Дата публикации: 01.06.2023
DOI: 10.24412/2588-0500-2023_07_02_26
УДК 796.01; 159.9

Publication date: 01.06.2023
DOI: 10.24412/2588-0500-2023_07_02_26
UDC 796.01; 159.9

НЕГАТИВНАЯ МОТИВАЦИЯ КАК ГЛАВНЫЙ СТИМУЛ ДЛЯ ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ СРЕДИ ЛИЦ СРЕДНЕГО И СТАРШЕГО ВОЗРАСТА В РОССИИ

Т.Р. Габитов[1], А.Л. Ясенявская[2]
[1]ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева», Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, г. Астрахань, Россия
[2]ФГБОУ ВО «Астраханский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Астрахань, Россия

Аннотация. Одной из важных задач в сфере физической культуры является изучение запросов и потребностей населения, готовности к занятиям спортом, интересов лиц различных возрастных групп к определенным видам спорта и т.д. В качестве рассматриваемого предмета в данной статье выступает мотивация, объект же представлен в виде ее формы, а именно негативной мотивации. Негативная мотивация вызывает интерес в контексте вопроса о главной движущей силе и стимуле, дающих необходимый толчок людям среднего и старшего возраста для начала занятий спортом. Предприятие субъектом действия или бездействия есть итоговый компонент в структуре формирования человеком негативной мотивации.

Ключевые слова: мотивация, негативная мотивация, спорт, физическая культура, психология, средний и старший возраст.

NEGATIVE MOTIVATION AS THE MAIN INCENTIVE TO ENGAGE IN SPORT AMONG MIDDLE-AGED AND OLDER PEOPLE IN RUSSIA

T.R. Gabitov[1], A.L. Yasenyavskaya[2]
[1]Astrakhan Tatishchev State University, Astrakhan, Russia
[2]Astrakhan State Medical University, Astrakhan, Russia

Annotation. One of the important tasks in the field of physical culture is the study of the needs of the population, willingness to engage in sport, the interests of people of different age groups in certain sports, etc. Motivation acts as the subject matter in this article, while the object is one of its forms, namely – negative motivation. Negative motivation is of interest in the context of the main driving force and incentive that give the necessary impetus to middle-aged and older people to start engaging in sports. Taking an action or no action at all is the final component in the structure of the negative motivation formation.

Keywords: motivation, negative motivation, sport, physical culture, psychology, middle and older age.

Введение. Одной из важных задач как для теории, так и для практики занятия спортом различных возрастных групп является определение мотивационной составляющей с учетом возможностей конкретной группы с целью подбора адекватных средств достижения целей [1-8].

Конец XX века для России ознаменован двумя знаковыми событиями: с одной стороны это развитие нового политического и социального вектора, который взят государством с целью «осовременить» строй и общество, с другой – потеря вектора старого, который наряду с консервативной направленностью обладал весьма прогрессивными элементами, являющимися актуальными и на сегодняшний день. Главным образом, речь идет о физической культуре и спорте как основных составляющих общества, их роли, а также об отношении к занятиям спортом как со стороны государства, так и со стороны самого общества и отдельного человека [9-10]. На сегодняшний день заметны

положительные изменения в вопросах спорта и физической культуры, которые происходят в нашей стране.

По данным Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), отмечено увеличение доли россиян, занимающихся спортом с той или иной периодичностью – с 38% в 2006 году до 60% в 2018 году. Наряду с этим, спорт становится все более доступным, что находит свое отражение в повсеместном строительстве различных спортивных объектов, начиная от открытых спортивных площадок и заканчивая крупными спортивно-зрелищными комплексами. Возрождаются оздоровительные государственные инициативы, например такие, как всероссийский физкультурно-спортивный комплекс, отражающий нормативную основу физического воспитания населения страны, нацеленную на развитие спорта и оздоровление (ГТО). Реабилитация данного комплекса способствует улучшению физической подготовки населения и в целом благотворно влияет на развитие массового спорта, а в качестве позитивной мотивационной составляющей для подростков предлагает такие привилегии, как получение дополнительных баллов к ЕГЭ при поступлении в вуз. Переход к новой форме государственного правления, несомненно, наложил свой отпечаток на роль и место спорта и физической культуры в стране. Сбитые ценностные ориентиры и пошатнувшиеся жизненные приоритеты отодвинули занятия спортом среди населения на далекий задний план. Данные процессы негативно сказались не только на здоровье нации, но и на имиджевой репутации самого спорта в лице общества. Данный переходный период в истории нашей страны сформировал человека с определенным типом психологии, который уже сегодня активно начал приходить к пониманию и осознанию факта необходимости присутствия спорта и физической культуры в своей жизни.

Целью работы явился теоретический анализ негативной мотивации как главного стимула для занятия спортом среди лиц среднего и старшего возраста в России.

Методы и организация исследования. Проведен анализ литературных данных отечественных и зарубежных источников с использованием метода деконструкции, основанного на оценке текста и толкования прочитанного; аспектного анализа, позволяющего исследовать проблему мотивационной составляющей как основного стимула для занятия спортом с возможностью обоснования своего суждения; дискриптивного метода, позволяющего основываться на «дескриптах» (мотивация, спорт, физическая культура, средний и старший возраст) и конкретизировать ход мысли, делая акцент на наиболее важных аспектах объекта исследования.

Результаты исследования и их обсуждение. В качестве рассматриваемого предмета в данной статье выступает мотивация, объект же представлен в виде ее формы, а именно негативной мотивации. Негативная мотивация интересует нас в контексте вопроса о главной движущей силе и стимуле, дающей необходимый толчок людям среднего и старшего возраста для начала занятий спортом. Во вступлении была обозначена некая переходная точка во времени, пришедшаяся на период перестройки. Эта временная точка образовала культурную яму, выразившуюся в формировании поколения, отчужденного от привычки занятиями физической культурой и спортом. Следует отметить, что потребность человеческого организма в определенной дозе физического движения есть потребность естественная, детерминированная самой природой, следовательно приход к пониманию и осознанию необходимости присутствия движения в жизни конкретного человека не может быть осуществлен иначе, чем через призму последствий, выраженных снижением дееспособности и вызванных отсутствием этого самого движения [11-13]. В свою очередь, эти последствия находят свой единственный выход в виде формирований

противолежащих потребностей посредством негативной мотивации.

Для начала необходимо рассмотреть сам термин «мотивация». Отталкиваясь от мнения Платонова К.К., мотивация есть некая совокупность человеческих мотивов [14]. Мотив же, в свою очередь, есть некий динамический процесс, управляющий поведением человека [15]. То есть мотивация представляется нам в виде комплекса или группы процессов, которые движут человеческим поведением и корректируют его. Сама мотивация имеет ряд видовых подразделений, из которых нас интересует классификация, определяющая две ее формы: мотивацию позитивную и негативную. Для того, чтобы ближе рассмотреть объект статьи, а именно негативную мотивацию, дадим определение мотивации позитивной. Позитивная мотивация основывается на методе поощрения, выражающимся в ожидании получения награды или ощущения удовольствия от процесса занятия тем или иным родом деятельности. Позитивная мотивация это сложно формируемая мотивационная форма. Про нее можно сказать, что это мотивация высшего порядка. Часто она является трансформировавшейся негативной мотивацией, выходящей на качественно новый уровень. К примерам проявления позитивной мотивации в спортивной жизни человека можно отнести следующие ситуации: посещение старой забытой спортивной секции (часто целью такого поведения может служить стремление получить удовольствие, соприкоснувшись с приятными воспоминаниями из прошлого), добровольная подготовка к участию в спортивных соревнованиях (вызванная желанием посоревноваться с целью получения вознаграждения и признания), бытовое спортивное любопытство (желание сформировать новые навыки и умения в интересном для себя хобби).

В отличие от позитивной мотивации, негативная мотивация представляет собой метод побуждения, который основан исключительно на страхе. Данное побуждение вызывается чувством страха перед потенциальными последствиями, к которым может привести действие или бездействие со стороны субъекта. Негативная форма проявления мотивации практически во всех случаях является первичным побудителем к изменению качества жизни человека. Это так называемый первый мотивационный «пинок», в ходе которого запускается весь трансформационный процесс. Ниже мы более конкретно рассмотрим генезис появления данной мотивации среди людей среднего и старшего возраста в ситуациях, затрагивающих их взаимоотношения со спортом и физической культурой.

Согласно данным федеральной службы государственной статистики РФ, за период с 1958 г. и по 2007 г., самый низкий уровень продолжительности жизни среди населения России пришелся на 1994 год. Тогда средняя продолжительность жизни у женщин составила 71 год, а у мужчин – 57 лет [16]. Период 90-ых годов заслуженно принято считать временем с высоким уровнем социальных проблем (в том числе выраженных в высоком уровне потребляемых спиртных напитков) и низким уровнем пропаганды здорового образа жизни. Как описывалось выше, этот временной период сформировал максимально отчужденное от занятий спортом поколение. Вследствие этого, в наши дни население в возрасте от 45 до 60 лет неизбежно сталкивается с проблемами здоровья (артериальная гипертензия, сахарный диабет II типа, ожирение, остеохондроз, артрит и артроз), часть из них побуждают предпринимать определенные профилактические меры, в том числе и физкультурного характера.

Сталкиваясь с острой проблемой здоровья, человек формирует для себя особый поведенческий паттерн, который определяется его субъективным страхом последствий собственного действия или бездействия. Структура данного паттерна состоит из трех компонентов:

1. Причина страха и его осознание субъектом;

2. Осознание субъектом последствий собственного действия или бездействия;

3. Предприятие субъектом действия или бездействия.

В качестве причины страха мы обозначили проблемы здоровья. Несмотря на очевидные физические формы проявления данных проблем, они также могут носить и психический характер. Уже ни для кого не секрет, что физическая активность помогает бороться с такими психическими проблемами, как тревожные расстройства, депрессия, посттравматические стрессовые расстройства и др. [17]. Поэтому современные психологи все чаще советуют наряду с методами классической психотерапии использовать средства физкультурного и спортивного воздействия на организм (утренние пробежки, езда на велосипеде, фитнес, плавание в бассейне). Деструктивное воздействие на человека проблем с его здоровьем всегда находит свое отражение в нарушении комфортного течения его жизни, что неизбежно приводит к его осознанию и пониманию сути проблемы и формирует следующую ступень в трехкомпонентной структуре негативной мотивации.

Осознание субъектом последствий собственного действия или бездействия помогает составить целостную картину его потенциального будущего. Данный этап в мотивационной структуре представляется самым сложным, трудоемким и переломным. В этот момент мотивация рождается как таковая, ставя человека перед фактом выбора – «Хочешь изменений? Будь добр, изменись!». На данном этапе человек сталкивается со всем «грузом ответственности» за свои дальнейшие действия, но не всегда он оказывается способен этот «груз» превозмочь. Именно в этот период человек находится в наиболее уязвимом положении и отчаянно нуждается в сторонней поддержке. В связи с этим наиболее действенными будут для него коллективные формы занятия физкультурой и спортом, например такие, как персональные тренировки с тренером, совместные занятия с другом или товарищем, занятия в группе с лицами, имеющими схожие проблемы и потребности. При правильном целеполагании и грамотной расстановке приоритетов человек формирует в себе мотив, выраженный в потребности достичь (или избежать) определенной цели, переходя к заключительному этапу структуры.

Предприятие субъектом действия или бездействия есть итоговый компонент в структуре формирования человеком негативной мотивации. Несмотря на то, что данный компонент представлен последним в списке, человек доходит до него во всех случаях. Разница лишь в том, что избирая путь «изменений», человек предпринимает действия или бездействия на сложном и трудоемком пути по направлению к достижению/избеганию цели. В случае, если человек решает не предпринимать попыток измениться, его действия или бездействия не будут нести в себе характерной трудоемкости, так как не будут выбиваться из привычного для человека образа жизни. В этом случае можно предположить, что степень воздействия первой ступени на формирование мотивации во второй ступени не была достаточно сильной. Возможно впоследствии неизбежно нарастающее и усиливающееся воздействие проблемы из первой ступени запустит данный механизм формирования негативной мотивации снова, и человек вернется к своей старой проблеме, но в уже более худшем положении.

Заключение. Подводя итог вышенаписанному, отметим главное: люди среднего и старшего возраста (от 45 до 60 лет) все чаще сталкиваются с проблемами физического и психологического здоровья, что подвигает их к занятию спортом и физической культурой как одной из форм решения этих проблем [18-20]. Формирующаяся мотивация, которая дает толчок к изменениям в жизни этих лиц, носит негативный характер, выражаясь в желании человека избежать негативных последствий действия или бездействия. Но следует ли говорить о том, что негативная мотивация является единственной мотивационной формой, которая

всегда первая запускает механизмы трансформации человека и его личности? Вероятно, что да. Как тогда ответить на вопрос, где находится та индивидуальная точка перелома у субъекта, определяющая формирование его мотивации и находящее свое выражение в переходе от концепции «старой» жизни к «новой»? Возможно, что ответ на этот вопрос кроется в общем уровне развитости личности, в его культурной и интеллектуальной образованности, в степени его претензий на самого себя и на свое личностное достоинство. Понимание мотивов, влияющих на участие в физической активности, имеет решающее значение для разработки мероприятий, способствующих повышению уровня вовлеченности, что является одной из главных целей нацпроекта «Демография».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Fomicheva, T. V. The physical culture and sport as perceived by the youth in Russia / T. V. Fomicheva, E. M. Kryukova // Probl Sotsialnoi Gig Zdravookhranenniiai Istor Med. – 2022. – Vol. 30. – № 6. – pp. 1245-1248.
2. Гогунов, Е. Н. Профессиональная направленность спортивной деятельности / Е. Н. Гогунов // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2005. – Т. 42. – № 4. – С. 39-42.
3. Лукин, Ю. Л. Психология физической культуры и спорта: учеб. пособие / Ю. Л. Лукин, Т. В. Шелкунова. – Красноярск: Сиб. федерал. ун-т, 2018. – 99 с.
4. Мартынова, В. А. Мотивация к спортивно-тренировочной деятельности легкоатлетов различной квалификации / В. А. Мартынова, О. А. Корнев, А. В. Корнева // Современные проблемы науки и образования. – 2021. – № 6. URL: https://science-education.ru/ru/article/view?id=31388 (дата обращения: 05.03.2023).
5. Чередниченко, М. В. Факторы реализации тренировочного процесса с учетом индивидуализации специальной подготовки высококвалифицированных легкоатлетов / М. В. Чередниченко, В. А. Мартынова // Современные достижения молодежной науки: сборник статей Международного научно-исследовательского конкурса, 2021. – С. 80-88.
6. Казанцев, С. А. Сравнительная (интегральная) оценка жизнеспособности людей среднего и старшего возраста, занимающихся спортивным ориентированием / С. А. Казанцев // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2010. – Т. 59. – № 1. – С. 38-40.
7. Глухова, М. Ю. Исследование мотивации к занятиям физической культурой у обучающихся старшего школьного возраста / М. Ю. Глухова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2021. – Т. 202. – № 12. – С. 101-104.
8. Psychological, social and contextual factors across recovery stages following a sport-related knee injury: a scoping review / Truong L. K., Mosewich A. D., Holt C. J. [et al] // Br J Sports Med. – 2020. – Vol. 54(19). – pp. 1149-1156.
9. Culture in Physical Activity: The Contribution of Basic Psychological Needs and Goal Orientation / D. Gurleyik, C. K. N. Sen, J. L. Etnier, I. H. Acar // Int J Environ Res Public Health. – 2022. – Vol. 19(24). – P. 16691.
10. van Lankveld, W. Motivation for Physical Activity: Validation of the Dutch Version of the Physical Activity and Leisure Motivation Scale (PALMS) / W. van Lankveld, F. Linskens, N. Stolwijk // Int J Environ Res Public Health. – 2021. – Vol. 18(10). – P. 5328.
11. Sport Motivation from the Perspective of Health, Institutional Embeddedness and Academic Persistence among Higher Educational Students / Kovács K. E., Kovács K., Szabó F. [et al] // Int J Environ Res Public Health. – 2022. – Vol. 19(12). – P. 7423.
12. Understanding Levels and Motivation of Physical Activity for Health Promotion among Chinese Middle-Aged and Older Adults: A Cross-Sectional Investigation / Rahman M. M., Liang C. Y., Gu D. [et al] // J Healthc Eng. – 2019. – P. 9828241.
13. Motivation behind running among older adult runners / P. León-Guereño, H. Galindo-Domínguez, Balerdi-Eizmendi E. [et al] // BMC Sports Sci Med Rehabil. – 2021. – Vol. 13(1). – P. 138.
14. Платонов, К. К. Занимательная психология. Издание. 5-е, исправленное / К. К. Платонов. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с.
15. Слепченко, А. Л. Мотивация как компонент занятий физической культурой / А. Л. Слепченко, Р. К. Краснов, В. В. Вольский // Молодой ученый. – 2019. – № 19 (257). – С. 388-390.
16. Сайт федеральной службы государственной статистики РФ // Интернет статья – “Смертность и продолжительность жизни населения России: современные тенденции и региональные особенности” – 2007. – URL:

https://www.gks.ru/bgd/regl/b07_04/IssWWW.exe/Stg/d090/4-demogr.htm (дата обращения: 01.03.2023)
17. Сайт Всемирной Организации Здравоохранения // Презентация: «Рекомендации ВОЗ по вопросам физической активности и малоподвижного образа жизни». – 2020. – URL: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337001/9789240014909-rus.pdf (дата обращения: 01.03.2023)
18. Гилазиева, С. Р. Отношение взрослого населения к занятиям физической культурой (на примере г. Оренбурга) / С. Р. Гилазиева // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2012. – Т. 163. – № 2. – С. 38-43.
19. Psychological Effects of Motivational Aquatic Resistance Interval Training and Nutritional Education in Older Women / A. Martínez-Rodríguez, B. J. Cuestas-Calero, J. M. García-De Frutos, P. J. Marcos-Pardo // Healthcare (Basel). – 2021. – Vol. 9(12). – P. 1665.
20. The physical activity of elderly persons and its effect on somatic and psychological health / V.A. Tarasov, S.V. Tsvetov, A.B. Borisov, M.I. Narvatov // Probl Sotsialnoi Gig Zdravookhranenniiai Istor Med. – 2022. – Vol. 30(1). – pp. 39-44.

REFERENCES

1. Fomicheva T.V., Kryukova E.M. The physical culture and sport as perceived by the youth in Russia. *Probl Sotsialnoi Gig Zdravookhranenniiai Istor Med*, 2022, vol. 30, no 6, pp. 1245-1248.
2. Gogunov E.N. Professional orientation of sports activity. *Vestnik of the Orenburg State University*. 2005, vol. 42, no. 4, pp. 39-42. (in Russ.)
3. Lukin Yu.L., Shelkunov T.V. Psychology of physical culture and sports: a textbook. Krasnoyarsk: Siberian Federal University, 2018, 99 p. (in Russ.)
4. Martynova V.A., Kornev O.A., Korneva A.V. Motivation for sports and training activities of athletes of various qualifications. *Modern problems of science and education*, 2021, no. 6. Available at: https://science-education.ru/ru/article/view?id=31388 (accessed 05.03.2023) (in Russ.)
5. Cherednichenko M.V., Martynova V.A. Factors of the implementation of the training process, taking into account the individualization of the special training of elite athletes. Modern Achievements of Youth Science: collection of articles of the International Research Competition, 2021. pp. 80-88. (in Russ.)
6. Kazantsev S.A. Comparative (integral) assessment of viability of middle- and old age people going for orienteering. *Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University*, 2010, vol. 59, no. 1, pp. 38-40. (in Russ.)
7. Glukhova M.Yu. Study of motivation for physical education among the higher school students. *Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University*, 2021, vol. 202, no. 12, pp. 101-104. (in Russ)
8. Truong L.K., Mosewich A.D., Holt C.J., Le C.Y., Miciak M., Whittaker J.L. Psychological, social and contextual factors across recovery stages following a sport-related knee injury: a scoping review. *Br J Sports Med*, 2020, vol. 54(19), pp. 1149-1156.
9. Gurleyik D., Sen C.K.N., Etnier J.L., Acar I.H. Culture in Physical Activity: The Contribution of Basic Psychological Needs and Goal Orientation. *Int J Environ Res Public Health*, 2022, vol. 19(24), pp. 16691.
10. van Lankveld, W., Linskens F., Stolwijk N. Motivation for Physical Activity: Validation of the Dutch Version of the Physical Activity and Leisure Motivation Scale (PALMS). *Int J Environ Res Public Health*, 2021, vol. 18(10), pp. 5328.
11. Kovács K.E., Kovács K., Szabó F., Dan B.A., Szakál Z., Moravecz M., Szabó D., Olajos T., Csukonyi C., Papp D., Őrsi B., Pusztai G. Sport Motivation from the Perspective of Health, Institutional Embeddedness and Academic Persistence among Higher Educational Students. *Int J Environ Res Public Health*, 2022, vol. 19(12), pp. 7423.
12. Rahman M.M., Liang C.Y., Gu D., Ding Y., Akter M. Understanding Levels and Motivation of Physical Activity for Health Promotion among Chinese Middle-Aged and Older Adults: A Cross-Sectional Investigation. *J Healthc Eng*, 2019, p. 9828241.
13. León-Guereño P., Galindo-Domínguez H., Balerdi-Eizmendi E., Rozmiarek M., Malchrowicz-Mośko E. Motivation behind running among older adult runners. *BMC Sports Sci Med Rehabil*. 2021, vol. 13(1), p. 138.
14. Platonov K.K. Entertaining psychology. 5th ed., with corrections. St. Petersburg: Piter Press, 1997, 288 p. (in Russ.)
15. Slepchenko A.L., Krasnov R.K., Vol'skij V.V. Motivation as a component of physical education. *Young Scientist*, 2019, vol. 19 (257), pp. 388-390. (in Russ.)
16.Website of the Federal State Statistics Service of the Russian Federation. Mortality and life expectancy of the population of Russia: current trends and regional features (article). 2007. Available at:

https://www.gks.ru/bgd/regl/b07_04/IssWWW.exe/Stg/d090/4-demogr.htm (accessed 01.03.2023)
17.Website of the World Health Organization. WHO guidelines on physical activity and sedentary behavior (presentation). 2020. Available at: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337001/9789240014909-rus.pdf (accessed 01.03.2023)
18. Gilazieva S.R. The attitude of the adult population to physical education (on the example of Orenburg). *Vestnik of the Orenburg State University*, 2012, vol. 163, no. 2, pp. 38-43. (in Russ.)
19. Martínez-Rodríguez A., Cuestas-Calero B.J., García-De Frutos J.M., Marcos-Pardo P.J. Psychological Effects of Motivational Aquatic Resistance Interval Training and Nutritional Education in Older Women. *Healthcare (Basel).* 2021, vol. 9(12), pp. 1665.
20. Tarasov V.A., Tsvetov S.V., Borisov A.B., Narvatov M.I. The physical activity of elderly persons and its effect on somatic and psychological health. *Probl Sotsialnoi Gig Zdravookhranenniiai Istor Med*, 2022, vol. 30(1), pp. 39-44.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:
Тимур Рашидович Габитов – студент II курса факультета физической культуры и спорта, ФГБОУ ВО «АГУ имени В. Н. Татищева» Минобрнауки России, Астрахань, Россия, e-mail: gabi.tim1990@gmail.com.
Анна Леонидовна Ясенявская – кандидат медицинских наук, доцент, руководитель Научно-исследовательского центра, доцент кафедры фармакогнозии, фармацевтической технологии и биотехнологии, ФГБОУ ВО «Астраханский ГМУ» Минздрава России, Астрахань, Россия, e-mail: yasen_9@mail.ru.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:
Timur Rashidovich Gabitov – 2nd year student of the Faculty of Physical Culture and Sports, Astrakhan Tatishchev State University, Astrakhan, Russia, e-mail: gabi.tim1990@gmail.com.
Anna Leonidovna Yasenyavskaya – Candidate of Medical Science, Associate Professor, Head of the Research Center, Associate Professor of the Pharmacognosy, Pharmaceutical Technology and Biotechnology Department, Astrakhan State Medical University, Astrakhan, Russia, e-mail: yasen_9@mail.ru.

Для цитирования: Габитов, Т. Р. Негативная мотивация как главный стимул для занятия спортом среди лиц среднего и старшего возраста в России / Т. Р. Габитов, А. Л. Ясенявская // Современные вопросы биомедицины. – 2023. – Т. 7. – № 2. DOI: 10.24412/2588-0500-2023_07_02_26

For citation: Gabitov T.R., Yasenyavskaya A.L. Negative motivation as the main incentive to engage in sport among middle-aged and older people in Russia. *Modern Issues of Biomedicine*, 2023, vol. 7, no. 2. DOI: 10.24412/2588-0500-2023_07_02_26