lung capacity testing, breathe retention time on inhalation and exhalation of female students of 1–2 courses of the Culture and Arts Faculty of Derzhavin Tambov State University allow us to reveal a picture of the respiratory system functional state, exposed to significant risk in the professional activity process of the library sphere employee. Knowledge and skills system formation related to occupational safety, health, library workers certain diseases prevention should be laid in the period of study at the university, including physical education.

Keywords: librarian; occupational hazards; physical education; lung capacity; Stange test; Genci test

For citation: Platonova Y.V., Sisoev A.N., Puzhayev V.V. Formirovaniye professional’no-prikladnoy fizicheskoy kul’tury lichnosti studentov (na primere spetsialistov bibliotechnogo dela) [Students personality professional and applied physical culture formation (on the example of librarianship specialists)]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series: Humanities*, 2020, vol. 25, no. 185, pp. 166-175. DOI 10.20310/1810-0201-2020-25-185-166-175 (In Russian, Abstr. in Engl.)

Ведущее место в социальной сфере страны занимают учреждения культуры, функция которых заключается в организации досуга населения. Трудовая деятельность работников культуры, к которым относятся музыканты, певцы, режиссеры, актеры, организаторы культурно-просветительной работы и прочие, характеризуется значительным нервным и эмоциональным напряжением, повышенным вниманием к состоянию здоровья, существенными затратами энергии. Особое значение в их работе отводится показателям психомоторных качеств (зрительно-моторной, слуховой реакциям), координационным связям, развитому нервно-мышечному аппарату с высокой подвижностью нервных процессов [1; 2].

Достойное место в социокультурном пространстве регионов отводится библиотекам. Обновление деятельности библиотек, насыщение их информационными и телекоммуникационными технологиями становится необходимым условием их современного функционирования. Претерпевает изменения и профессиональная модель библиотекаря, предполагающая наличие широкого круга знаний и умений, которыми обязан владеть библиотечный специалист нового формата [3].

Прежде чем перейти к рассмотрению проблемы профессиональных рисков и путей сохранения и укрепления здоровья будущих работников библиотечной сферы, необходимо рассмотреть, что представляет собой данная профессия. Классификация профессии «Библиотекарь» взята нами с электронного информационно-справочного ресурса «ПРОФ-ОРИЕНТИР» (http://proforientir42.ru/dt_profession/bibliotekar/) и представлена на рис. 1.

К родственным профессиям относятся библиограф, документовед, архивариус, редактор, историк-архивист. Работниками библиотечной сферы в большинстве процентов (95–98 %) являются женщины [4].

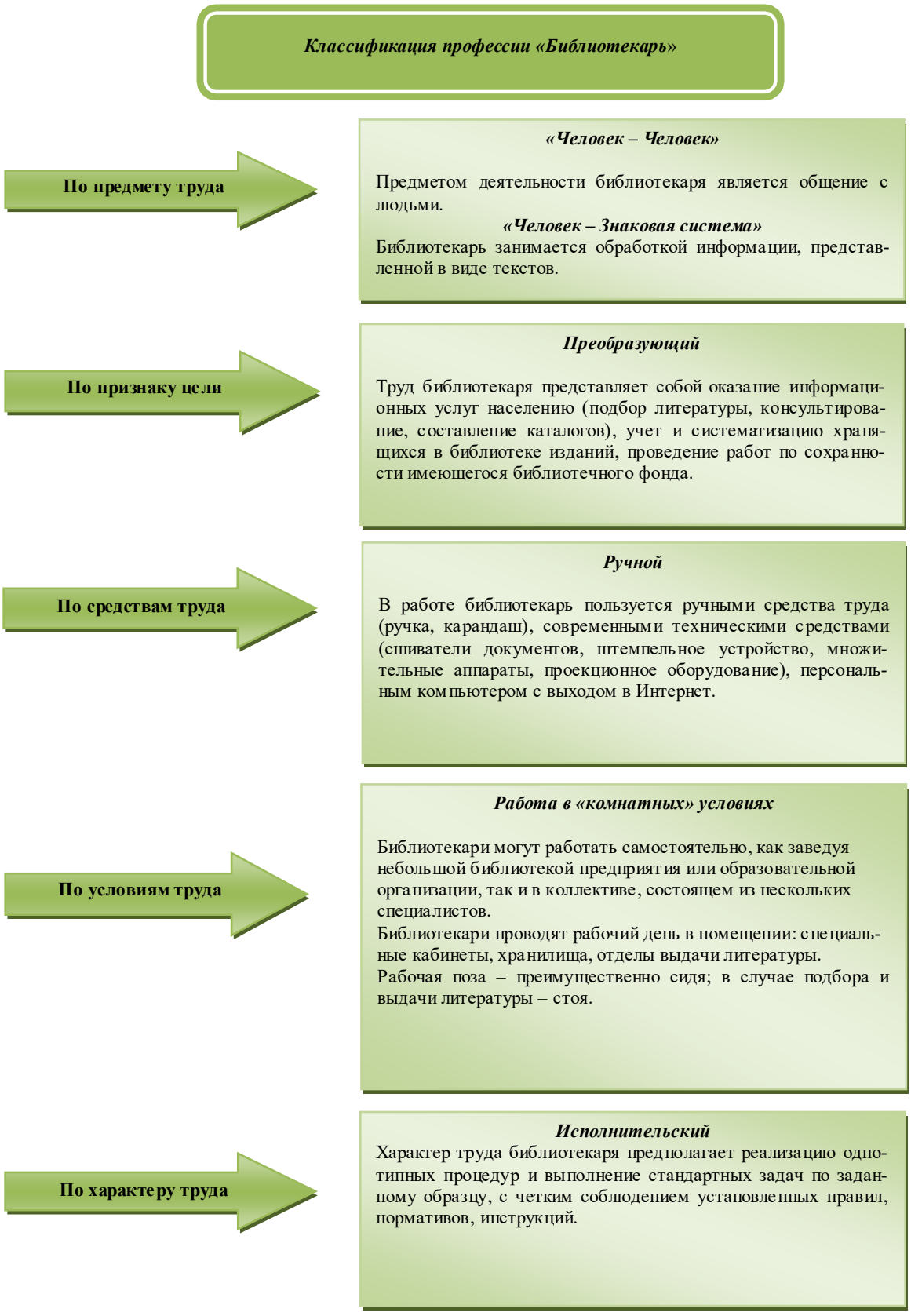

Рис. 1. Классификация профессии «Библиотекарь»

При написании данной статьи мы столкнулись с отсутствием официальных документов, подтверждающих вредность условий трудовой деятельности библиотекарей, а также с недостатком современных научных работ, раскрывающих специфику профессиональной деятельности работников библиотечных и информационных специальностей. Хотя эта проблема, безусловно, существует.

Из представленной ранее на рис. 1 классификации можно увидеть, что профессия «Библиотекарь» прежде всего относится к типу профессий «Человек – Человек», предметом деятельности которой является общение с людьми.

Данный факт требует от специалистов библиотечного дела способности реализовать коммуникативное общение с большим количеством людей и отдельными личностями, быстро и четко думать, анализировать и принимать решения, перерабатывать значительный информационный материал, оказывать содействие в поиске информационного ресурса, консультировать по вопросам наличия и поступлений интересующей их информации [3; 5].

В настоящее время библиотекарь все чаще работает с аудио и видеоматериалами, компакт-дисками, электронными изданиями; овладевает компьютером, ксероксом, сканером, принтером, модемом, видеотехникой и другой аппаратурой; создает и обновляет содержание информационных ресурсов Всемирной паутины (веб-страница, веб-сайт); проводит тренинги; специализируется в области электронной издательской деятельности; участвует в получении грантов; продумывает целесообразность осуществления тех или иных социокультурных программ [5].

Как итог, можно выделить совокупность факторов, которые со временем способны вызывать ряд угроз работоспособности и профессиональному здоровью работников данной специальности:

– длительное общение работников библиотек с другими людьми (в том числе с психически больными людьми; здоровыми психически, но не привыкшими контролировать себя личностями; людьми с неадекватным поведением с ярко выраженными чертами характера; личностями с психопатическим складом);

– неспособность к переключению с устойчивой рабочей доминанты при прекращении работы;

– преобразование значительного потока информации;

– повышение требований к уровню технических навыков;

– нарушение темпа и ритма трудовой деятельности;

– высокая степень повторяемости заданий и однотипных процедур;

– уменьшение площади рабочего пространства [5; 6].

Результатом воздействия перечисленных факторов является возникновение чувства перегрузки и истощения нервных центров и клеток, внутренней эмоциональной опустошенности, ведущих к развитию профессионального заболевания – синдрома «эмоционального сгорания» [5].

Отдельного внимания заслуживает проблема сохранения здоровья библиотекарей, осуществляющих контакт с различными письменными текстами, часть из которых хранится достаточно длительное время. Бумага как материал органического происхождения со временем подвергается повреждениям, то есть начинает стареть [7]. Естественное старение бумаги в совокупности с механическим воздействием на бумажные носители (при интенсивном использовании книг, неаккуратном обращении с ними, подборе и выдаче их со стеллажей, транспортировке, копировании, перестановке книжных фондов) вызывают образование пыли, превышающей, по данным А.В. Доценко (2006), допустимую концентрацию в 90 % проб воздуха.

Поражение книжной пылью дыхательных путей работников библиотеки является провоцирующим фактором к развитию бронхитов, пневмоний, астматических ринитов и бронхиальной астмы.

На поверхности документов с различной степенью запыленности идентифицировано до 100 видов микроскопических грибов [4], часть из которых условно-патогенные, образующие микотоксины [8]. В литературе, найденной по теме исследования, имеется информация о многократном превышении спор грибов (в 26 раз) в помещениях библиотек. Так, предельно допустимой нормой, принятой Европейским союзом, считается не более 174 спор в кубическом метре воздуха [9].

Проведение работ, направленных на устранение спор грибов в помещениях библиотечного фонда, осложняется их устойчивостью к пониженному содержанию кислорода в воздухе, солнечной радиации, высокой и низкой температуре. Содействует появлению плесени сырость (влажность воздуха свыше 65 %) и плохая вентиляция. Рост грибов может приостанавливаться в сухом воздухе, но способность к прорастанию в другом месте сохраняется в течение долгого времени.

Длительное взаимодействие организма человека с грибами способствует развитию аллергических поражений дыхательных путей, возникновению расстройств нервной системы, появлению аномалий и пороков развития у плода, образованию опухолей, разрушению клеток печени и почек. Инфицирование грибами осуществляется через носоглотку и кожные покровы [4; 8; 9].

Постоянное общение библиотекарей с большим количеством людей повышает риск заражения заболеваниями, передающимися воздушно-капельным путем. Особое внимание работникам библиотек, по мнению В.Л. Добрина, следует уделить профилактике туберкулеза.

В скоплениях книжной пыли на книжных шкафах и стеллажах библиотечного фонда выживаемость возбудителей туберкулеза составляет до 1,5 лет, а между страницами книги, с которой контактировал больной заразной формой туберкулеза, – до трех месяцев. Следует помнить, что чем меньше помещение, тем больше вероятность попадания возбудителей инфекций в дыхательные пути здорового человека [10].

Кроме того, угроза инфицирования туберкулезом повышается в помещениях, где находится достаточное количество электронной офисной техники, способствующей ионизации воздуха и сильному притягиванию наэлектризованных частиц к различным поверхностям, в том числе к слизистым человека. Основная роль в профилактике воздушно-капельных инфекций в библиотеке отводится вентиляции, а при ее отсутствии – «естественному» проветриванию через окна.

Важное значение в производственной деятельности работников библиотечной сферы отводится метеоусловиям на рабочих местах: температуре воздуха, относительной влажности воздуха, скорости движения воздуха, освещенности помещения.

А.В. Доценко отмечает, что параметры, характеризующие микроклимат и освещенность в библиотеках, не соответствуют требуемым гигиеническим стандартам и способны вызывать нарушения теплообмена организма с окружающей средой и его теплового состояния. Колебания параметров среды в производственных помещениях библиотеки возможны как на протяжении рабочей смены, так и в более длительные промежутки времени:

– температура воздуха на отдельных рабочих местах в разные сезоны года колеблется от 14 до 28,9° С (при норме 21–22° С);

– относительная влажность воздуха изменяется от 17 до 43 % (при норме 30–60 %);

– скорость движения воздуха в большинстве помещений не превышает 0,1 м/с и соответствует санитарным нормам;

– освещенность в течение всего года недостаточна, практически не зависит от сезона года и остается на отдельных рабочих местах в пределах минимума допустимых норм [4].

Непостоянность микроклимата в помещениях библиотек имеет место в осеннее-зимний и переходный периоды года. В осеннее-зимний и весенний периоды (то есть до наступления и после окончания отопительного сезона) библиотекари подвержены общему охлаждению организма, а летом при высокой температуре наружного воздуха и пересушенности воздуха в помещении – к перегреванию тела.

Профессиональная деятельность библиотекаря протекает в «комнатных условиях» и характеризуется дефицитом двигательной активности как на работе, так и вне ее. Хотя научных данных о влиянии гиподинамии на организм библиотекаря не удалось найти, можно предположить (на основании проведенных нами ранее исследований о влиянии профессиональных рисков на медицинского работника [11]), что многочасовое пребывание работника библиотечной сферы в положении стоя приводит к значительным перегрузкам различных отделов позвоночника и мышечных групп. Менее утомительным и более удобным по сравнению с рабочей позой стоя может рассматриваться рабочее положение сидя [2]. Однако длительное выпол-

нение библиотекарем трудовой деятельности в положении сидя с наклоненным туловищем, кроме усталости мышц спины и шеи, может привести к развитию застойных явлений в нижних конечностях, брюшной и тазовой областях.

Особую актуальность в условиях выявленного недостаточного освещения во многих библиотеках представляет собой быстро возникающее переутомление и потеря зрения у работников данной профессии в процессе работы за персональным компьютером. Являясь источником электромагнитного излучения, персональный компьютер оказывает негативное влияние на центральную нервную систему, вызывая быструю утомляемость, ухудшение памяти, раздражительность. Длительная работа библиотекаря за монитором компьютера приводит к наступлению зрительной усталости и головной боли [12].

Противостоять меняющимся, порой сложным условиям будущей трудовой деятельности, имеющей тенденцию к профессиональным заболеваниям, возможно с внесением в быт специалистов библиотечного дела физических упражнений. Ведь только владея основными формами, средствами и методами физкультурно-оздоровительной деятельности, а также регулярно занимаясь физическими упражнениями, возможно научиться преодолевать профессиональный недуг, способствовать профилактике профессиональных заболеваний [1; 2; 11; 13].

Формирование системы знаний и умений, касающихся профессиональной безопасности, охраны здоровья, профилактики отдельных заболеваний с использованием средств физической культуры, должно закладываться в период обучения в вузе, в том числе на занятиях физической культурой.

Физическое воспитание студентов библиотечной сферы должно, во-первых, рассматриваться как неотъемлемая часть общего процесса обучения специальности, во-вторых, иметь профессионально-прикладную направленность, задачами которой является специальная психофизическая подготовка к профессиональной деятельности, формирование и совершенствование профессионально важных физических качеств и умений, развитие и укрепление необходимых физиологических функций [1; 11].

Мы считаем, что будущему специалисту крайне необходима специальная психофизическая подготовка к профессиональной деятельности, которая должна включать в себя:

1) создание целостного представления о будущей профессиональной деятельности и возможных профессиональных рисках в работе;

2) расширение научных знаний студентов о социально-биологических основах физической культуры, роли физической культуры в укреплении и сохранении здоровья и профилактике неблагоприятных последствий профессиональной деятельности;

3) сохранение и улучшение физического, психического и социального здоровья студентов во время обучения в университете;

4) повышение ответственного отношения студентов к здоровьесбережению и усиление установки на здоровый образ жизни;

5) ориентацию студентов на разработку собственной модели здоровья [11].

Противостоять вредному воздействию конкретных условий профессиональной деятельности библиотекаря возможно в процессе физиологической адаптации организма. Значение данного термина приводится в Большой советской энциклопедии и определяется как совокупность физиологических реакций, лежащая в основе приспособления организма к изменению окружающих условий и направленная к сохранению относительного постоянства его внутренней среды. Одним из индикаторов адаптационной деятельности специалиста библиотечного дела может служить система дыхания.

Деятельность дыхательной системы, наряду с сердечно-сосудистой, теснейшим образом связана со всеми функциональными звеньями организма, во многом определяя его жизнедеятельность и механизмы адаптации, и поэтому в значительной степени отражает функциональное состояние организма в целом [14].

Данный факт требует от студентов библиотечных специальностей представления о деятельности дыхательной системы, функции дыхательных мышц, методов оценки состояния внешнего дыхания.

В оценке функциональных возможностей дыхательной системы приняли участие 90 студенток различных специальностей Факультета культуры и искусств, обучающихся

на 1-м и 2-м курсах Тамбовского государственного университета им. Г.Р. Державина и занимающихся физической культурой в основной учебной группе. Оценка жизненной емкости легких определялась с помощью аппарата «Спирометр». Способность организма противостоять недостатку кислорода в оценке функционального состояния занимающихся тестировалась пробами Штанге и Генчи.

К важным показателям функциональных возможностей организма и характеризующим максимально возможную глубину дыхания является жизненная емкость легких (ЖЕЛ). Среднее значение ЖЕЛ у студенток первого курса составило 3300 мл, изменяясь от минимального 2000 мл до максимального 3900 мл. Величина исследуемого показателя у девушек-второкурсниц составила 2750 мл, где самый низкий результат – 2200 мл, а самый высокий – 3100 мл.

Результаты спирометрических исследований ЖЕЛ у студенток первых курсов достоверно выше по сравнению с девушками-второкурсницами ($P < 0,05$).

Если сравнивать полученные данные со значениями нормы для здоровых нетренированных людей (для женщин это 2,5–3,5 л) [15], то можно увидеть, что низкие значения жизненной емкости легких, не достающие нижней границы нормальных значений, показали 30 % девушек первого курса и 35 % второкурсниц.

Полученные нами цифры при изучении жизненной емкости легких согласуются с проведенными аналогичными исследованиями по оценке дыхательного резерва у студентов Пермского медицинского университета, у которых среднее значение ЖЕЛ составило 2904 мл [16].

Существенное значение в оценивании состояния дыхательной системы отводится адаптации человека к гипоксии и гипоксемии.

В оценке пробы Штанге для здоровых нетренированных людей нормой считаются результаты 45–55 с [15]. На первом курсе девушки при выполнении пробы на задержку дыхания на вдохе показали результат 53 с, на втором – 50 с. Диапазон значений пробы Штанге составил от 24 до 87 с на первом курсе, от 21 до 84 с – на втором.

Полученные значения пробы Штанге у девушек обоих курсов соответствуют норме, однако следует обратить внимание на большой разброс полученных результатов. Низкое время на задержку дыхания на вдохе, не соответствующее норме, показали более 30 % студенток первого и второго курсов.

Информация, полученная нами в пробе Штанге, соответствует средним результатам, показанным студентами Пермского медицинского университета – 51 с [16].

Нормой при оценивании пробы Генчи считаются результаты от 25 до 30 с [15]. На выдохе студентки первого курса задерживают дыхание в течение 30 с, на втором – 29 с. Варьирование результатов пробы Генчи составляет от 19 до 69 с на первом курсе и от 20 до 54 с – на втором курсе. Несмотря на соответствие полученных результатов значениям нормы, как и в предыдущей пробе отмечается значительное расхождение минимальных и максимальных данных.

Среднее значение пробы Генчи у студенток Тамбовского государственного университета им. Г.Р. Державина согласуется с результатами исследования, в котором принимали участие студенты Пермского медицинского университета – 27 с [16].

Низкое время задержки дыхания на выдохе, не достигающее порога нормы, отмечено у 33 % студенток первого и 36 % студенток второго курса.

Таким образом, приведенные выше данные свидетельствуют о том, что специалисты библиотечного дела на рабочем месте подвергаются неблагоприятному влиянию различных биологических агентов и пылевого фактора, являющихся риском получения серьезных заболеваний дыхательной системы.

Результаты исследований жизненной емкости легких студенток, а также способности организма противостоять недостатку кислорода относятся к показателям нормы. Но следует иметь в виду, что более 30 % студенток на первом и втором курсах показали результаты, не достигающие минимального порога нормальных значений. А следовательно, дыхательная система данных студенток может подвергаться потенциальному риску от условий профессиональной деятельности.

Данные, полученные при измерении жизненной емкости легких и времени задержки дыхания на вдохе и выдохе студенток 1–2 курсов Факультета культуры и искусств, не показали достоверности различий в зависимости от специальности обучения.

Список литературы

1. *Астахов А.М.* Физическая подготовка студентов вузов культуры. М.: МГИК, 1992. 117 с.
2. *Коновалов И.Е.* Теоретические основы профессионально-прикладной физической подготовки музыкантов-инструменталистов ССУЗ // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2008. № 8.
3. *Головко С.И.* Профессиональная модель сотрудника современного библиотечно-информационного сервиса // Научный диалог. 2014. № 2 (26). С. 61-77.
4. *Доценко А.В.* Профессиональные заболевания библиотекарей: Вопросы организации труда в библиотеках // Молодые в библиотечном деле. 2006. № 5-6. С. 103-105.
5. *Турдиева Е.* Синдром выгорания в среде библиотекарей. URL: http://conference.bik.org.kg/uploads/filesarchive/2006/papers/Turdieva_AUCA.pdf (дата обращения: 01.04.2019).
6. *Савич Л.Е.* Здоровье библиотечного специалиста: проблема нуждается в исследовании // Библиосфера. 2011. № 2. С. 85-90.
7. *Добрусина С.А.* Стабилизация бумаги документов. М.: Межрегион. центр библ. сотрудничества, 2014. 176 с.
8. *Нюкша Ю.П.* Опасные связи. «Болезни» книг и болезни человека // Библиотечное дело. 2003. № 8. С. 29-30.
9. *Кириллова Н.В.* Безопасность персонала библиотек (микологический аспект) // Молодые в библиотечном деле. 2005. № 9/10. С. 79-83.
10. *Добрин В.Л.* Современные медико-социальные факторы, влияющие на состояние здоровья работников библиотек // Молодые в библиотечном деле. 2006. № 5/6. С. 92-97.
11. *Платонова Я.В.* Формирование физической культуры личности студентов с учетом их будущей профессиональной деятельности (на примере профессии врача) // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2018. Т. 3. № 3. С. 97-101.
12. *Пикина И.В.* Профессиональные заболевания и риски библиотекарей // Молодые в библиотечном деле. 2006. № 5/6. С. 105-108.
13. *Коняева М.А.* Специфика прикладной физической культуры в системе формирования здоровьесберегающих компетенций у студентов музыкального вуза // Современные наукоемкие технологии. 2016. № 12. С. 363-367.
14. *Хрипкова А.Г., Антропова М.В., Фарбер Д.А.* Возрастная физиология и школьная гигиена. М., 1990. 319 с.
15. *Ланда Б.Х.* Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. М.: Сов. спорт, 2004. 192 с.
16. *Савкин В.В., Хамитова А.А., Яркова И.О.* Оценка дыхательного резерва у студентов медицинского университета // Молодой ученый. 2019. № 21. С. 70-72.

References

1. Astakhov A.M. *Fizicheskaya podgotovka studentov vuzov kul'tury* [Universities of Culture Students Physical Training]. Moscow, Moscow State Institute of Culture Publ., 1992, 117 p. (In Russian).
2. Konovalov I.E. Teoreticheskiye osnovy professional'no-prikladnoy fizicheskoy podgotovki muzykantov-instrumentalistov SSUZ [Musicians-instrumentalists of specialised secondary educational establishment professional and applied physical training theoretical bases]. *Pedagogiko-psikhologicheskiye i mediko-biologicheskiye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta – Pedagogical-Psychological and Medico-Biological Problems of Physical Culture and Sports*, 2008, no. 8. (In Russian).
3. Golovko S.I. Professional'naya model' sotrudnika sovremennogo bibliotechno-informatsionnogo servisa [Modern library and information service employee professional model]. *Nauchnyy dialog – Scientific Dialogue*, 2014, no. 2 (26), pp. 61-77. (In Russian).
4. Dotsenko A.V. Professional'nyye zabolevaniya bibliotekarey: Voprosy organizatsii truda v bibliotekakh [Librarians occupational diseases: issues of labor organization in libraries]. *Molodyye v bibliotechnom dele* [Young in Librarianship], 2006, no. 5-6. pp. 103-105. (In Russian).
5. Turdiyeva E. *Sindrom vygoraniya v srede bibliotekarey* [Emotional Burnout Syndrome Among Librarians]. (In Russian). Available at: http://conference.bik.org.kg/uploads/filesarchive/2006/papers/Turdieva_AUCA.pdf (accessed 01.04.2019).
6. Savich L.E. Zdorov'ye bibliotechnogo spetsialista: problema nuzhdayetsya v issledovanii [Library specialist's health: the problem needs to be investigated]. *Bibliosfera* [Bibliosphere], 2011, no. 2, pp. 85-90. (In Russian).

7. Dobrusina S.A. *Stabilizatsiya bumagi dokumentov* [Paper Documents Stabilization]. Moscow, Transregional Library Cooperation Center Publ., 2014, 176 p. (In Russian).
8. Nyuksha Y.P. Opasnyye svyazi. «Bolezni» knig i bolezni cheloveka [Dangerous liaison. "Diseases" of books and human diseases]. *Bibliotechnoye delo* [Librarianship], 2003, no. 8, pp. 29-30. (In Russian).
9. Kirillova N.V. Bezopasnost' personala bibliotek (mikologicheskiy aspekt) [Safety of library staff (mycological aspect)]. *Molodyye v bibliotechnom dele* [Young in Librarianship], 2005, no. 9/10, pp. 79-83. (In Russian).
10. Dobrin V.L. Sovremennyye mediko-sotsial'nyye faktory, vliyayushchiye na sostoyaniye zdorov'ya rabotnikov bibliotek [Modern medical and social factors affecting on health of library staff]. *Molodyye v bibliotechnom dele* [Young in Librarianship], 2006, no. 5/6, pp. 92-97. (In Russian).
11. Platonova Y.V. Formirovaniye fizicheskoy kul'tury lichnosti studentov s uchetom ikh budushchey professional'noy deyatel'nosti (na primere professii vracha) [The formation of personality physical culture of students subject to the conditions of their professional activities (on the example of the doctor's profession)]. *Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreatsiya* [Physical Culture. Sport. Tourism. Motor Recreation], 2018, vol. 3, no. 3, pp. 97-101. (In Russian).
12. Pikina I.V. Professional'nyye zabolevaniya i riski bibliotekarey [Occupational diseases and risks of librarians]. *Molodyye v bibliotechnom dele* [Young in Librarianship], 2006, no. 5/6, pp. 105-108. (In Russian).
13. Konyayeva M.A. Spetsifika prikladnoy fizicheskoy kul'tury v sisteme formirovaniya zdorov'yesberegayushchikh kompetentsiy u studentov muzykal'nogo vuza [Applied physical culture specificity in the system of health-saving competences formation among musical university students]. *Sovremennyye naukoyemkiye tekhnologii* [Modern High Technologies], 2016, no. 12, pp. 363-367. (In Russian).
14. Khripkova A.G., Antropova M.V., Farber D.A. *Vozrastnaya fiziologiya i shkol'naya gigiyena* [Age Physiology and School Hygiene]. Moscow, 1990, 319 p. (In Russian).
15. Landa B.K. *Metodika kompleksnoy otsenki fizicheskogo razvitiya i fizicheskoy podgotovlennosti* [Methods of Comprehensive Assessment of Physical Development and Physical Fitness]. Moscow, Sovetskiy sport Publ., 2004, 192 p. (In Russian).
16. Savkin V.V., Khamitova A.A., Yarkova I.O. Otsenka dykhatel'nogo rezerva u studentov meditsinskogo universiteta [Respiratory reserve assessment among medical university students]. *Molodoy uchenyy* [Young Scientist], 2019, no. 21, pp. 70-72. (In Russian).

Информация об авторах

Платонова Яна Валентиновна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры. Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация. E-mail: kalinchevayana@gmail.com

ORCID: https://orcid.org/0000-0002-4756-102X

Сысоев Александр Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и спортивных дисциплин. Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация. E-mail: san040382@yandex.ru

ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9015-1707

Information about the authors

Yana V. Platonova, Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of Physical Education and Adaptive Physical Education Department. Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation. E-mail: kalinchevayana@gmail.com

ORCID: https://orcid.org/0000-0002-4756-102X

Alexander N. Sisoev, Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Theory and Methods of Physical Training and Sports Disciplines Department. Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation. E-mail: san040382@yandex.ru

ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9015-1707

Пужаев Владимир Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической подготовки учебно-научного комплекса специальной подготовки. Московский университет МВД России им. В.Я. Кикотя, г. Москва, Российская Федерация. E-mail: puzhaev07@rambler.ru
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-1426-1047

Конфликт интересов отсутствует.

Для контактов:
Платонова Яна Валентиновна
E-mail: kalinchevayana@gmail.com

Поступила в редакцию 01.07.2019 г.
Поступила после рецензирования 29.07.2019 г.
Принята к публикации 23.08.2019 г.

Vladimir V. Puzhaev, Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Physical Training of Educational and Scientific Complex of Special Training Department. Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation named after V.Y. Kikot, Moscow, Russian Federation. E-mail: puzhaev07@rambler.ru
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-1426-1047

There is no conflict of interests.

Corresponding author:
Yana V. Platonova
E-mail: kalinchevayana@gmail.com

Received 1 July 2019
Reviewed 29 July 2019
Accepted for press 23 August 2019