**Приложение 2**

**УДК**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ, РОЛЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ, ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ**

***Рыжова Э.А., Бикбов Р.Р.***

(*Казанский национальный технический университет им. А.Н. Туполева, (КНИТУ-КАИ), Казань, Россия)*

***Аннотация.*** В данной статье описаны общие сведения о занятиях физической культурой, их влияние на организм человека, а так же пути повышения мотивации к занятиям спортом среди студентов.

***Ключевые слова:*** Физическая культура, конкуренция, здоровье, мотивация.

**PHYSICAL TRAINING AND STUDENTS’ SPORTS, ROLE OF SELF-TRAINING, WAYS OF IMPROVING MOTIVATION FOR SPORTS TRAINING**

***E.A. Ryzhova, R.R. Bikbov***

*(Kazan National Research Technical University named after A.N. Tupolev,(KRNTU-KAI) Kazan, Russia)*

***Abstract.*** This article describes general information on physical training, its influence on the human body, as well as ways of improving motivation for sports among students.

***Keywords:*** physical culture, competition, health, motivation.

**Список литературы**