

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

УДК 796.011.1

DOI 10.5930/1994-4683-2026-3-5-11

### **Мониторинг физического развития студентов социального вуза**

**Болдов Александр Сергеевич**<sup>1</sup>, кандидат педагогических наук, доцент  
**Карпов Владимир Юрьевич**<sup>2</sup>, доктор педагогических наук, профессор  
**Аленуров Эльдар Асафович**<sup>2</sup>, кандидат социологических наук, доцент  
**Петрова Маргарита Александровна**<sup>2</sup>, кандидат педагогических наук, доцент  
<sup>1</sup>*Московский государственный психолого-педагогический университет*  
<sup>2</sup>*Российский государственный социальный университет, Москва*

**Аннотация.** В настоящее время многие учёные отмечают падение уровня физического развития студенческой молодёжи, обусловленное гедонистически-потребительской парадигмой развития социума и обществом потребления.

**Цель исследования** – определить уровни физического развития студентов социального вуза по основным направлениям (соматическому, респираторному, предикторному) и выявить их особенности в рамках компетентностной парадигмы образования.

**Методы и организация исследования.** Использованы диагностические антропометрические процедуры, сбор и анализ данных, методы математической статистики. В исследовании участвовали студенты социальной направленности подготовки. Исследование проводилось в рамках освоения студентами теоретического раздела здоровьесберегающего блока дисциплин ФГОС ВО.

**Результаты исследования и выводы.** Определено, что у студентов по большинству показателей развития отклонений не наблюдается, однако в гендерной маскулинной группе зафиксировано наличие низкого уровня развития физического качества сила по силовому индексу с одновременным достаточно хорошим развитием мышечной системы по индексу развития мускулатуры плеча. По мнению авторов, данный факт подтверждает достаточно большое влияние гипокинезии в молодёжной среде.

**Ключевые слова:** физическое развитие студентов, физкультурно-спортивная деятельность, антропометрические показатели, здоровье студентов, гипокинезия, гиподинамия

### **Monitoring of the physical development of students at a social university**

**Boldov Aleksandr Sergeevich**<sup>1</sup>, candidate of pedagogical sciences, associate professor  
**Karpov Vladimir Yurevich**<sup>2</sup>, doctor of pedagogical sciences, professor  
**Alenurov Eldar Asafovich**<sup>2</sup>, candidate of sociological sciences, associate professor  
**Petrova Margarita Aleksandrovna**<sup>2</sup>, candidate of pedagogical sciences, associate professor  
<sup>1</sup>*Moscow State University of Psychology and Education*  
<sup>2</sup>*Russian State Social University, Moscow*

**Abstract.** Currently, many researchers note a decline in the level of physical development among university students, caused by a hedonistic-consumerist paradigm of societal development and a culture of consumption.

**The purpose of this study** is to determine the levels of physical development of students at a social university according to the main directions (somatic, respiratory, predictive) and to identify their characteristics within the framework of the competency-based education paradigm.

**Research methods and organization.** Diagnostic anthropometric procedures, data collection and analysis, and methods of mathematical statistics were used. The study involved students enrolled in social sciences programs. The research was conducted as part of students' engagement with the theoretical component of the health-preserving module within the Federal State Educational Standard for Higher Education.

**Research results and conclusions.** It was determined that, across most developmental indicators, no significant deviations were observed among students. However, in the male subgroup, a low level of muscular strength was identified based on the strength index, despite a relatively well-developed shoulder musculature as indicated by the muscle development index. The authors interpret this finding as evidence of a substantial influence of hypokinesia within the youth population.

**Keywords:** physical development of students, physical culture and sports activities, anthropometric indicators, student health, hypokinesia, hypodynamia

**Введение.** На современном этапе развития образования в рамках потребительской парадигмы социального развития [1] учёные отмечают низкий уровень физического развития в обществе в результате гиподинамии и гипокинезии [2–5], особенно в связи с активным внедрением в обучение дистанционных технологий в Высшей школе Российской Федерации [6]. К сожалению, отмечается также потребительское отношение студентов-«зумеров» к двигательной активности в рамках академической нагрузки, которая не выдерживает конкуренции с большим количеством фитнес-клубов. Антропологи отмечают важность соматотипического развития подрастающего поколения на различных этапах онтогенеза, особенно у людей, занимающихся двигательной активностью [4, 7], и на этапе профессионального становления [8]. Вследствие недостаточной двигательной активности людей, в том числе студентов, усилия педагогического сообщества направлены на подбор адекватных поколенческим предпочтениям средств и методов физической культуры и спорта для профилактики гиподинамии, и гипокинезии в студенческой среде [9], инновационных технологий на основе мониторинга физического развития как средства биологической обратной связи [10], особенно у феминного контингента, преобладающего на гуманитарных специальностях и направлениях подготовки [11]. При этом ведётся перманентный мониторинг физического развития и в других гуманитарных направлениях – психологическом и педагогическом [12], не говоря уже об усилиях, которые предпринимает Министерство здравоохранения РФ по профилактическому мониторингу всех групп населения, включая студенческую молодёжь [13].

Исходя из этого, была поставлена **цель** данного **исследования** – определить уровни физического развития студентов социального вуза по основным направлениям (соматическому, респираторному, предикторному) и выявить их особенности в рамках компетентностной парадигмы образования.

**Методы и организация исследования.** Исследование по мониторингу физического развития студентов социального вуза проводилось в рамках освоения ими теоретического курса дисциплины «Физическая культура и спорт» здоровьесберегающего блока дисциплин ФГОС ВО 3++. На занятиях по данному курсу студенты изучали методику практических измерений показателей собственного физического развития на этапе перехода в профессиональную деятельность и завершения этапа морфофункционального развития.

В исследовании приняли участие 324 студента 1 курса. Контингент исследуемых студентов имел ярко выраженную феминную составляющую в силу специфики социального гуманитарного образования и распределился следующим образом: 296 студенток и 28 студентов.

В исследовании использовали следующие методики определения физического развития (антропометрические стандарты): экскурсия грудной клетки (ЭГК), индекс Кетле (ВМІ), индекс Брока-Беккерта (ИББ), индекс Пинье (ИП), индекс Эрисмана (ИЭ), индекс талия-бедро (ИТБ), силовой индекс (СИ), индекс развития мускулатуры плеча (ИРМП). Все показатели представленных методик определения физического развития (антропометрических стандартов) имеют чёткую структуру и классификацию, однако в методике расчёта индекса Брока-Беккерта есть сравнение

фактического веса и идеального, расчётного для каждого респондента, поэтому для унификации данных использовалась простейшая формула расчёта:

$$\text{ИББ} = \text{MT}_{\text{факт}} - \text{MT}_{\text{идеал}}$$

где:

$\text{MT}_{\text{факт}}$  – фактическая масса тела, измеренная студентом на тестировании;

$\text{MT}_{\text{идеал}}$  – идеальная масса тела, рассчитанная по формуле Брока-Беккерта.

В таблице 1 представлены нормативные показатели абсолютных значений используемых методик диагностики физического развития.

Таблица 1 – Нормативные показатели методик диагностики физического развития

| № п/п | Диапазоны показателей физического развития              |                  | Студентки (N=296) | Студенты (N=28) |       |
|-------|---|------------------|-------------------|-----------------|-------|
| 1     | Респираторная система                                   | ЭГК (см.)        | Норма             | 6-8             | 7-10  |
|       |   |                  | Плохое развитие   | <6              | <7    |
|       |   | Хорошее развитие | >8                | >10             |       |
| 2     |   | ИЭ (ед.)         | Норма             | 0±1             | 3-5   |
|       |   |                  | Плохое развитие   | <1              | <3    |
|       |   |                  | Хорошее развитие  | >1              | >5    |
| 3     | Соматические показатели развития компонентной структуры | ИББ (кг.)        | Норма             | ±0              |       |
|       |   |                  | Дефицит           | <0              |       |
|       |   |                  | Избыток           | >0              |       |
| 4     |   | ИП (ед.)         | Нормостеник       | 10-30           |       |
|       |   |                  | Гиперстеник       | >30             |       |
|       |   |                  | Гипостеник        | <10             |       |
| 5     | ВМІ (ед.)   | Норма            | 18,5-24,9         |                 |       |
|       |   | Дефицит          | <18,4             |                 |       |
|       |   | Избыток          | >25               |                 |       |
| 6     | Предиктор диабета 2-го типа                             | ИТБ (ед.)        | Норма             | 0,4-1           |       |
|       |   |                  | Анорексия         | <0,4            |       |
|       |   |                  | Булимия           | >1              |       |
| 7     | Предикторы саркопении                                   | СИ (%)           | Норма             | 50-60           | 70-75 |
|       |   |                  | Плохое развитие   | <50             | <70   |
|       |   |                  | Хорошее развитие  | >60             | >80   |
| 8     |   | ИРМП (ед.)       | Норма             | 5-12            |       |
|       |   |                  | Плохое развитие   | <5              |       |
|       |   |                  | Хорошее развитие  | >12             |       |

Математическая обработка данных проводилась в пакете программного обеспечения Excel и SPSS Statistics.

**Результаты исследования.** Полученные в ходе мониторинга физического развития студентов социального вуза данные представлены в таблице 2. Согласно представленным статистическим данным, по показателям развития респираторной системы у большинства студентов социального вуза различных направлений подготовки в целом наблюдается достаточно хорошая картина. Ограниченное развитие диапазона движения костно-связочных структур грудной клетки наблюдается только у 10,3% девушек и у 21,5% юношей, а дефицит развития индекса Эрисмана как антропометрического показателя развития грудной клетки наблюдается только у 3,8% девушек и у 14,1% юношей.

Таблица 2 – Показатели физического развития студентов социального вуза

| № п/п | Диапазоны показателей физического развития                           |            | Студентки (N=296) |                    | Студенты (N=28) |                    |           |
|-------|--|------------|-------------------|--------------------|-----------------|--------------------|-----------|
|       |  |            | %                 | $\bar{X}\pm\sigma$ | %               | $\bar{X}\pm\sigma$ |           |
| 1     | Респираторная система  | ЭГК (см.)  | Норма             | 44,6               | 9,1±2,8         | 35,2               | 8,8±2,5   |
|       |  |            | Плохое развитие   | 10,3               |                 | 21,5               |           |
|       |  |            | Хорошее развитие  | 45,1               |                 | 53,3               |           |
| 2     | ИЭ (ед.)   | ИЭ (ед.)   | Норма             | 0                  | 7,9±5,2         | 7,3                | 10,2±7,8  |
|       |  |            | Дефицит           | 3,8                |                 | 14,1               |           |
|       |  |            | Избыток           | 96,2               |                 | 78,6               |           |
| 3     | Соматические показатели развития компонентной структуры состава тела | ИББ (кг.)  | Норма             | 1,2                | -4,8±8,4        | 6,7                | 3,7±10,7  |
|       |  |            | Дефицит           | 81,6               |                 | 39,3               |           |
|       |  |            | Избыток           | 17,2               |                 | 54                 |           |
| 4     |  | ИП (ед.)   | Нормостеник       | 66,3               | 24,7±10,8       | 40,3               | 10,2±18,5 |
|       |  |            | Гиперстеник       | 25,6               |                 | 46,3               |           |
|       |  |            | Гипостеник        | 8,1                |                 | 13,4               |           |
| 5     |  | ВМІ (ед.)  | Норма             | 65,1               | 20,6±3,1        | 78,4               | 23,1±3,4  |
|       |  |            | Дефицит           | 27,3               |                 | 5,3                |           |
|       |  |            | Избыток           | 7,6                |                 | 16,3               |           |
| 6     | Предиктор диабета 2-го типа  | ИТБ (ед.)  | Норма             | 100                | 0,7±0,05        | 100                | 0,81±0,06 |
|       |  |            | Анорекия          | 0                  |                 | 0                  |           |
|       |  |            | Булимия           | 0                  |                 | 0                  |           |
| 7     | Предикторы саркопении  | СИ (%)     | Норма             | 18,3               | 54,1±15,1       | 6,3                | 50,8±12   |
|       |  |            | Плохое развитие   | 46,1               |                 | 93,7               |           |
|       |  |            | Хорошее развитие  | 35,6               |                 | 0                  |           |
| 8     |  | ИРМП (ед.) | Норма             | 50,1               | 9,5±4,9         | 11,3               | 12,5±6,5  |
|       |  |            | Плохое развитие   | 23,5               |                 | 12,5               |           |
|       |  |            | Хорошее развитие  | 21,4               |                 | 76,2               |           |

В большинстве случаев у студенческого контингента социального вуза, вне зависимости от гендерной принадлежности, наблюдается либо норма (ЭГК<sub>дев.</sub> – 44,6% и ЭГК<sub>юн.</sub> – 35,2%; ИЭ<sub>дев.</sub> – 0% и ИЭ<sub>юн.</sub> – 7,3%), либо избыток (ЭГК<sub>дев.</sub> – 45,1% и ЭГК<sub>юн.</sub> – 53,3%; ИЭ<sub>дев.</sub> – 96,2% и ИЭ<sub>юн.</sub> – 78,6%) по показателям физического развития респираторной системы. Это подтверждается среднестатистическими данными: ЭГК<sub>дев.</sub> ( $\bar{X}\pm\sigma = 9,1\pm 2,8$ ) и ЭГК<sub>юн.</sub> ( $\bar{X}\pm\sigma = 8,8\pm 2,5$ ); ИЭ<sub>дев.</sub> ( $\bar{X}\pm\sigma = 7,9\pm 5,2$ ) и ИЭ<sub>юн.</sub> ( $\bar{X}\pm\sigma = 10,2\pm 7,8$ ).

В комплексе соматических показателей компонентной структуры состава тела студенческой молодежи также наблюдается положительная картина. По показателю идеальной массы тела (ИМТ) у девушек-студенток отмечается значительный дефицит фактической массы тела в 81,6% случаев, тогда как у юношей дефицит наблюдается только у 39,4% студентов. В норме (нулевое значение, когда фактическая масса тела соответствует расчётной) находится незначительное количество студентов, независимо от гендерной принадлежности: 1,2% студенток и 6,7% студентов. Особенно беспокоит наличие избыточного веса у более чем половины юношей-студентов – 54%, тогда как у девушек этот показатель не так значителен – всего 17,2%. Эти данные подтверждаются среднестатистическими значениями у студенток ( $\bar{X}\pm\sigma = -4,8\pm 8,4$ ) и студентов ( $\bar{X}\pm\sigma = 3,7\pm 10,7$ ). Кроме того, по индексу Кетле

(ВМІ) абсолютное большинство студентов, независимо от гендерной принадлежности, находятся в диапазоне нормы (65,1% – девушки и 78,4% – юноши) с тенденцией к большому дефициту массы тела у девушек (27,3%) и большому избытку массы тела у юношей (16,3%). Остальными значениями этого показателя можно пренебречь в статистике – они незначительны (7,6% студенток с избыточной массой тела и 5,3% студентов с дефицитом). Эта ситуация с индексом Кетле (ВМІ) подтверждается среднестатистическими значениями по студенткам ( $\bar{X} \pm \sigma = 20,6 \pm 3,1$ ) и студентам ( $\bar{X} \pm \sigma = 23,1 \pm 3,4$ ). В оправдание наличия у студентов-юношей избыточного веса по предыдущему показателю можно привести наличие такой предрасположенности у них по данным ещё одного показателя соматической компонентной структуры – индекса Пинье: большинство юношей в социальном вузе являются гиперстениками с предрасположенностью к избыточному весу (46,3%) либо нормостениками (40,3%), тогда как гипостеников меньшинство – только 13,4%, что подтверждается среднестатистическими значениями ( $\bar{X} \pm \sigma = 10,2 \pm 18,5$ ). По всей видимости, часть юношей, относящихся к нормостеникам по конституции, имеют избыточный вес, что согласуется с ярко выраженным показателем предиктора саркопении (СИ), указывающим на снижение физического качества «сила» у студентов-юношей – слабое развитие силы наблюдается у 93,7%. Однако одновременно у большинства юношей мышечная система достаточно хорошо развита – 76,2% студентов-юношей имеют по предикторному саркопеническому показателю ИРМП хорошее развитие, а 11,3% – норму. Большинство же девушек-студенток имеют по индексу Пинье нормостеническое телосложение (66,1%), гиперстеников с предрасположенностью к избыточному весу – 25,6%, а гипостеников и того меньше (8,1%), что подтверждается среднестатистическими значениями ( $\bar{X} \pm \sigma = 24,7 \pm 10,8$ ).

В единственном показателе – предикторе диабета 2-го типа (ИТБ) – у всех студентов (100%) значения показателя находятся в пределах нормы, что подтверждается и среднестатистическими значениями: у девушек ( $\bar{X} \pm \sigma = 0,7 \pm 0,05$ ) и у юношей ( $0,81 \pm 0,06$ ). Анорексичных или булимичных отклонений в студенческой среде не наблюдается.

В комплексе предикторных показателей саркопении и развития физического качества «сила» как у девушек, так и у юношей, отмечается низкий уровень силы мышц – 46,1% и 93,7% соответственно. Нормальное развитие наблюдается у 18,3% девушек и 6,3% юношей, а хорошее развитие – только у девушек-студенток (35,6%), в то время как у юношей-студентов оно отсутствует (0%). Это подтверждается среднестатистическими данными: у девушек ( $\bar{X} \pm \sigma = 54,1 \pm 15,1$ ), а у юношей ( $\bar{X} \pm \sigma = 50,8 \pm 12$ ). При этом у юношей выявлен достаточно большой процент хорошего развития мышц по ИРМП – 76,2%, нормальное развитие – у 11,3% и отставание в развитии мышечной системы – только у 12,5%. Девушки-студентки по этому показателю более стабильны в распределении уровней развития: у большинства из них мышцы находятся в пределах нормы (5,1%), либо хорошо развиты (21,4%), и только у 23,5% наблюдается недостаточность в развитии. Все выше перечисленные данные подтверждаются и среднестатистическими значениями, как у юношей ( $\bar{X} \pm \sigma = 12,5 \pm 6,5$ ), так и у девушек ( $\bar{X} \pm \sigma = 9,5 \pm 4,9$ ).

**Выводы.** На основании проведённого исследования по мониторингу физического развития студентов социального вуза можно констатировать следующие результаты. Показатели респираторной системы у студентов обоих полов в социальном вузе находятся в пределах нормы и в большинстве случаев даже превышают её. Соматические показатели компонентной структуры состава тела также в большинстве своём находятся в пределах нормы у студентов обоих полов социального вуза. Отмечено, что у девушек-студенток в 81,6% случаев наблюдается дефицит массы тела.

По предикторному показателю диабета 2-го типа все студенты социального вуза находятся в пределах нормы, девиации показателя отсутствуют. В предикторных показателях саркопенического развития мышечной системы у представителей мужского пола выявлено наличие низкого уровня значений силового индекса (СИ) в 93,7% случаев при достаточном развитии мускулатуры плеча (ИРМП) в 76,2% случаев. У девушек-студенток эти предикторы саркопении в большинстве случаев находятся в пределах нормы и хорошего развития (совокупно 81,7% и 71,5% соответственно).

#### Список источников

1. Бодлов А. С. Проблематика потребительской парадигмы в системе физической культуры и спорта высшей школы // Современные подходы к совершенствованию системы физической культуры и спорта : сборник материалов II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Санкт-Петербург, 30–31 октября 2025 года. Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры, 2025. С. 310–314. EDN: SPVZDD.
2. Веселова А. В., Калашникова Р. В. Проблема гиподинамии в современном обществе // Проблемы и перспективы формирования здорового образа жизни в информационном обществе : материалы международной научно-практической конференции, Молодежный, 26–28 октября 2016 года. Молодежный : Иркутский государственный аграрный университет им. А.А. Ежевского, 2016. С. 60–63. EDN: XATOHV.
3. Physical inactivity and associated factors among university students in 23 low-, middle- and high-income countries. / S. Pengpid, K. Peltzer, H.K. Kassean, J.P. Tsala Tsala, V. Sychareun, F. Muller-Riemenschneider. DOI 10.1007/s00038-015-0680-0 // International Journal of Public Health. 2015. V. 60 (5). P. 539–549.
4. Вьюшин С. Г., Викулов А. С. Физическое развитие студентов-первокурсников и необходимость его коррекции // Ярославский педагогический вестник. 2014. Т. 2, № 4. С. 119–122. EDN: TFEJWZ.
5. Гайворонский И. В., Семенов А. А., Криштоп В. В. Антропометрическая оценка физического развития лиц молодого возраста. DOI 10.17513/spno.32235 // Современные проблемы науки и образования. 2022. № 6-2. С. 24. EDN: PXJKDC.
6. Илькевич К. Б., Кашенков Ю. Б., Илькевич Т. Г. Профилактика гиподинамии средствами физической культуры у студенток на дистанционном обучении // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 3 (193). С. 157–164. EDN: JJOQUM.
7. Панасюк Т. В., Комиссарова Е. Н. Соматотипы детей как критерий их двигательного развития на разных этапах онтогенеза // Морфология. 2019. Т. 155, № 2. С. 225. EDN: DQNZHL.
8. Особенности физического развития современных студентов / В. А. Старкова, А. В. Леонова, А. А. Шестера [и др.]. DOI 10.32687/0869-866X-2022-30-4-574-579 // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2022. Т. 30, № 4. С. 574–579. EDN: СВJMAA.
9. Карпов В. Ю., Голов В. А. Детско-юношеский спорт в развитии физической культуры учащейся молодежи // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2008. № 3. С. 9–11. EDN: KXVKZZ.
10. Феофилактов В. В. Сравнительный анализ инновационных технологий физической подготовки студентов гуманитарных вузов на основе мониторинга физического развития : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. Москва, 2005. 24 с. EDN: NILQEH.
11. Карпов В. Ю., Скоросов К. К., Антонова М. С. Современные виды двигательной активности в формировании здорового образа жизни женщины // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2015. № 5 (123). С. 86–91. EDN: TXQINB.
12. Boldov A. S., Karpov V. Yu., Gusev A. V. Study on the level of physical development and physical fitness in students of university of psychology and education // Economic and Social Development : book of Proceedings. Moscow : Russian State Social University, 2018. P. 354–366. EDN: YKYAFN.
13. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 27.04.2021 № 404н "Об утверждении Порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения" (зарегистрирован 30.06.2021 № 64042) // Официальный интернет-

#### References

1. Boldov A. S. (2025), "The problem of consumer paradigm in the system of physical education and sports of the Higher School", *Modern approaches to improving the system of physical education and sports*, Collection of materials from the II All-Russian scientific and practical conference with international participation, St. Petersburg, October 30–31, 2025, Saint Petersburg, Saint Petersburg Research Institute of Physical Culture, pp. 310–314.
2. Veselova A. V., Kalashnikova R. V. (2016), "The problem of physical inactivity in modern society", *Problems and Prospects of Forming a Healthy Lifestyle in the Information Society*, Proceedings of the International Scientific and Practical Conference, Molodezhny, October 26–28, 2016, *Molodezhny, Irkutsk State Agrarian University named after A.A. Ezhevsky*, pp. 60–63.
3. Pengpid S., Peltze, K., Kassean H. K., Tsala J. P., Sychareun V., Muller-Riemenschneider F. (2016), "Physical inactivity and associated factors among university students in 23 low-, middle- and high-income countries", *International Journal of Public Health*, V. 60, pp. 539–549, DOI 10.1007/s00038-015-0680-0.
4. Vyushin S. G., Vykulov S. A. (2014), "Physical development of first-year students and the need for its correction", *Yaroslavl Pedagogical Bulletin*, V. 2, No. 4, pp. 119–122.
5. Gayvoronsky I. V., Semenov A. A., Kryshchop V. V. (2022), "Anthropometric assessment of physical development of young people", *Modern problems of science and education*, No. 6-2, p. 24, DOI 10.17513/spno.32235.
6. Ilkevich K. B., Kashenkov Yu. B., Ilkevich T. K. (2021), "Prevention of physical inactivity through physical education in female students enrolled in distance learning", *Scientific Notes of P.F. Lesgaft University*, No. 3, pp. 157–164.
7. Panasyuk T. V., Komissarova E. N. (2019), "Somatotypes of children as a criterion for their motor development at different stages of ontogenesis", *Morphology*, V. 155, No. 2, p. 225.
8. Starkova V. A., Leonova A. V., Shestera A. A. [et al.] (2022), "Features of physical development of modern students", *Problems of social hygiene, public health and the history of medicine*, V. 30, No. 4, pp. 574–579, DOI 10.32687/0869-866X-2022-30-4-574-579.
9. Karpov V. Yu., Golov V. A. (2008), "Children and youth sport in development of physical culture of the studying youth", *Physical culture, sport-science and practice*, No. 3, pp. 9–11.
10. Feofilaktov V. V. (2005), "Comparative analysis of innovative technologies for physical training of students of humanities universities based on monitoring physical development", Abstract of dissertation for the degree of candidate of pedagogical sciences, Moscow, 24 p.
11. Karpov V. Yu., Skorosov K. K., Antonova M. S. (2015), "Modern types of physical activity in the formation of a healthy lifestyle for women", *Scientific Notes of P.F. Lesgaft University*, No. 5, pp. 86–91.
12. Boldov A. S., Karpov V. Yu., Gusev A. V. (2018), "Study on the level of physical development and physical fitness in students of university of psychology and education", *Economic and Social Development*, Book of Proceedings, Moscow, RSSU, pp. 354–366.
13. The Ministry of Health of the Russian Federation (2021), "Order of dated April 27, 2021 No. 404n "On approval of the Procedure for conducting preventive medical examinations and medical examinations of certain groups of the adult population" (Registered on June 30, 2021 No. 64042), *Official Internet portal of legal information*, URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202106300043?ysclid=mkv3vucimfl46192275>.

#### Информация об авторах:

**Болдов А.С.**, доцент кафедры ФК и ОБЖ, ORCID: 0000-0003-3370-9860, SPIN-код: 3376-4088.  
**Карпов В.Ю.**, профессор кафедры ФВ, С и ЗОЖ, ORCID: 0000-0002-4337-4112, SPIN-код: 3549-0166.  
**Аленуров Э.А.**, заведующий кафедрой ФВ, С и ЗОЖ, ORCID: 0000-0002-3978-4215, SPIN-код: 5133-1073.  
**Петрова М.Ю.**, доцент кафедры ФВ, С и ЗОЖ, ORCID: 0000-0002-8211-1622, SPIN-код: 1524-0012.  
Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов

*Поступила в редакцию 09.01.2026.*

*Принята к публикации 04.02.2026.*