

# ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

УДК 378

10.17213/2075-2067-2020-4-14-21

## ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИЙСКОЙ ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ

© 2020 г. *И. В. Бушуев\**, *Ю. Б. Нектаревская\*\**, *О. Н. Толстокопа\*\*\***\*Ростовский юридический институт МВД России (филиал), г. Волгодонск, Россия**\*\*Ростовский государственный медицинский университет, г. Ростов-на-Дону, Россия**\*\*\*Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Россия*

**Целью исследования** является анализ существующих проблем в сфере современного вузовского дистанционного образования и определение перспектив развития дистанционного обучения в высших учебных заведениях с учетом опыта применения соответствующих методик в период пандемии коронавируса в 2020 г. в России, их достоинств и недостатков, выделяемых на основе изучения отношения к ним со стороны профессорско-преподавательского состава и студентов.

**Методологическую основу исследования** составляют системный, синергетический, кибернетический, личностно-ориентированный, компетентностный подходы к проблеме дистанционного обучения студентов в высших учебных заведениях. Теоретической основой послужили положения специалистов в области применения дистанционных образовательных технологий в образовании. В качестве источниковой базы использовались нормативно-правовые акты в области образования, монографии, материалы конференций, диссертационные исследования, а также материалы всероссийских социологических исследований, посвященных отношению преподавателей и студентов к различным аспектам дистанционного обучения.

**Результаты исследования.** Опыт активного применения дистанционных методов обучения в современной российской высшей школе в период пандемии 2020 г. свидетельствует о наличии наряду с определенными достоинствами существенных недостатков системы дистанционного обучения, на что явно указывают результаты эмпирических исследований, проведенных в ряде ведущих отечественных университетов. Основными субъектами образовательного процесса качество дистанционного обучения в целом оценивается как более низкое по сравнению с традиционными методиками: многими респондентами, в частности, было отмечено в качестве существенного недостатка дистанционного обучения отсутствие прямого визуального контакта и непосредственного взаимодействия преподавателя со студентами, что обуславливает невозможность осуществления контроля за поведением обучающихся во время занятий и экзаменов. Кроме того, серьезным изъяном дистанционного обучения является отсутствие возможности осуществлять эффективное воспитательное воздействие на обучающихся, что также является значимой целью учебного процесса в вузах. В силу этих причин дистанционное обучение призвано не замещать, а дополнять и обогащать существующие форматы взаимодействия студентов и преподавателей.

**Перспективу исследования** составляет дальнейшее социологическое исследование приобретаемого опыта применения дистанционного обучения в современных российских университетах с целью определения оптимального соотношения используемых технологий обучения, совершенствования вузовских образовательных программ и улучшения информационного ресурсного обеспечения учебного процесса.

**Ключевые слова:** образовательный процесс; дистанционное образование; дистанционное обучение; цифровизация высшего образования; дистанционные образовательные технологии; электронная информационно-образовательная среда; образовательные инструменты; образовательная деятельность.

## PROBLEMS AND PROSPECTS OF DEVELOPMENT OF DISTANCE LEARNING IN MODERN RUSSIAN HIGHER EDUCATION

© 2020 I. V. Bushuev\*, Y. B. Nectarevskaya\*\*, O. N. Tolstokora\*\*\*

\**Rostov Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia (branch), Volgodonsk, Russia*

\*\**Rostov State Medical University, Rostov-on-Don, Russia*

\*\*\**Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia*

**The purpose of the study** is the analysis of the existing problems in the sphere of modern University distance education and definition of prospects of development of distance learning in higher education based on the experience of applying relevant methods in the period of pandemic coronavirus in 2020 in Russia, their advantages and disadvantages, allocated based on the study of attitudes on the part of faculty and students.

**The methodological basis of the research** is based on systematic, synergetic, cybernetic, personality-oriented, and competence-based approaches to the problem of distance learning of students in higher education institutions. The theoretical basis was the position of specialists in the field of remote educational technologies in education. As a source base, we used normative legal acts in the field of education, monographs, conference materials, dissertation research, as well as materials of all-Russian sociological research on the attitude of teachers and students to various aspects of distance learning.

**Research result.** The experience of active use of distance learning methods in modern Russian higher education in the period of the 2020 pandemic indicates the presence, along with certain advantages, of significant disadvantages of the distance learning system, which is clearly indicated by the results of empirical research conducted in a number of leading Russian universities. The main subjects of the educational process generally assess the quality of distance learning as lower than traditional methods: many respondents, in particular, noted as a significant disadvantage of distance learning the lack of direct visual contact and direct interaction between the teacher and students, which makes it impossible to control the behavior of students during classes and exams. Also, a serious flaw in distance learning is the lack of opportunities to exercise effective educational influence on students, which is also a significant goal of the educational process in universities. For these reasons, distance learning is intended not to replace, but to complement and enrich the existing formats of interaction between students and teachers.

**The perspective of the research** is a further sociological study of the acquired experience of using distance learning in modern Russian universities in order to determine the optimal ratio of training technologies used, improve University educational programs and improve the information resource support of the educational process.

**Key words:** *educational process; distance education; distance learning; digitalization of higher education; distance education technologies; electronic information and educational environment; educational tools; educational activities.*

**Введение.** Дистанционное обучение определяется в специальных исследованиях как организованный по определенной тематике образовательный процесс, который предусматривает активный информационный обмен между преподавательским составом и студентами, а также между самими обучающимися, реализующийся посредством активного использования современных информационно-коммуникационных технологий. Дистанционное обучение также рассматривается как целенаправленный процесс интерактивного взаимодействия обучающихся и обучающихся между собой и со средствами обучения, который является инвариантным или индифферентным к их расположению во времени и в пространстве и осуществляется в рамках специфической дидактической системы [1]. Дистанционные методы обучения в той или иной степени применялись в нашей стране в различных вузах, однако в 2020 г. в связи с пандемией коронавируса высшие учебные заведения в Российской Федерации были вынуждены полностью перевести образовательный процесс на дистанционную основу [2]. На основе анализа опыта активного применения дистанционного обучения, приобретенного российскими вузами в период пандемии, могут быть сделаны выводы относительно достоинств и недостатков рассматриваемой методики, определены перспективы дальнейшего использования дистанционного обучения в организациях высшего образования.

**Нормативно-правовые основы реализации дистанционного обучения в современной российской высшей школе.** В соответствии с Концепцией Федеральной целевой программы развития образования на 2016–2020 годы в качестве одного из важных направлений развития системы высшего образования в современной России выступает активное внедрение в образовательный процесс дистанционных методов обучения [3]. Как отмечается в ст. 16 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», организации, реализующие образовательную

деятельность, вправе применять дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти. При этом предусматривается, что в рамках реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, должны быть созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные и образовательные ресурсы, совокупность информационных и телекоммуникационных технологий, соответствующих технологическим средствам, обеспечивающих освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся [4].

**Анализ проблем и перспектив практического применения дистанционного обучения в образовательном процессе в российских вузах.** В рамках анализа проблем и перспектив практического применения дистанционных технологий в образовательном процессе в российских вузах целесообразно обратиться к результатам прикладных социологических исследований, включающих опросы отечественных преподавателей и студентов, посвященные различным аспектам дистанционного обучения. Подобный опрос проводился, в частности, на базе Уральского федерального университета: здесь исследователями были опрошены студенты и преподаватели данного вуза. В разработанную для проведения данного опроса социологическую анкету были включены открытые вопросы о достоинствах и ограничениях дистанционного обучения, а также о перспективах распространения данных технологий в системе российского высшего образования. Как показали полученные ответы, и студентами, и преподавателями в качестве основных недостатков дистанционного обучения были выделены «низкое качество преподаваемого

материала», «низкое качество контроля уровня полученных знаний», «ограничение в получении практических навыков», «отсутствие возможности учета индивидуальных особенностей обучающегося», «зависимость от технических средств». Если респонденты-студенты чаще указывали на такие негативные характеристики дистанционного обучения, как «недостаток общения», «высокая отвлекаемость, проблема самоорганизации», то преподаватели, в свою очередь, акцентировали внимание на «ригидности преподаваемого материала» [5].

Наряду с недостатками дистанционных методов обучения респондентами также были выделены и их достоинства, к числу которых были отнесены «возможность самому планировать время», «возможность обучаться, не выходя из дома или офиса», «доступность для людей с ограниченными возможностями здоровья» и т.д. В целом, как свидетельствуют результаты исследования, проведенного уральскими социологами, студенты и преподаватели дают не очень высокую оценку дистанционному обучению, отдавая предпочтение традиционным методам обучения. Студенты, представляющие молодежь, которая, как известно, в наибольшей степени поддерживает различные инновации, оценивают перспективы дистанционного образования более оптимистично, чем представители преподавательского состава (27% студентов даже считают возможным полный переход на дистанционное обучение, тогда как среди преподавателей таких оказалось втрое меньше — 9%) [5]. Основным риском, который, по мнению участников образовательного процесса, возникает вследствие широкого распространения дистанционного обучения, связан в первую очередь с его деиндивидуализацией, т.е. отсутствием общения преподавателей со студентами. Помимо этого, дистанционное обучение предусматривает высокую самоорганизацию со стороны студентов, что не всегда присутствует, если учитывать низкую мотивацию значительной части представителей студенческой молодежи к обучению.

С точки зрения С. Костяева, являющегося преподавателем Университета Ратгерса (США), если в российских вузах образование нередко рассматривается как «благодарь

от государства», то в американских — как услуга, оплаченная клиентом (по этой причине руководство и профессорско-преподавательский состав американских университетов в большей степени озабочены тем, чтобы сделать учебный процесс максимально удобным для студентов). Как отмечает С. Костяев, российские вузы существенно отличаются друг от друга по способности осуществлять эффективное управление дистанционным обучением, в том числе организацию проведения дистанционных занятий. По объективным причинам дистанционное обучение трудно организовать в технических, а также медицинских вузах, весьма затруднительным также является перевод в онлайн-режим лабораторных курсов в естественно-научных дисциплинах, предусматривающих проведение студентами различных опытов и экспериментов. В России существуют высшие учебные заведения, имеющие действующие программы онлайн-преподавания (здесь основной проблемой организации дистанционного образования выступает обучение преподавателей новым способам доставки учебного материала и проверки знаний). В то же время есть ряд вузов, в которых такие программы до недавнего времени отсутствовали, что обуславливало необходимость для преподавателей в создании групп в социальных сетях, активном использовании электронной почты и т.д. В последнем случае лекции и семинары обычно заменяются конференц-звонками, контроль знаний осуществляется через тесты в Word-документах, выполнение заданий в рабочих тетрадях и т.д., что безусловно нельзя рассматривать в качестве действенных методик обучения и проверки полученных знаний. Основная проблема организации эффективного дистанционного образования, по мнению С. Костяева, связана с отсутствием у многих высших образовательных учреждений систем управления обучением, которые позволили бы автоматизировать многие процессы [6].

**Особенности реализации дистанционного обучения в России в период пандемии в 2020 г.** Кризис, возникший в 2020 г. в связи с пандемией коронавируса [7] и обусловивший переход к осуществлению обучения исключи-

тельно на дистанционной основе, наиболее наглядно продемонстрировал все наиболее существенные недостатки системы дистанционного образования в высших учебных заведениях [8]. Как показывают результаты опроса, проведенного Институтом социального анализа и прогнозирования (ИНСАП) РАНХиГС в период пандемии, преподаватели и студенты в целом оценивают качество дистанционного образования как более низкое в сравнении с традиционным очным (здесь студенты также предсказуемо продемонстрировали более лояльное отношение к дистанционному обучению в сравнении с преподавателями). Большинство респондентов отметили такие недостатки дистанционного обучения, как его неудобство для участников образовательного процесса: абсолютное большинство преподавателей, в частности, отметили, что в «онлайне им преподавать некомфортно». Наряду с этим и студентами, и преподавателями было указано, что после перехода на удаленную форму обучения «у них стало меньше свободного времени» (и те, и другие считают, что в «аудиториях учиться лучше»). Подавляющее большинство представителей профессорско-преподавательского состава считают, что занятия по их курсам лучше проводить в очном формате и что нынешний дистанционный формат увеличил их нагрузку (85,7%); больше половины опрошенных (66%) сказали, что им не нравится работать дома, а у 34% нет места для комфортного ведения занятий [9].

Существенным недостатком дистанционного обучения выступает отсутствие прямого визуального контакта и непосредственного взаимодействия преподавателя со студентами, что обуславливает невозможность осуществления контроля за поведением обучающихся во время занятий (так, студенты, к примеру, могут использовать справочные материалы во время ответов, зачитывать учебники на онлайн-семинарах и т.д.). Аналогичные проблемы могут возникать и в процессе проведения онлайн-экзаменов (в последнем случае могут практиковаться коллективные ответы студентов на вопросы тестовых заданий, использование смартфонов и других гаджетов, что фактически нивелирует ценность экзаменов). На уровне современных технологий существующая система дистанционного обучения не позволяет обес-

печить качественное образование студентов российских вузов. Здесь большое значение приобретает ответственность студентов, наличие у них мотивации к изучению учебных дисциплин, неприятие запрещенных способов сдачи экзаменов и зачетов, что характерно не для всех представителей отечественного студенчества.

По справедливому замечанию Президента РФ В.В. Путина, сделанному им на совещании по ситуации в системе образования в условиях пандемии коронавируса, дистанционное обучение не может полностью заменить традиционное («телекоммуникации не могут заменить живого общения учителя и ученика»). Как было указано главой российского государства, система образования «не только учит, но и воспитывает, во многом формирует личность, передает ценности и традиции, на которых основано наше общество» [10]. Совершенно очевидно, что воспитательный процесс не может эффективно осуществляться дистанционно: воспитание возможно только при прямом контакте, при возникновении эмоционального сотрудничества и взаимодействия студентов и преподавателей. Таким образом, осуществляется передача обучающимся не только определенной суммы знаний учебного характера, но и жизненных моральных позиций и установок, определенной системы ценностей, отношения к семье, обществу, государству и т.д. Подобного рода воспитательное воздействие не может производиться в режиме онлайн, что является серьезным недостатком системы дистанционного обучения.

**Заключение.** В условиях пандемии отечественная система образования получила уникальный опыт функционирования на удаленной основе, который может быть использован в рамках реформирования отечественного вузовского образования в ближайшие годы. В сложившейся ситуации многие высшие учебные заведения в России были вынуждены активизировать работу, направленную на более широкое внедрение информационно-коммуникационных технологий в систему обучения студентов, создание электронных образовательных платформ и площадок, обучение профессорско-преподавательского состава работе с новыми

электронными технологиями. В то же время стало очевидно, что идея полного перехода на дистанционное обучение как в высших, так и в средних учебных заведениях является ошибочной (такой позиции придерживается и В.В. Путин, отметивший, что «все слухи о том, что дистанционное образование полностью заменит или вытеснит очное, что будут закрыты традиционные школы и университеты» являются «откровенной провокацией») [10]. Дистанционное обучение призвано не замещать, а дополнять и обогащать существующие форматы взаимодействия студентов и преподавателей. Дальнейшее развитие дистанционного обучения в идеале должно способствовать повышению эффективности образовательного процесса в высшей школе, содействовать его интенсификации и улучшению информационного ресурсного обеспечения, выступая в качестве предпосылки для разработки новых прогрессивных методик обучения студентов в высших учебных заведениях. В настоящее время актуальной является проблема определения оптимального соотношения используемых технологий обучения: в соответствии с выводами, сделанными Л.Н. Сигаркиной в тексте ее диссертации, посвященной дистанционному обучению, «обучающийся должен тратить до 40% времени на дистанционные формы обучения, примерно 40% — на очные, а оставшиеся 20% — на самообразование» [11]. В то же время в данной диссертации, равно как и в других работах, посвященных дистанционному обучению, не представлено детального обоснования подобного рода соотношения, что обуславливает необходимость дальнейшего изучения опыта применения дистанционных методик, совершенствования вузовских образовательных программ и информационных ресурсов.

### Литература

1. *Гафиатулина Н.Х., Касьянов В.В., Самыгин П.С., Самыгин С.И.* Российское общество в условиях самоизоляции. Социальные эффекты и последствия пандемии covid-19. Монография. — Москва, 2020.
2. *Гафиатулина Н.Х., Касьянов В.В., Самыгин С.И.* Социальный иммунитет российского общества в условиях угрозы коронавируса: риски социокультурной травматизации // Гуманитарий Юга России. — 2020. — Т. 9. — №2. — С. 147–158.
3. Распоряжение Правительства РФ от 29.12.2014 г. №2765-р «О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2016–2020 годы». [Электронный ресурс]. — Режим доступа: [www.Consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_173677](http://www.Consultant.ru/document/cons_doc_LAW_173677). (Дата обращения: 25.07.2020 г).
4. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» // Российская газета. Федеральный выпуск №303 (5976). 31 декабря 2012 г.
5. *Ребьшева Л.В., Васильченко Е.В.* Проблемы дистанционного образования на современном этапе развития // Современные проблемы науки и образования. — 2015. — №2-2. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: [www.science-education.ru/ru/article/view?id=22704](http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=22704). (Дата обращения: 25.07.2020 г).
6. *Костяев С.* Как преподаватели комментируют переход на дистанционное обучение и что с этим делать // Новая газета. Выпуск №38. 10 апреля 2020 г.
7. *Касьянов В.В., Гафиатулина Н.Х., Самыгин С.И.* Особенности и проблемы социального поведения в условиях режима самоизоляции российского населения // Гуманитарий Юга России. — 2020. — Т. 9. — №2. — С. 51–63.
8. *Касьянов В.В., Гафиатулина Н.Х., Самыгин С.И.* Киберсоциализация как рискованный фактор влияния на социальное здоровье российской молодежи в эпоху цифровых технологий // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. — 2019. — №6.
9. *Померанцева Н.* Почему студенты и преподаватели невзлюбили дистанционное обучение // Ведомости. 28 мая 2020 г.
10. Сопровождение по текущей ситуации в системе образования. 21 мая 2020 г. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: [www.kremlin.ru/events/president/news/63376](http://www.kremlin.ru/events/president/news/63376). (Дата обращения: 25.07.2020 г).
11. *Сигаркина Л.Н.* Педагогические пути совершенствования дистанционного обучения студентов в современных вузах. Автореферат диссертации кандидата педагогических наук. — М., 2007.

## References

1. *Gafiatulina N.H., Kas'janov V.V., Samygin P.S., Samygin S.I.* Rossijskoe obshhestvo v uslovijah samoizoljicii. Social'nye jeffekty i posledstvija pandemii covid-19. Monografija [Russian society in conditions of self-isolation. Social effects and consequences of the covid-19 pandemic. Monograph]. — Moscow, 2020.
2. *Gafiatulina N.H., Kas'janov V.V., Samygin S.I.* Social'nyj immunitet rossijskogo obshhestva v uslovijah ugrozy koronavirusa: riski sociokul'turnoj travmatizacii [Social immunity of the Russian society under the threat of coronavirus: risks of socio-cultural traumatization]// *Gumanitarij Juga Rossii* [Humanities of the South of Russia]. — 2020. — Vol. 9. — №2. — Pp. 147–158.
3. *Rasporjazhenie Pravitel'stva RF ot 29.12.2014 g. №2765-r «O Konceptcii Federal'noj celevoj programmy razvitija obrazovanija na 2016–2020 gody»* [Decree of the Government of the Russian Federation dated 29.12.2014 №2765-R «On the Concept of the Federal target program for the development of education for 2016–2020»] [Jelektronnyj resurs]. — URL: [Consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_173677](http://Consultant.ru/document/cons_doc_LAW_173677). (Date accessed: 25.07.2020).
4. *Federal'nyj zakon ot 29 dekabrja 2012 g. №273-FZ «Ob obrazovanii v Rossijskoj Federacii»* [Federal law №273-FZ of December 29, 2012 «On education in the Russian Federation»]// *Rossijskaja gazeta* [Rossiyskaya Gazeta]. Federal issue №303 (5976). December 31, 2012.
5. *Rebysheva L.V., Vasil'chenko E.V.* Problemy distancionnogo obrazovanija na sovremenom jetape razvitija [Problems of distance education at the present stage of development]// *Sovremennye problemy nauki i obrazovanija* [Modern problems of science and education]. — 2015. — №2-2. [Jelektronnyj resurs]. — URL: [www.science-education.ru/ru/article/view?id=22704](http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=22704). (Date accessed: 25.07.2020).
6. *Kostjaev S.* Kak prepodavateli komentirujut perehod na distancionnoe obuchenie i chto s jetim delat' [How do teachers comment on the transition to distance learning and what to do about it] // *Novaja gazeta*. Issue №38. April 10, 2020.
7. *Kas'janov V.V., Gafiatulina N.H., Samygin S.I.* Osobennosti i problemy social'nogo povedenija v uslovijah rezhima samoizoljicii rossijskogo naselenija [Features and problems of social behavior in the conditions of self-isolation of the Russian population] // *Gumanitarij Juga Rossii* [Humanities of the South of Russia]. — 2020. — Vol. 9. — №2. — Pp. 51–63.
8. *Kas'janov V.V., Gafiatulina N.H., Samygin S.I.* Kibersocializacija kak riskogennyj faktor vlijanija na social'noe zdorov'e rossijskoj molodezhi v jepohu cifrovyh tehnologij [Cybersocialization as a risk factor affecting the social health of Russian youth in the digital age] // *Gumanitarnye, social'no-jekonomicheskie i obshhestvennye nauki* [Humanities, socio-economic and social Sciences]. — 2019. — №6.
9. *Pomeranceva N.* Pochemu studenty i prepodavateli nevzljubili distancionnoe obuchenie [Why do students and teachers dislike distance learning] // *Vedomosti* [Statements]. May 28, 2020.
10. *Soveshhanie po tekushhej situacii v sisteme obrazovanija* [Meeting on the current situation in the education system]. May 21, 2020. [Jelektronnyj resurs]. — URL: [www.kremlin.ru/events/president/news/63376](http://www.kremlin.ru/events/president/news/63376). (Date accessed: 25.07.2020).
11. *Sigarkina L.N.* Pedagogicheskie puti sovershenstvovanija distancionnogo obuchenija studentov v sovremennyh vuzah. Avtoreferat dissertacii kandidata pedagogicheskikh nauk [Pedagogical ways to improve distance learning of students in modern universities. Ph. D. (Pedagogic) Thesis]. — Moscow, 2007.



**Бушуев Игорь Венальевич** — полковник полиции, начальник кафедры общеправовых дисциплин Волгодонского филиала Ростовского юридического института МВД России.

**Bushuev Igor Venalievich** — Police Colonel, Head of the Department of General Legal Disciplines, Volgodonsk branch of the Rostov Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia.

347360, г. Волгодонск, ул. Степная, 40  
40 Stepnaya st., 347360, Volgodonsk, Russia  
E-mail: bushuev.igor.2107@mail.ru



**Нектаревская Юлия Борисовна** — доцент, заведующая кафедрой иностранных языков с курсом латинского языка Ростовского государственного медицинского университета (РостГМУ).

**Nectarevskaya Julia Borisovna** — Associate Professor, Head of the Department of Foreign Languages with the Course of Latin, Rostov State Medical University (RostGMU).

344022, г. Ростов-на-Дону, ул. Суворова, 19 / пер. Крепостной, 80  
19 Suvorov st. / 80 Krepostnoy ln., 344022, Rostov-on-Don, Russia  
E-mail: julia\_nektar@mail.ru



**Толстокора Олег Николаевич** — старший преподаватель кафедры физической культуры Южного федерального университета.

**Tolstokora Oleg Nickolaevich** — Senior Teacher, Department of Physical Culture, Southern Federal University.

344065, г. Ростов-на-Дону, ул. Р. Зорге, 21  
21 R. Zorge st., 344065, Rostov-on-Don, Russia  
E-mail: otolstokora@sfedu.ru