СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ДИНАМИКИ ИЗМЕНЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК В ВУЗОВСКОЙ СИСТЕМЕ СЕВЕРНОГО КАВКАЗА

С.Б. Элипханов¹, sbelphnv@mail.ru, <http://orcid.org/0000-0001-7478-0829>
Т.С. Элипханова², eltamila01@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0006-2901-5443>
Ф.М. Дзэбоева³, fatima.dzeboeva@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-2964-200X>
А.Г. Заболотный⁴, a.zabolotniy@adygnet.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4214-1448>
М.А. Алиева¹, m.alieva_madina@inbox.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5454-9574>

¹ Чеченский государственный педагогический университет, Грозный, Россия

² Майкопский государственный технологический университет, Майкоп, Россия

³ Северо-Кавказский горно-металлургический институт, Владикавказ, Россия

⁴ Адыгейский государственный университет, Майкоп, Россия

Аннотация. Цель: исследовать уровень физической подготовленности, проанализировать данные эксперимента для грамотного построения учебного процесса по предмету «Физическая культура» среди студенток не физкультурного профиля вузов Северного Кавказа. **Материалы и методы.** К исследованию были привлечены студентки не физкультурного профиля обучения вузов: Чеченского государственного педагогического университета, г. Грозный, Адыгейского государственного университета, г. Майкоп, Северо-Кавказского горно-металлургического института, г. Владикавказ, с первого по третий курс (163 чел.) в течение учебного года. Для проверки уровня физической подготовленности ориентировались на комплекс «Готов к труду и обороне» (нормативы): наклон вперед (см), прыжок в длину (см), сгибание и разгибание туловища из положения лежа (количество раз за 1 мин), бег 100 м (с). **Результаты.** После выявления уровня физической подготовленности был проведен анализ, показавший, что у первокурсниц Адыгейского государственного университета высокий уровень по всем четырем нормативам, взятым за основу среди трех вузов. Анализируя среднее значение итогов мониторинга четырех нормативов, установили, что у студенток Чеченского государственного педагогического университета в нормативе наклон вперед лучший результат, по нормативу прыжок в длину лидером оказался Адыгейский государственный университет, в нормативе сгибание и разгибание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) – Северо-Кавказский горно-металлургический институт, при беге на 100 м лучший результат у представителей Адыгейского государственного университета. **Заключение.** Выявлено, что среднестатистические значения по нормативам ГТО среди вузов Северного Кавказа у студентов третьего курса не имеют большого разброса данных по уровню физической подготовленности, что говорит о правильно выстроенной траектории учебно-тренировочных (академических) занятий.

Ключевые слова: диагностика, норматив, студентки, разница, прирост, анализ

Для цитирования: Сравнительный анализ динамики изменения уровня физической подготовленности студенток в вузовской системе Северного Кавказа / С.Б. Элипханов, Т.С. Элипханова, Ф.М. Дзэбоева и др. // Человек. Спорт. Медицина. 2025. Т. 25, № 2. С. 132–140. DOI: 10.14529/hsm250216

Original article
DOI: 10.14529/hsm250216

COMPARATIVE ANALYSIS OF THE DYNAMICS OF CHANGES IN THE LEVEL OF PHYSICAL FITNESS OF FEMALE STUDENTS IN THE UNIVERSITY SYSTEM OF THE NORTH CAUCASUS

S.B. Elipkhanov¹, sbelphnv@mail.ru, <http://orcid.org/0000-0001-7478-0829>
T.S. Elipkhanova², eltamila01@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0006-2901-5443>
F.M. Dzeboeva³, fatima.dzeboeva@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-2964-200X>
A.G. Zabolotny⁴, a.zabolotny@adygnet.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4214-1448>
M.A. Alieva¹, m.alieva_madina@inbox.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5454-9574>

¹ Chechen State Pedagogical University, Grozny, Russia

² Maykop State Technological University, Maykop, Russia

³ North Caucasus Mining and Metallurgical Institute, Vladikavkaz, Russia

⁴ Adyghe State University, Maykop, Russia

Abstract. Aim. This study aims to assess and compare the physical fitness levels of female non-athlete students across higher education institutions in the North Caucasus region to develop evidence-based physical education curricula. **Materials and methods.** This study involved 163 first- to third-year female non-athlete students from Chechen State Pedagogical University (Grozny), Adyghe State University (Maykop), and North Caucasus Mining and Metallurgical Institute (Vladikavkaz). Physical fitness was evaluated using the Russian Ready for Labor and Defense (GTO) standards: forward bend (cm), standing long jump (cm), sit-ups (repetitions/min), and 100-meter sprint (s). **Results.** Initial assessments revealed that first-year female students from Adyghe State University had superior results in all four GTO tests. Comparative analysis of mean values across institutions demonstrated that Chechen State Pedagogical University students exhibited the best forward bend flexibility, Adyghe State University students had superior standing long jump and 100-meter sprint performance, while North Caucasus Mining and Metallurgical Institute students showed superior sit-up performance. **Conclusion.** The study demonstrated minimal inter-university variance in physical fitness levels among third-year students, suggesting effective implementation of physical education programs across the region.

Keywords: diagnostics, standard, students, difference, growth, analysis

For citation: Elipkhanov S.B., Elipkhanova T.S., Dzeboeva F.M., Zabolotny A.G., Alieva M.A. Comparative analysis of the dynamics of changes in the level of physical fitness of female students in the university system of the North Caucasus. *Human. Sport. Medicine*. 2025;25(2):132–140. (In Russ.) DOI: 10.14529/hsm250216

Введение. Миссия государства в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации заключается в формировании физической культуры и ценностей здорового образа жизни – заявлено в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года [13].

В определении «здоровье» многие авторы склоняются к тому, что это динамическое состояние физического, духовного и психологического благополучия населения. Примечательно, что первым в основе определения значимым является физическое состояние, уровень физической подготовленности [1, 7].

В период преобразований, переходов с одного Федерального государственного образовательного стандарта на другой, оптимиза-

ции и модернизации высшего образования актуальными является поиск средств, методов и способов исследования уровня готовности будущего специалиста к своей профессиональной деятельности [2, 4, 5]. Исследование и диагностика функционального состояния организма человека будут актуальными сегодня и в дальнейшей перспективе [14–17].

Цель исследования: исследовать уровень физической подготовленности, проанализировать данные эксперимента для грамотного построения учебного процесса преподавания предмета «Физическая культура» среди студенток не физкультурного профиля вузов Северного Кавказа.

Материалы и методы исследования. Группой специалистов, работающих на ка-

федрах физического воспитания Чеченского государственного педагогического университета, Адыгейского государственного университета, Северо-Кавказского горно-металлургического института, было проведено исследование уровня физической подготовленности с первого по третий курс в конце учебного года во второй половине мая. Для выявления уровня физической подготовленности за основу были взяты контрольные нормативы из комплекса «Готов к труду и обороне». Исходя из того, что комплекс ГТО является нормативно-правовой базой по определению уровня физической подготовленности граждан Российской Федерации, основывались на методических указаниях комплекса. За основу исследования физической подготовленности студенток были взяты нормативы: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см), прыжок в длину с места (см), поднятие туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин), бег на 100 м (с), которые выявляют уровень развития физических качеств, проявляющихся через двигательные способности [3, 6, 12, 18]:

- 1) силовые способности можно выявить прыжком в длину с места;
- 2) скоростно-силовые способности – при беге на 100 метров;
- 3) гибкость измеряется наклоном вперед со скамейки;
- 4) общую выносливость можно измерить использованием подниманием туловища из положения лежа.

Результаты. В результате проведенного исследования уровня физической подготовленности у студенток первого курса ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет» факультета «Педагогика и психология», профиль «Педагогика и психология» (табл. 1) был выявлен высокий уровень по нормативам среди трех вузов. У вышеназванного вуза при сдаче норматива бег на 100 м на третьем курсе самый высокий уровень по сравнению с другими вузами. При анализе данных с первого по третий курс выявлена отрицательная динамика по физической подготовленности в трех нормативах. В связи с тем, что образовательной программой предусмотрена непрерывная практика в течение двух месяцев, уровень физической подготовленности снижается.

Исследование уровня физической подготовленности, проведенное в Северо-Кавказском горно-металлургическом институте среди студенток строительного факультета, профиль «Архитектура» (табл. 2), выявило, что на первом курсе студентки показывают хорошие результаты по нормативам наклон вперед, сгибание и разгибание туловища из положения лежа и бег на 100 м. По нормативу прыжок в длину студентки не выполнили норматив на бронзовый значок ГТО. При сопоставлении данных первого и третьего курсов по нормативу наклон вперед и прыжок в длину выявлена положительная динамика. По нормативам сгибание и разгибание туловища из положения лежа выявлена отрицательная динамика (–1,3 раза), бег на 100 м (–1,5 с).

Таблица 1
Table 1

Данные по приему нормативов комплекса ГТО у студенток факультета «Педагогика и психология», профиль подготовки «Педагогика и психология» АГУ
Comparative analysis of GTO standard attainment among female pedagogy and psychology students at ASU

№	Курс Year of study	Наклон вперед, см Forward bend, cm	Прыжок в длину с места, см Standing long jump, cm	Подъем туловища из положения лежа на спине за 1 мин, кол-во раз Sit-ups, repetitions / min	Бег 100 м, с 100-meter sprint, s
1	1	13,29	170,41	33,41	17,88
2	2	11,93	167,00	17,53	17,60
3	3	11,52	168,94	23,94	17,64
4	Разница 1–3-курс 1–3 year difference	–1,77	–1,77	–9,47	+0,24
5	Среднее значение Mean value	12,2	168,6	26,9	17,7

Окончание табл. 1
Table 1 (end)

Тест Test	Результаты ($\bar{x} \pm \delta$) Results			Достоверность различий Statistical significance
	1 курс / year (n = 24)	2 курс / year (n = 15)	3 курс / year (n = 19)	
Наклон вперед, см Forward bend, cm	13,29 ± 5,59	11,93 ± 3,93	11,52 ± 3,94	p < 0,001
Прыжок в длину с места, см Standing long jump, cm	170,41 ± 15,8	167,00 ± 13,20	168,94 ± 11,33	p < 0,001
Подъем туловища из положения лежа на спине за 1 мин, кол-во раз Sit-ups, repetitions/min	33,41 ± 6,80	17,53 ± 12,31	23,94 ± 14,50	p < 0,001
Бег на 100 м, с 100-meter sprint, s	17,88 ± 1,04	17,60 ± 1,17	17,64 ± 0,68	p < 0,001

Таблица 2
Table 2

Данные приема нормативов в конце семестра у студенток
строительного факультета, профиля «Архитектура» СКГМИ (ГТУ)
Comparative analysis of end-of-semester GTO standard attainment
among female architecture students at STU

№	Курс Year of study	Наклон вперед, см Forward bend, cm	Прыжок в длину с места, см Standing long jump, cm	Подъем туловища из положения лежа на спине за 1 мин., кол-во раз Sit-ups, repetitions/min	Бег 100 м, с 100-meter sprint, s
1	1	16,95	157,15	26,25	20,04
2	2	12,83	166,50	41,25	18,96
3	3	13,69	166,76	37,03	19,54
4	Разница 1–3 курс 1–3 year difference	-3,26	9,61	10,78	0,5
5	Среднее значение Mean value	12,7	161,6	38,5	18,7

Тест Test	Результаты ($\bar{x} \pm \delta$) Results			Достоверность различий Statistical significance
	1 курс / year (n = 20)	2 курс / year (n = 12)	3 курс / year (n = 26)	
Наклон вперед, см Forward bend, cm	16,95 ± 4,04	12,83 ± 3,49	13,69 ± 3,68	p < 0,001
Прыжок в длину с места, см Standing long jump, cm	157,15 ± 21,20	166,50 ± 16,16	166,76 ± 15,83	p < 0,001
Подъем туловища из положения лежа на спине за 1 мин, кол-во раз Sit-ups, repetitions/min	26,25 ± 3,94	41,25 ± 10,19	37,03 ± 14,14	p < 0,001
Бег на 100 м, с 100-meter sprint, s	20,04 ± ,2,65	18,96 ± 1,4	19,54 ± 2,45	p < 0,001

Исследование по выявлению физической подготовленности в Чеченском государственном педагогическом университете показало, что она, по сравнению с вышеперечисленными вузами, суммарно ниже. Возможно, сказываются недоработки преподавания физической культуры в общеобразовательной системе Чеченской Республики, так как после некоторых известных событий она активно восстанавливается, но до уровня советской системы не доросла. Сказывается открывание новых общеобразовательных школ, каждый год до 10, при этом дефицит квалифицированных преподавателей, слабое программное и методическое обеспечение, недоукомплектованность материально-технической базы и т. д. [8–11]. Абитуриент ЧГПУ изначально приходит с невысоким уровнем готовности к физическим нагрузкам, но надо отметить существенный прирост к концу второго курса и незначительный к третьему курсу и положительную динамику по всем четырем конт-

рольным нормативам, сданным студентками, хотя по нормативу бег на 100 м улучшение незначительное (табл. 3).

Анализируя среднее значение итогов мониторинга по четырем нормативам, выявили: в нормативе наклон вперед лучший результат у студенток ЧГПУ (15,7 см), по нормативу прыжок в длину – у АГУ (168,6 см), в нормативе сгибание и разгибание туловища из положения лежа – СКГМИ (38,5 раз), при беге на 100 м лучший результат (17,7 с) у студенток АГУ (табл. 4).

Среднее значение суммарно выше у студенток Адыгейского государственного университета. При хорошем уровне результатов у представителей Северо-Кавказского горно-металлургического института они одинаковы по нормативу прыжок в длину с места и ниже по нормативу наклон вперед по сравнению со студентами третьего курса Чеченского государственного педагогического университета, а по остальным нормативам они выше.

Таблица 3
Table 3

Данные приема нормативов у студенток Института педагогики, психологии и дефектологии, профиль «Специальная психология» ЧГПУ
Comparative analysis of GTO standard attainment among female special psychology students at ChSPU

№	Курс Year of study	Наклон вперед, см Forward bend, cm	Прыжок в длину с места, см Standing long jump, cm	Подъем туловища из положения лежа на спине за 1 мин., кол-во раз Sit-ups, repetitions/min	Бег 100 м, с 100-meter sprint, s
1	1	10,64	152	22,88	22,56
2	2	18,65	165,85	26,75	19,42
3	3	17,95	167,9	31,65	19,76
4	Разница Difference	7,31	15,9	8,77	2,8

Тест Test	Результаты ($\bar{x} \pm \delta$) Results			Достоверность различий Statistical significance
	1 курс / year (n = 17)	2 курс / year (n = 20)	3 курс / year (n = 20)	
Наклон вперед, см Forward bend, cm	10,64 ± 3,74	18,65 ± 3,49	17,95 ± 7,77	p < 0,001
Прыжок в длину, см Standing long jump, cm	152 ± 7,677	165,85 ± 13,78	167,9 ± 10,93	p < 0,001
Подъем туловища из положения лежа на спине за 1 мин, кол-во раз Sit-ups, repetitions/min	22,88 ± 7,27	26,75 ± 3,87	31,65 ± 5,72	p < 0,001
Бег 100 м, с 100-meter sprint, s	22,56 ± 2,21	19,42 ± 1,98	19,76 ± 1,93	p < 0,001

Таблица 4
Table 4

Общие итоги средних значений по нормативам ГТО среди вузов
Comparative analysis of mean GTO standard performance across universities

ВУЗ University	Значение Value	Наклон вперед, см Forward bend, cm	Прыжок в длину с места, см Standing long jump, cm	Подъем туловища из положения лежа на спине за 1 мин, кол-во раз Sit-ups, repetitions/min	Бег на 100 м, с 100-meter sprint, s
АГУ ASU	Среднее значение Mean	12,2	168,6	26,9	17,7
СКГМИ STU	Среднее значение Mean	12,7	161,6	38,5	18,7
ЧГПУ ChSPU	Среднее значение Mean	15,7	161,6	27,09	19,05

Таблица 5
Table 5

Разница прироста уровня физической подготовленности
с первого по третий курс среди вузов
Inter-university comparison of physical fitness improvement

ВУЗ University	Разница Difference	Наклон вперед, см Forward bend, cm	Прыжок в длину с места, см Standing long jump, cm	Подъем туловища из положения лежа на спине за 1 мин, кол-во раз Sit-ups, repetitions/min	Бег на 100 м, с 100-meter sprint, s
АГУ ASU	Разница 1–3 курс 1–3 year	–1,8	–1	–9,5	+ 0,3
СКГМИ STU	Разница 1–3 курс 1–3 year	1,83	19,48	–1,3	–1,5
ЧГПУ ChSPU	Разница 1–3 курс 1–3 year	7,31	15,9	3,83	0,14

Проводя анализ динамики прироста уровня физической подготовленности с первого по третий курс среди вузов, выявили прирост по одному показателю представителей АГУ, по двум показателям СКГМИ и по четырем показателям у студенток ЧГПУ (табл. 5).

Теория формирования знаний, двигательных умений и навыков позволяет нам утверждать о сложности прироста показателей физической подготовленности при изначальном высоком их уровне. Возможно, этим обосновывается незначительный прирост результатов у исследованных респондентов АГУ и СКГМИ при выявлении разницы прироста физической подготовленности между первым и третьим курсом.

Заключение. Проведенный анализ выявил, что выпускники общеобразовательных школ Адыгейской республики, Республики Северная Осетия (Алания) имеют при поступ-

лении в вузы высокий уровень физической подготовленности по сравнению с представителями Чеченской Республики.

При выявлении уровня физической подготовленности посредством тестирования важной проблемой является совпадение научных (теоретических) задач и значимых лично для каждого тестируемого мотивов участия в данной процедуре.

Результативность всей системы физического воспитания в стране выражается в уровне физической подготовленности обучающихся на всех уровнях обучения. При определенных проблемах физического воспитания в общеобразовательных учреждениях мы можем наблюдать низкий уровень физической подготовленности при поступлении в вуз. При правильной расстановке приоритетов физкультурное образование в вузе дает воз-

возможность улучшить теоретические знания, правильно и грамотно изучить технику физических упражнений, дисциплинирует и приобщает к спортивной жизни университета.

Результаты проведенного исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. Выявлено, что выпускники общеобразовательных школ Адыгейской Республики, Республики Северная Осетия (Алания) имеют при поступлении в вузы высокий уровень физической подготовленности по сравнению с представителями Чеченской Республики.

2. Выявлен незначительный прирост результатов в беге на 100 м у студенток Чеченского государственного педагогического университета, который требует акцентированного внимания преподавателей на развитие скоростно-силовых способностей.

3. Выявлено, что среднестатистические

данные значений по нормативам ГТО среди вузов Северного Кавказа у студентов третьего курса не имеют большого разброса данных по уровню физической подготовленности.

4. Выявлено, что при большой разнице исходного уровня физической подготовленности у студенток Чеченского государственного педагогического университета при поступлении на первый курс к третьему курсу он практически выравнивался с другими исследованными вузами, что говорит о правильно выстроенной траектории учебно-тренировочных (академических) занятий в Чеченском государственном педагогическом университете.

Дальнейшие исследования могут быть по направлению выявления физического состояния студентов, что может дать более объективную картину их готовности к успешной профессиональной деятельности.

Список литературы

1. Анализ результатов физической подготовленности и физической активности студенток и аспирантов / А.Ю. Осипов, Р.С. Наговицын, О.И. Ваганова и др. // *Спорт Монт.* – 2021. – № 19 (1). – С. 83–87. DOI: 10.26773/smj.210218

2. Бабичева, И.В. Исследование объективных показателей физического здоровья и двигательной подготовленности студенток / И.В. Бабичева // *Молодой ученый.* – 2016. – № 3 (107). – С. 1021–1024. – <https://moluch.ru/archive/107/24484/>.

3. Галеев, А.Р. Эмоциональное реагирование и мотивация студентов вузов к выполнению норм ГТО / А.Р. Галеев, Л.Г. Пащенко // *Теория и практика физ. культуры.* – 2020. – № 12. – С. 38–40. – <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-reagirovanie-i-motivatsiya-studentov-vuzak-vypolneniyu-norm-gto>.

4. Горбань, И.Г. Развитие и тестирование двигательных способностей студентов / И.Г. Горбань, В.А. Гребенникова. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2006. – 37 с.

5. Гурьев, С.В. Диагностика физической подготовки студентов как средство планирования учебного процесса / С.В. Гурьев // *NovaInfo.* – 2019. – № 103 – С. 63–66. – <https://novainfo.ru/article/16606>.

6. Двигательная активность в зависимости от уровня физической активности / Р. Подставски, П. Журек, К. Кларк и др. // *Южноафрикан. журнал исследований в области спорта, физ. воспитания и отдыха.* – 2019. – № 41 (1). – 103–119.

7. Колокольцев, М. Морфофункциональные и двигательные особенности студентов Байкальского региона (Россия) с избыточной массой тела / М. Колокольцев, С. Ермаков // *Педагогика, психология, мед.-биол. проблемы физ. воспитания и спорта.* – 2019. – № 23 (1). – С. 4–13. – DOI: 10.15561/18189172.2019.0101

8. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса / Р.И. Айзман, А.В. Лебедев, Н.И. Айзман, В.Б. Рубанович. – М.: Юрайт, 2024. – 207 с.

9. Кудлачек, М. Связь между предпочтением подростков к занятиям фитнесом и достижением рекомендуемого еженедельного уровня физической активности / М. Кудлачек, К. Фромель, Д. Гроффик // *Журнал физ. упражнений и фитнеса.* – 2020. – № 18 (1). – С. 31–39. – DOI: 10.1016/j.jesf.2019.10.001

10. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Спорт, 2021. – 518 с.

11. Особенности преподавания физической культуры в общеобразовательных организациях Чеченской Республики / С.Б. Элиханов, А.С. Паскаев, Л.Д. Гайсумова и др. // *Учёные записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта.* – 2020. – № 6 (184). – С. 424–428.

12. Повышение уровня кардиореспираторной и силовой выносливости студенток средствами смешанной тренировки (фитнес и силовые тренировки «Кангу-джампс») / А. Осипов, Т. Ратманская, Р. Наговицын и др. // *Обзор физ. активности.* – 2020. – № 8 (2). – С. 38–47. DOI: 10.16926/par.2020.08.19

13. Распоряжение Правительства Российской Федерации. – 2020. – № 3081-р.

14. Родичкин, П.В. Применение методик соревновательной игровой направленности на занятиях по физической культуре у студентов вузов / П.В. Родичкин, О.П. Степченкова // *Теория и практика физ. культуры.* – 2020. – № 11. – С. 62–64.

15. Сафронов, А.А. Динамика физического развития и физической подготовленности учащихся 5–6-х классов / А.А. Сафронов, И.Т. Арусланов // *Молодой ученый.* – 2013. – № 7 (54). – С. 455–458. – <https://moluch.ru/archive/54/7425/>.

16. Физическая активность и эмоциональный интеллект студентов бакалавриата: корреляционное исследование / Х. Асебес-Санчес, И. Диес-Вега, С. Эстебан-Гонсало, Г. Родригес-Ромо // *Обществ. здравоохранение ВМС.* – 2019. – № 19 (1). – 1241 с. – DOI: 10.1186/s12889-019-7576-5

17. Шилько, В. Г. Динамика физической подготовленности и состояния здоровья студентов разных направлений обучения / В.Г. Шилько, А.Б. Шарафеева // *Теория и практика физ. культуры.* – 2020. – № 10. – С. 64–66.

18. Элипханов, С.Б. Методика выполнения видов испытаний комплекса «Готов к труду и обороне» для населения / С.Б. Элипханов, У.Б. Ахмадов, М.И.Исаева. – Грозный: ЧГПУ, 2020. – 116 с.

References

1. Osipov A.Y., Nagovitsyn R.S., Vaganova O.I. et al. [Analysis of the Results of Physical Fitness and Physical Activity of Female Students and Graduate Students]. *Sport Mont* [Sport Mont], 2021, no. 19 (1), pp. 83–87. DOI: 10.26773/smj.210218

2. Babicheva I.V. [The Study of Objective Indicators of Physical Health and Physical Fitness of Female Students]. *Molodoy uchenyy* [A Young Scientist], 2016, no. 3 (1–7), pp. 1021–1024. (in Russ.) Available at: <https://moluch.ru/archive/107/24484/>.

3. Galeev A.R., Pashchenko L.G. [Emotional Response and Motivation of University Students to Comply with GTO Standards]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and Practice of Physical Education], 2020, no. 12, pp. 38–40. (in Russ.)

4. Gorban I.G. *Razvitie i testirovanie dvigatel'nykh sposobnostey studentov* [Development and Testing of Students' Motor Abilities]. Orenburg, GOU OGU Publ., 2006. 37 p.

5. Guryev S.V. Diagnosis of Physical Fitness of Students as a Means of Planning the Educational Process. *NovInfo*, 2019, no. 103, pp. 63–66. (in Russ.)

6. Podstawski R., Żurek P., Clark K. et al. [Physical Activity Depending on the Level of Physical Activity]. *Yuzhnoafrikanskiy zhurnal issledovaniy v oblasti sporta, fizicheskogo vospitaniya i otdykha* [South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation], 2019, no. 41 (1), pp. 103–119.

7. Kolokoltsev M., Ermakov S. [Morphofunctional and Motor Characteristics of Overweight Students from the Baikal Region (Russia)]. *Pedagogika, psikhologiya, mediko-biologicheskie problemy fizicheskogo vospitaniya i sporta* [Pedagogy, Psychology, Medical and Biological Problems of Physical Education and Sports], 2019, no. 23 (1), pp. 4–13. (in Russ.) DOI: 10.15561/18189172.2019.0101

8. Eisman R.I., Lebedev A.V., Eisman N.I., Rubanovic V.B. *Kompleksnaya otsenka zdorov'ya uchastnikov obrazovatel'nogo protsessa* [Comprehensive Assessment of the Health of Participants in the Educational Process]. Moscow, Yurayt Publ., 2024. 207 p.

9. Kudlacek M., Fromel K., Groffik D. [Association between Adolescents' Fitness Preferences and Achievement of Recommended Weekly Physical Activity Levels]. *Zhurnal fizicheskikh uprazhneniy i fitnesa* [Journal of Exercise and Fitness], 2020, no. 18 (1), pp. 31–39. (in Russ.) DOI: 10.1016/j.jesf.2019.10.001

10. Matveev L.P. *Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury* [Theory and Methodology of Physical Culture]. Moscow, Sport Publ., 2021. 518 p.

11. Eliphanov S.B., Paskaev A.S., Gaisumova L.D. et al. [Features of Teaching Physical Education in General Education Organizations of the Chechen Republic]. *Uchenyye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta* [Scientific Notes of the University P.F. Lesgafta], 2020, no. 6 (184), pp. 424–428. (in Russ.)

12. Osipov A., Ratmanskaya T., Nagovitsyn R. et al. [Increasing the Level of Cardiorespiratory and Strength Endurance of Female Students Through Mixed Training (Fitness and Strength Training “Kangu-jumps”). *Obzor fizicheskoy aktivnosti* [Physical Activity Review], 2020, no. 8 (2), pp. 38–47. (in Russ.) DOI: 10.16926/par.2020.08.19
13. Order of the Economy of the Russian Federation. Official Gazette, 2020, no. 3081-p.
14. Rodichkin P.V., Stepchenkova O.P. [Application of Competitive Game-oriented Methodology in Physical Education Classes for University Students]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 2020, no. 11, pp. 62–64. (in Russ.)
15. Safronov A.A., Arislanov I.T. [Dynamics of Physical Development and Physical Fitness of Students in Grades 5–6]. *Molodoy uchenyy* [Young Scientist], 2013, no. 7 (54), pp. 455–458.
16. Acebes-Sánchez J., Diez-Vega I., Esteban-Gonzalo S., Rodríguez-Romo G. [Physical Activity and Emotional Intelligence Among Undergraduate Students: a Correlational Study]. *Obshchestvennoye zdavookhraneniye BMC* [BMC Public Health], 2019, no. 19, 1241. DOI: 10.1186/s12889-019-7576-5
17. Shilko V.G., Sharafeeva A.B. [Dynamics of Physical Fitness and Health Status of Students in Different Areas of Study]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 2020, no. 10, pp. 64–66. (in Russ.)
18. Eliphanov S.B., Akhmadov U.B., Isaeva M.I. *Metodika vypolneniya vidov ispytaniy kompleksa “Gotov k trudu i oborone” dlya naseleniya* [Methodology for Performing Types of Tests of the Ready for Labor and Defense Complex for the Population]. Grozny, Chechen State Pedagogical University Publ., 2020. 116 p.

Информация об авторах

Элипханов Салман Байсултанович, доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики преподавания физической культуры, декан факультета физической культуры и спорта, Чеченский государственный педагогический университет, Грозный, Россия.

Элипханова Тамила Салмановна, студент 5-го курса лечебного факультета, Медицинский институт, Майкопский государственный технологический университет, Майкоп, Россия.

Дзедоева Фатима Маирбековна, старший преподаватель кафедры экологии и техносферной безопасности, Северо-Кавказский горно-металлургический институт, Владикавказ, Россия.

Заболотный Анатолий Геннадьевич, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания, Адыгейский государственный университет, Майкоп, Россия.

Алиева Мадина Алхазуровна, старший преподаватель кафедры теории и методики преподавания физической культуры, Чеченский государственный педагогический университет, Грозный, Россия.

Information about the authors

Salman B. Elipkhanov, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor of the Department of Theory and Methods of Teaching Physical Education, Dean of the Faculty of Physical Education and Sports, Chechen State Pedagogical University, Grozny, Russia.

Tamila S. Elipkhanova, 5th-year student, Faculty of Medicine, Medical Institute, Maykop State Technological University, Maykop, Russia.

Fatima M. Dzeboeva, Senior Lecturer, Department of Ecology and Technosphere Safety, North Caucasus Mining and Metallurgical Institute, Vladikavkaz, Russia.

Anatoly G. Zabolotny, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Physical Education, Adyghe State University, Maykop, Russia.

Madina A. Alieva, Senior Lecturer, Department of Theory and Methods of Teaching Physical Education, Chechen State Pedagogical University, Grozny, Russia.

Вклад авторов:

Все авторы сделали эквивалентный вклад в подготовку публикации.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Contribution of the authors:

The authors contributed equally to this article.

The authors declare no conflict of interests.

Статья поступила в редакцию 15.12.2024

The article was submitted 15.12.2024