



Комплексное воздействие физкультурно-оздоровительной технологии на физическую подготовленность студенток специальных медицинских групп

Ли Пань *, Терентьева Ольга Сергеевна 

ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина»
392000, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. Интернациональная, 33

*Адрес для переписки: 158017219@qq.com

Аннотация

Актуальность. Неизбежное несоответствие в развитии и проявлении физических способностей человека с отклонениями в состоянии здоровья (ОВЗ), вызванное основным заболеванием и, как следствие снижением двигательной активности, требует поиска традиционных и нетрадиционных средств комплексного воздействия физкультурно-оздоровительной деятельности на организм студенток, занимающихся в специальных медицинских группах (СМГ). На наш взгляд, включение элементов китайской оздоровительной гимнастики, аквагимнастики и различных видов оздоровительной ходьбы в содержание технологии физкультурно-оздоровительной направленности будет способствовать решению вышеназванной проблемы. При этом в ходе реализации разработанной технологии предполагается обязательный контроль за динамикой показателей физической подготовленности как одного из компонентов потенциала здоровья студенток, занимающихся в специальной медицинской группе. Цель исследования – выявить влияние физкультурно-оздоровительной деятельности, включающей элементы китайской гимнастики, аквагимнастики и различных видов ходьбы, на развитие физических способностей студенток с ОВЗ.

Материалы и методы. На основании анализа научных публикаций была детализирована направленность воздействия нетрадиционных средств двигательной активности на конкретные физические способности человека с ОВЗ, конкретизированы двигательные тесты, определяющие уровень развития физических способностей, с учетом отклонения в состоянии здоровья. На основании результатов проведенных тестирований была выявлена динамика показателей физической подготовленности студенток с ОВЗ в ходе реализации физкультурно-оздоровительной деятельности.

Результаты исследования. Изучена динамика уровня развития следующих физических качеств: проведена оценка аэробной выносливости испытуемых, гибкость суставной подвижности и степени эластических возможностей мышц и др. Проведены расчеты с помощью теста Купера.

Выводы. Подводя итоги проведенного исследования, следует резюмировать следующее: внедрение нетрадиционных средств двигательной активности в содержание физкультурно-оздоровительной технологии оказывает комплексное воздействие на физическую подготовленность исследуемого контингента занимающихся.

Ключевые слова: физические способности, физическая подготовленность студенток с отклонениями в состоянии здоровья, нетрадиционные средства двигательной активности, физкультурно-оздоровительная технология, двигательные тесты

Финансирование. Финансирование работы отсутствовало.

Вклад автора: Ли Пань – постановка проблемы исследования, анализ научно-методической литературы, сбор эмпирических данных, обработка материала, составление и анализ проведенных расчетов, формулировка выводов и результатов исследования, написание черновика рукописи. О.С. Терентьева – научное руководство, организация проведения исследования, редактирование текста рукописи.

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Ли Пань, Терентьева О.С. Комплексное воздействие физкультурно-оздоровительной технологии на физическую подготовленность студенток специальных медицинских групп // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2025. Т. 30. № 4. С. 955-963. <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2025-30-4-955-963>

Original article

<https://doi.org/10.20310/1810-0201-2025-30-4-955-963>

The complex influence of physical education and wellness technologies on the physical fitness of female students of special medical groups

Li Pan , Olga S. Terentyeva 

Derzhavin Tambov State University

33 Internatsionalnaya St., Tambov, 392000, Russian Federation

*Corresponding author: 158017219@qq.com

Abstract

Importance. The inevitable discrepancy in the development and manifestation of physical abilities of a person with disabilities caused by an underlying disease and, as a result, a decrease in physical activity, requires the search for traditional and non-traditional means of complex effects of physical education and recreation activities on the body of female students involved in special medical groups (SMG). In our opinion, the inclusion of elements of Chinese recreational gymnastics, aquagymnastics and various types of recreational walking in the content of physical education and wellness technology will help solve the above-mentioned problem. At the same time, during the implementation of the developed technology, mandatory monitoring of the dynamics of physical fitness indicators is assumed as one of the components of the health potential of female students involved in a special medical group. The purpose of the study is to identify the impact of physical education and recreation activities, including elements of Chinese gymnastics, aquagymnastics and various types of walking, on the development of physical abilities of students with disabilities.

Materials and Methods. Based on the analysis of scientific publications, the focus of the impact of non-traditional means of motor activity on specific physical abilities of a person with disabilities was detailed, motor tests determining the level of development of physical abilities were clarified, taking into account deviations in the state of health. According to the results of the tests, the dynamics of indicators of physical fitness of students with disabilities in the process of physical education and recreation activities was revealed.

Results and Discussion. The dynamics of the development level of the following physical qualities is studied: the assessment of the aerobic endurance of the subjects, the flexibility of joint mobility and the degree of elastic capabilities of muscles, etc. Calculations are performed using the Cooper test.

Conclusion. Summing up the results of the conducted research, the following should be summarized: the introduction of non-traditional means of motor activity into the content of physical culture and wellness technology has a complex effect on the physical fitness of the studied contingent of students.

Keywords: physical abilities, physical fitness of students with disabilities, non-traditional means of physical activity, physical culture and wellness technologies, motor tests

Funding. No funding was reported for this research.

Authors' Contribution: Li Pan – statement of the research problem, has analyzed scientific and methodological literature, collection of empirical data, data processing, compilation and analysis of the calculations performed, formulated the conclusions and results of the study, writing – original draft preparation. O.S. Terentyeva – scientific guidance, organization of research, has edited the manuscript.

Conflict of Interests. The authors declare no conflict of interests.

For citation: Li Pan & Terentyeva, O.S. (2025). The complex influence of physical education and wellness technologies on the physical fitness of female students of special medical groups. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki = Tambov University Review. Series: Humanities*, vol. 30, no. 4, pp. 955-963. <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2025-30-4-955-963>

АКТУАЛЬНОСТЬ

Поиск универсальных форм организации адаптивной физической культуры студентов с отклонениями в состоянии здоровья и разработка их содержания является принципиальным вопросом современной системы высшего образования, напрямую связанный с особенностями реализации двигательной активности данного контингента обучающихся [1–3]. Негативные изменения в функциональном состоянии, вызванные патологическими факторами, и, как следствие, вынужденные гиподинамия и гипокинезия, отрицательно сказываются на естественном ходе развития физических способностей человека, имеющего отклонения в состоянии здоровья [4–6]. Вышеназванные обстоятельства являются основанием для включения элементов китайской оздоровительной гимнастики, аквагимнастики и различных видов оздоровительной ходьбы в физкультурно-оздоровительную деятельность студентов, занимающихся в специальной медицинской группе [7; 8].

В этой связи цель исследования заключалась в выявлении влияния физкультурно-

оздоровительной деятельности, включающей элементы китайской гимнастики, аквагимнастики и различных видов ходьбы, на развитие физических способностей студентов с ОВЗ. Для достижения поставленной цели необходимо решить ряд задач: детализировать направленность воздействия различных физкультурно-оздоровительных средств на конкретные физические способности; конкретизировать двигательные тесты, определяющие уровень развития физических способностей, с учетом отклонения в состоянии здоровья; выявить динамику показателей физической подготовленности студенток с ОВЗ в ходе реализации физкультурно-оздоровительной деятельности.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

На основании анализа научных публикаций детализирована направленность воздействия нетрадиционных средств двигательной активности на конкретные физические способности человека с ОВЗ, конкретизированы двигательные тесты, определяющие уровень развития физических способностей, с учетом отклонения в состоянии здоровья. Результа-

ты проведенных тестирований позволили выявить динамику показателей физической подготовленности студенток с ОВЗ в ходе реализации физкультурно-оздоровительной деятельности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В ходе направленного развития физической подготовленности необходимо помнить об акцентированном воздействии различных видов физкультурно-спортивной деятельности на определенные физические способности. В нашем исследовании мы отслеживаем динамику уровня развития следующих физических качеств.

В первую очередь, на наш взгляд, необходимо осуществлять оценку аэробной выносливости, так как она является своего рода индикатором состояния дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Данное качество развивается, преимущественно, средствами циклической работы умеренной интенсивности в течение продолжительности времени, что обусловило включение различных видов оздоровительной ходьбы в физкультурно-оздоровительную технологию развития потенциала здоровья студенток с ОВЗ.

Следующим физическим качеством, которое, по нашему мнению, необходимо оценивать в ходе реализации разработанной технологии, является гибкость студенток с ОВЗ. Гибкость, как показатель суставной подвижности и степени эластических возможностей мышц, обуславливает необходимый уровень двигательной деятельности, что тем самым определило выбор элементов китайской оздоровительной гимнастики – ицзинь цзинь цигун в качестве компонента разработанной технологии.

Для данного вида оздоровительной гимнастики характерно изобилие статических поз, плавно переходящих друг в друга, а также ассиметричные положения и движения, синхронизированные с дозированными дыхательными актами, что требует относительно высокого уровня развития статического и динамического равновесия, а также

кинестетической дифференциации у занимающихся.

Вышеназванные виды координационных способностей студенток с ОВЗ мы развивали на занятиях аквагимнастикой, также включенных в физкультурно-оздоровительную технологию. Выполнение широкого спектра довольно простых физических упражнений в бассейне осложнено высокой плотностью воды и отсутствием стабильной опоры в глубокой части бассейна, что предъявляет особые требования к уровню развития способности к статическому и динамическому равновесию.

Следует также отметить, что сопротивление воды предполагает большие затраты прилагаемых усилий при совершении двигательной деятельности в бассейне, что непременно скажется на росте силовых способностей занимающихся [9].

В перечень исследуемых физических качеств не вошли скоростные и скоростно-силовые, так как развитие первых детерминировано генетическими факторами и подразумевает использование в качестве тренировочных средств упражнения высокой интенсивности, что противоречит оздоровительной концепции технологии. Скоростно-силовые способности сочетают выполнение двигательных действий большой мощности, как правило, в максимально короткий промежуток времени, что уже само по себе вносит большие риски в нормальную работу функциональных систем организма человека с отклонениями в состоянии здоровья [10].

Итак, уровень развития аэробной выносливости студенток, занимающихся в специальной медицинской группе, выявлялся по результатам показателей теста Купера – расстояния, пройденного в течение 12 минут [11] (табл. 1).

Анализ данных информирует о положительных сдвигах в проявлении аэробной выносливости студенток исследуемой группы, что свидетельствует о благоприятном воздействии разработанной физкультурно-оздоровительной технологии на дыхательную и сердечнососудистую системы.

Таблица 1

Результаты тестирования способности к общей выносливости студенток, занимающихся в специальных медицинских группах

Table 1

The results of testing the general endurance of female students involved in special medical groups

№ п/п	Тест	1 тестирование	2 тестирование	3 тестирование
1	Расстояние, пройденное за 12 минут, м	1346,53 ± 6,78	1423,21 ± 7,01	1525,97 ± 7,19

Источник: рассчитано и составлено авторами.
Source: calculated and compiled by the authors.

Таблица 2

Результаты тестирования комплексного проявления гибкости студенток, занимающихся в специальных медицинских группах

Table 2

The results of testing the complex flexibility of female students involved in special medical groups

№ п/п	Тест	1 тестирование	2 тестирование	3 тестирование
1	Наклон вниз, баллы	0,23 ± 0,08	0,56 ± 0,10	1,26 ± 0,08
2	Наклон в стороны, баллы	0,46 ± 0,09	1,33 ± 0,09	1,83 ± 0,07
3	Лежа на спине, ноги за голову, баллы	0,36 ± 0,08	0,83 ± 0,12	1,46 ± 0,092
4	Сидя, наклон вперед, баллы	0,43 ± 0,09	0,93 ± 0,09	1,63 ± 0,089
5	Комплексная оценка, баллы	1,5 ± 0,17	3,67 ± 0,19	6,2 ± 0,15
6	Гибкость в плечевых суставах, см	90,43 ± 0,55	88,26 ± 0,46	85,33 ± 0,41

Источник: рассчитано и составлено авторами.
Source: calculated and compiled by the authors.

Оценку гибкости осуществляли по комплексному проявлению подвижности различных суставных групп в баллах: позвоночного столба, коленных, плечевых и тазобедренных суставов¹. Тесты «Наклон вниз из положения стоя с касанием пола ладонями», «Из положения седа наклон вперед тест с касанием стоп» и «Из положения лежа на спине с перемещением прямых ног за голову до касания пола» направлены на определение показателей гибкости позвоночного столба в

сагиттальной плоскости, а также коленных и плечевых суставах. Тест «Наклоны в стороны из положения стоя с касанием рукой латеральной поверхности коленного сустава» для определения, в первую очередь, гибкости позвоночного столба во фронтальной плоскости.

Результаты тестирования комплексного проявления гибкости студенток, занимающихся в специальных медицинских группах, приведены в табл. 2.

Представленные данные констатируют положительную тенденцию результатов трех контрольных срезов во всех проведенных упражнениях. Кроме того, было выявлено существенное улучшение показателей гибкости в плечевых суставах: уменьшение расстояния между кистями рук при выполнении

¹ Слободчикова Т.А., Пастухов Е.В., Балалаева М.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту: оценочные материалы // Уральский государственный юридический университет им. В.Ф. Яковлева: офиц. сайт. URL: [https://xn--c1azic8c.xn--p1ai/vikon/sveden/files/zik/Ocenochnye_materialy_po_discipline_Elektivnye_kursy_po_fizicheskoj_kulyture_i_sportu\(5\).pdf](https://xn--c1azic8c.xn--p1ai/vikon/sveden/files/zik/Ocenochnye_materialy_po_discipline_Elektivnye_kursy_po_fizicheskoj_kulyture_i_sportu(5).pdf)

Таблица 3

Результаты тестирования видов координационных способностей студенток, занимающихся в специальных медицинских группах

Table 3

The results of testing the types of coordination abilities of female students involved in special medical groups

Статическое равновесие				
№ п/п	Тест	1 тестирование	2 тестирование	3 тестирование
1	Цапля, с	15,16 ± 0,31	17,67 ± 0,36	21,33 ± 0,43
2	Ласточка, с	4,03 ± 0,26	6,76 ± 0,24	9,6 ± 0,25
Динамическое равновесие				
№ п/п	Тест	1 тестирование	2 тестирование	3 тестирование
1	Балансирование на гимнастической скамейке, с	10,44 ± 0,19	8,76 ± 0,18	6,76 ± 0,16
Кинестетическая дифференциация				
№ п/п	Тест	1 тестирование	2 тестирование	3 тестирование
1	«8 шагов», см	76,23 ± 0,89	70,67 ± 0,78	69,93 ± 0,72

Источник: рассчитано и составлено авторами.
 Source: calculated and compiled by the authors.

Таблица 4

Результаты комплексного тестирования силовых способностей студенток, занимающихся в специальных медицинских группах

Table 4

The results of comprehensive testing of the strength abilities of female students involved in special medical groups

№ п/п	Тест	1 тестирование	2 тестирование	3 тестирование
1	«Стульчик», с	8,3 ± 0,31	11,83 ± 0,28	16,3 ± 0,29
2	«Планка», с	19,56 ± 0,56	34,26 ± 0,67	48,53 ± 0,82
3	Приседания за минуту, количество раз	10,93 ± 0,29	14,93 ± 0,24	18,76 ± 0,21
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, количество раз	8,5 ± 0,27	11,73 ± 0,26	16,67 ± 0,31
5	Лежа на полу поднимание ног, количество раз	12,33 ± 0,28	16,46 ± 0,31	20,87 ± 0,34
6	Лежа на полу подтягивание согнутых ног, количество раз	8,5 ± 0,21	11,8 ± 0,25	16,36 ± 0,24

Источник: рассчитано и составлено авторами.
 Source: calculated and compiled by the authors.

«выкрута» гимнастической палки прямыми руками.

В рамках исследования видов координационных способностей мы анализировали результаты показателей статического и динамического равновесия, а также кинестетической дифференциации движения.

Статическое равновесие оценивали по результатам, показанным в упражнениях:

1. «Цапля» – удержание равновесия стоя на правой, левая согнута вперед, носок прижат к колену, руки в стороны;
2. «Ласточка» – удержание равновесия стоя на правой, левая назад, руки в стороны.

Динамическое равновесие оценивалось в условиях балансирования на гимнастической скамейке: испытуемый должен выполнить на ограниченной поверхности (гимнастической скамейки) четыре последовательных поворота в правую, затем в левую стороны.

Тестирование способности к кинестетической дифференциации движения проводили с помощью контрольного упражнения «8 шагов». Испытуемому предлагалось выполнить 8 шагов по прямой линии с фиксацией точки финиша. Затем необходимо было повторить упражнение с закрытыми глазами, максимально приблизившись к отмеченной точке финиша. Результат оценивался по разнице между двумя точками фиксации в первом и во втором случае (табл. 3).

В результатах тестирований, представленных в таблице 3, отмечена положительная динамика развития способности к статическому и динамическому равновесиям, а также к кинестетической дифференциации.

Оценка силовых способностей – статического и динамического режимов работы различных групп мышц – проводилась с помощью комплексного тестирования [12; 13] (табл. 4).

Согласно результатам, представленным в таблице 4, необходимо отметить положительный тренд в комплексном проявлении силовых способностей испытуемых во всех контрольных упражнениях.

ВЫВОДЫ

Таким образом, основываясь на результатах двигательных тестов, проведенных со студентками, занимающимися в специальных медицинских группах, следует констатировать комплексное положительное воздействие разработанной физкультурно-оздоровительной технологии на исследуемый контингент занимающихся.

Список источников

1. Акамов В.В., Власова В.П., Четайкина О.В. Физическое воспитание студентов с ограниченными возможностями здоровья в условиях педагогического вуза // Перспективы науки. 2018. № 9 (108). С. 56-59. <https://elibrary.ru/vhwlgl>
2. Ли Пань. О необходимости совершенствования форм занятий адаптивной физической культурой в вузе со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2024. Т. 29. № 6. С. 1726-1734. <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2024-29-6-1726-1734>, <https://elibrary.ru/frztea>
3. Сентизова М.И., Евсеева С.В. Педагогические условия физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья // Глобальный научный потенциал. 2022. № 6 (135). С. 89-93. <https://elibrary.ru/ugqspv>
4. Авилова И.А. Особенности адаптивного физического воспитания и спорта для лиц, имеющих ослабленное здоровье // Региональный вестник. 2020. № 3 (42). С. 26-28. <https://elibrary.ru/yemaol>
5. Румба О.Г. Система педагогического регулирования двигательной активности студентов специальных медицинских групп // Теория и практика физической культуры. 2015. № 2. С. 11-14. <https://elibrary.ru/teebf>
6. Сентизова М.И., Гурьева А.В. Педагогические условия физического воспитания студентов с отклонениями в состоянии здоровья // Теория и практика физической культуры. 2021. № 11 (146). С. 174-177. <https://elibrary.ru/tbjhqy>
7. Рябцев С.М., Гончарова М.С. Оценка физического развития студентов с нарушениями слуха в процессе адаптивного физического воспитания в вузе // Современные наукоемкие технологии. 2018. № 6. С. 227-232. <https://elibrary.ru/utebus>
8. Салеев Э.Р. Оптимизация физических упражнений для оздоровительного эффекта // Обзор педагогических исследований. 2024. Т. 6. № 5. С. 259-264. <https://doi.org/10.58224/2687-0428-2024-6-5-259-264>, <https://elibrary.ru/gasqjh>

9. Небытова Л.А., Катренко М.В., Журавлева Ю.И., Сасин А.А. Гидрокинезотерапия как средство инклюзивного образования студентов в области физической культуры // Педагогика и просвещение. 2021. № 2. С. 92-102. <https://doi.org/10.7256/2454-0676.2021.2.33630>, <https://elibrary.ru/rfpvds>
10. Борисова Н.Ю., Галкина Т.Н., Якимова Я.Е. Особенности занятий физической культурой со студентами специальной медицинской группы // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы 8 Междунар. науч. конф. Самара, 2016. С. 248-251. <https://elibrary.ru/vqcjab>
11. Максимова Т.А. Сравнительный анализ показателей физического развития и физической подготовленности девушек специальной медицинской группы, проживающих в условиях Крайнего Севера // Международный журнал экспериментального образования. 2019. № 1. С. 16-21. <https://elibrary.ru/yzsnszb>
12. Клычкова О.В., Свириденко А.В., Ушанов Г.А., Федорихин В.В. Контрольные нормативы для студентов специальных медицинских групп // Известия Волгоградского государственного технического университета. Серия: Новые образовательные системы и технологии обучения в вузе. 2012. № 11 (98). С. 81-82. <https://elibrary.ru/peykvf>
13. Помогаева Н.С., Мох А.В., Николаева О.В., Волкова Л.М., Стригельская И.Ю., Голубев А.А. Критерии оценки физической подготовленности студентов с ограниченными возможностями здоровья // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2022. № 10 (212). С. 337-341. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2022.10.p337-341>, <https://elibrary.ru/oymstg>

References

1. Akamov V.V., Vlasova V.P., Chetaikina O.V. (2018). Physical education of students with disabilities in conditions of pedagogical higher school. *Perspektivy nauki = Science Prospects*, no. 9 (108), pp. 56-59. (In Russ.) <https://elibrary.ru/vhwlgl>
2. Li Pan (2024). On the necessity of adaptive physical education classes forms improvement in university with students with disabilities. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki = Tambov University Review. Series: Humanities*, vol. 29, no. 6, pp. 1726-1734. (In Russ.) <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2024-29-6-1726-1734>, <https://elibrary.ru/frztea>
3. Sentizova M.I., Evseeva S.V. (2022). Pedagogical conditions for physical education of students with limited health opportunities. *Global'nyi nauchnyi potentsial = Global Scientific Potential*, no. 6 (135), pp. 89-93. (In Russ.) <https://elibrary.ru/ugqspv>
4. Avilova I.A. (2020). Features of adaptive physical education and sports for people with poor health. *Regional'nyi vestnik*, no. 3 (42), pp. 26-28. (In Russ.) <https://elibrary.ru/yemaol>
5. Rumba O.G. (2015). System of pedagogical regulation of motor activity of students of special medical groups. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury*, no. 2, pp. 11-14. (In Russ.) <https://elibrary.ru/teeblf>
6. Sentizova M.I., Gur'eva A.V. (2021). Pedagogical conditions of physical education of students with health disabilities. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury*, no. 11 (146), pp. 174-177. (In Russ.) <https://elibrary.ru/tbjhqj>
7. Ryabtsev S.M., Goncharova M.S. (2018). Physical fitness evaluation of hearing-impaired students in the process of adaptive physical education in the higher education institution. *Sovremennye naukoemkie tekhnologii*, no. 6, pp. 227-232. (In Russ.) <https://elibrary.ru/utebus>
8. Saleev E.R. (2024). Optimization of physical exercises to achieve a healing effect. *Obzor pedagogicheskikh issledovaniy*, vol. 6, no. 5, pp. 259-264. (In Russ.) <https://doi.org/10.58224/2687-0428-2024-6-5-259-264>, <https://elibrary.ru/gasqjh>
9. Nebytova L.A., Katренко M.V., Zhuravleva Yu.I., Sasin A.A. (2021). Hydro-kinesiotherapy as a means of inclusive education of students in the field of physical culture. *Pedagogika i prosveshchenie = Pedagogy and Education*, no. 2, pp. 92-102. (In Russ.) <https://doi.org/10.7256/2454-0676.2021.2.33630>, <https://elibrary.ru/rfpvds>
10. Borisova N.Yu., Galkina T.N., Yakimova Ya.E. (2016). Features of physical education classes with students of a special medical group. *Materialy 8 Mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii «Aktual'nye voprosy sovremennoi pedagogiki» = Proceedings of the 8th International Scientific Conference "Current Issues of Modern Education"*. Samara, pp. 248-251. (In Russ.) <https://elibrary.ru/vqcjab>

11. Maksimova T.A. (2019). Comparative analysis of indicators of physical development and physical preparedness of girls of special medical group, living in the conditions of the Far North. *Mezhdunarodnyi zhurnal eksperimental'nogo obrazovaniya*, no. 1, pp. 16-21. (In Russ.) <https://elibrary.ru/yzsnzb>
12. Klychkova O.V., Sviridenko A.V., Ushanov G.A., Fedorikhin V.V. (2012). Control standards for students of special medical groups. *Izvestiya Volgogradskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta. Seriya: Novye obrazovatel'nye sistemy i tekhnologii obucheniya v vuze*, no. 11 (98), pp. 81-82. (In Russ.) <https://elibrary.ru/peykvf>
13. Pomogaeva N.S., Mokh A.V., Nikolaeva O.V., Volkova L.M., Strigel'skaya I.Yu., Golubev A.A. (2022). Criteria for assessing the physical fitness of students with disabilities. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, no. 10 (212), pp. 337-341. (In Russ.) <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2022.10.p337-341>, <https://elibrary.ru/oymstg>

Информация об авторах

Ли Пань, научный сотрудник кафедры оздоровительной и адаптивной физической культуры, Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация.

<https://orcid.org/0009-0007-0628-535X>
158017219@qq.com

Терентьева Ольга Сергеевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры, Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация.

<https://orcid.org/0000-0002-5680-197X>
boss_o59ga@rambler.ru

Для контактов:

Ли Пань
158017219@qq.com

Поступила в редакцию 15.04.2025
Одобрена после рецензирования 08.07.2025
Принята к публикации 29.09.2025

Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

Information about the authors

Li Pan, Research Scholar of Recreational and Adaptive Physical Education Department, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation.

<https://orcid.org/0009-0007-0628-535X>
158017219@qq.com

Olga S. Terentyeva, Cand. Sci. (Education), Associate Professor, Associate Professor of Physical Culture Department, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation.

<https://orcid.org/0000-0002-5680-197X>
boss_o59ga@rambler.ru

Corresponding author:

Li Pan
158017219@qq.com

Received 15.04.2025
Approved 08.07.2025
Accepted 29.09.2025

The authors has read and approved the final manuscript.