



Научно-исследовательский журнал «*Modern Humanities Success / Успехи гуманитарных наук*»
<https://mhs-journal.ru>

2025, № 12 / 2025, Iss. 12 <https://mhs-journal.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура (педагогические науки)

УДК 796.011.3

Применение нестандартных подходов в работе со студентами специальной медицинской группы

¹ Журавлев А.А.,

¹ Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения

Аннотация: студенты, отнесенные к специальной медицинской группе, имеют многие ограничения, вызванные заболеваниями различной этиологии. Важно подобрать режим, интенсивность, направленность, которые будут эффективными для укрепления здоровья и развития физических качеств. Одной из основных задач педагога является внедрение разностороннего подбора средств, методов, подходов при работе со студентами, у которых есть ограничения, применение новых техник, сочетание традиционных и инновационных схем работы. В ходе опроса преподавателей был сформирован перечень традиционных направлений двигательной активности, применяемых для развития физических качеств и укрепления здоровья студентов и выделены те, которые применяются достаточно редко, однако также являются эффективными при создании грамотно подобранных условий их применения. Фиджитал спорт, интеллектуальные игры, активное, диафрагмальное дыхание, упражнения, развивающие мелкую моторику, вибрационная гимнастика являются менее распространенными в учебно-тренировочном процессе студентов и значительно реже используются, однако несут в себе неоспоримую пользу, особенно для лиц, у которых существует необходимость в действиях компенсаторного характера. Для преподавателя важно оценить их значимость, досконально изучить особенности данных видов деятельности и применять в практику, желательно с комментариями теоретического характера.

Ключевые слова: физическая культура, учебный процесс, студенты специальной медицинской группы, самостоятельная работа, двигательные качества

Для цитирования: Журавлев А.А. Применение нестандартных подходов в работе со студентами специальной медицинской группы // *Modern Humanities Success*. 2025. № 12. С. 129 – 132.

Поступила в редакцию: 24 июля 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 21 сентября 2025 г.; Принята к публикации: 18 ноября 2025 г.

Using non-standard approaches in working with special medical group students

¹ Zhuravlev A.A.,

¹ St. Petersburg State University of Aerospace Instrumentation

Abstract: students who belong to a special medical group have many restrictions caused by diseases of various etiologies. It is important to choose a regimen, intensity, and focus that will be effective for improving health and developing physical qualities. One of the main tasks of a teacher is to implement a diverse selection of tools, methods, and approaches when working with students who have restrictions, as well as to use new techniques and combine traditional and innovative approaches. During the survey of teachers, a list of traditional types of physical activity used to develop physical qualities and improve students' health was compiled, and those that are rarely used but are still effective when properly implemented were identified. Fidget sports, intellectual games, active, diaphragmatic breathing, exercises that develop fine motor skills, and vibration gymnastics are less common in the educational and training process of students and are used much less frequently, but they are undeniably beneficial, especially for individuals who need compensatory actions. It is important for a teacher to assess their significance, thoroughly study the characteristics of these activities, and apply them in practice, preferably with theoretical commentary.

Keywords: physical education, educational process, students of a special medical group, independent work, and motor qualities

For citation: Zhuravlev A.A. Using non-standard approaches in working with special medical group students. Modern Humanities Success. 2025. 12. P. 129 – 132.

The article was submitted: July 24, 2025; Approved after reviewing: September 21, 2025; Accepted for publication: November 18, 2025.

Введение

Студенты, отнесенные к специальной медицинской группе, имеют многие ограничения, вызванные заболеваниями различной этиологии [1]. Занимаясь в одной группе на занятии по физической культуре количество и разнообразие упражнений, которые им можно совместно выполнять вследствие ограничений значительно снижаются по сравнению с содержанием занятий студентов без ограничений. Здесь проявляется определенный стереотип поведения у преподавателей, предопределяющий узкий спектр вариативности в применении средств и методов к студентам, у которых есть хронические или временные заболевания. К примеру, студентам из специальной медицинской группы в качестве циклической нагрузки предлагается только ходьба, хотя бег разрешен достаточно большому проценту из них. Отнесение занимающегося к данной группе не означает, что ему нельзя бегать. Важно подобрать режим, интенсивность, направленность, которые будут эффективными для укрепления здоровья и развития физических качеств. В результате, частым явлением можно назвать случаи, когда студенту, относящемуся к группе с ограниченными возможностями здоровья, не предлагают выполнять беговые упражнения, хотя именно для него этот вид двигательной активности может и не являться противопоказанием, а наоборот, будет приносить пользу. Таких примеров существует достаточное количество.

Поэтому, одной из основных задач педагога является внедрение разностороннего подбора средств, методов, подходов при работе со студентами, у которых есть ограничения, применение новых техник, сочетание традиционных и инновационных схем работы [2, 8, 9].

Материалы и методы исследований

Основными методами явились проведение опроса преподавательского состава, работающего со студентами специальной медицинской группы институтов города Москвы, Санкт-Петербурга, Калининграда в составе 79 человек, а также анкетирование студентов 1-4 курсов Санкт-Петербургского государственного университета аэрокосмического приборостроения, Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого, имеющих ограничения в состоянии здоровья, включая инвалидность. В ходе

опроса преподавателей и анкетирования занимающихся был сформирован перечень традиционных направлений двигательной активности, применяемых для развития физических качеств и укрепления здоровья студентов и выделены те, которые применяются достаточно редко, однако также являются эффективными при создании грамотно подобранных условий их применения.

Результаты и обсуждения

В результате проведенного опроса и анкетирования был сформирован перечень традиционных направлений двигательной активности, применяемых для развития физических качеств и укрепления здоровья студентов [6].

Применение циклической нагрузки: ходьба, ходьба с палками, плавание, лёгкий бег, передвижение на лыжах, коньках, роликах, на велосипеде и т.д. [7]. Использование комплексов упражнений на развитие силы всех мышечных групп. Двигательная активность, направленная на развитие координационных способностей в неожиданных, быстроменяющихся ситуациях, в частности, спортивные и подвижные игры- баскетбол, стрит-бол, волейбол, гандбол, теннис, бадминтон [4, 5]. Развитие общей гибкости и увеличение подвижности суставов. Овладение приемами из единоборств [3].

А также направления, которые применяются достаточно редко, однако также являются эффективными при создании грамотно подобранных условий их применения.

Освоение фиджитал спорта. Стремительно развивающаяся отрасль, сочетающая в себе компьютерную игру с двигательной активностью, обладает рядом преимуществ для тех студентов, у которых есть возможность соревноваться в разных формах с использованием современных технологий.

Интеллектуальные игры – шахматы, шашки, шах – бокс, подвижные игры с преимуществом действий, направленных на скорость принятия решений. Совершенствуют умственные способности, способствуют формированию навыка концентрации и переключения внимания, развивают стратегическое мышление.

Развитие активного, диафрагмального дыхания. Использование упражнений на расслабление различных мышечных групп с активным участием дыхания важный навык, помогающий не только при занятиях физической культурой, но и во много-

гих жизненных ситуациях.

Упражнения, развивающие мелкую моторику, жонглирование, лапта, бильярд. Значительно помогают людям с задержкой в развитии речи, а также снятия нервного напряжения, при этом не требуя значительных проявлений физической энергии.

Использование вибрационной гимнастики. Упражнения из данной категории можно отнести к нетрадиционным. При правильном применении и отсутствии ограничений они могут быть полезными, снимать нервное, мышечное напряжение и вносить существенное разнообразие в тренировочный процесс.

Выводы

Перечисленные пять последних направлений не являются часто применяемыми в учебном процессе. Относительно фиджитал спорта это можно объяснить его молодостью, а также необходимостью использования специфического оборудования. Остальные четыре направления также являются менее распространенными и значительно реже используются в учебном процессе, однако несут в себе неоспоримую пользу, особенно для лиц, у которых существует необходимость в действиях компенсаторного характера. Для преподавателя важно оценить их значимость, досконально изучить особенности данных видов деятельности и применять в практику, желательно с комментариями теоретического характера.

Список источников

1. Башкин В.М., Карпова С.Н. Адаптивное физическое воспитание студентов специальной медицинской группы: учебно-методическое пособие. Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения, 2023. 51 с.
2. Болотин А.Э., Карпова С.Н., Бакаев В.В. Теория и методика спорта высших достижений / Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого. Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого", 2022. 157 с. ISBN 978-5-7422-7731-6.
3. Журавлев А.А. Применение специализированных упражнений борьбы самбо для развития координационных способностей студентов специальной медицинской группы // Философия и культура информационного общества: Тезисы докладов Одиннадцатой Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 16-18 ноября 2023 года. Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения, 2023. С. 325 – 326.
4. Журавлев А.А. Повышение координационных способностей у студентов специальной медицинской группы // Философия и культура информационного общества: Тезисы докладов Двенадцатой Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 21-23 ноября 2024 года. Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения, 2024. С. 393 – 395.
5. Карпова С.Н., Журавлев А.А. Эффективность использования комплексов упражнений, выполняемых в парах, направленных на развитие координационных способностей у студентов специальной медицинской группы // Физическая культура и спорт в системе образования России: инновации и перспективы развития: Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 22-23 ноября 2018 года / Под ред.: Пономарева Г.Н., Хуббиева Ш.З. Санкт-Петербург: ООО "Золотое сечение", 2018. С. 349-351.
6. Карпова С.Н., Орлова Н.В., Бочковская В.Л. Факторы, определяющие необходимость использования унифицированных тренировочных комплексов в ходе физического воспитания студентов специальных медицинских групп // Физическая культура в образовательном пространстве России : состояние, тенденции и перспективы, Санкт-Петербург, 10 апреля 2019 года. Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. С. 117 – 122.
7. Карпова С.Н., Журавлев А.А. Развитие выносливости студентов специальных медицинских групп средствами оздоровительного плавания // Научная сессия ГУАП: Гуманитарные науки: Сборник докладов научной сессии, посвященной Всемирному дню авиации и космонавтики, Санкт-Петербург, 14-22 апреля 2021 года. Санкт-Петербургского: Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения, 2021. С. 152 – 153.
8. Крылов В.М. Комбинированные уроки физической культуры в специальных медицинских группах студентов: монография / Федеральное агентство по образованию, Гос. образовательное учреждение высш. проф. образования "Башкирский гос. ун-т". Уфа: РИЦ БашГУ, 2008. 131 с. ISBN 978-5-7477-2046-6

9. Антонова И.Н., Шутова Т.Н., Носова А.В., Ефремова Н.Г. Подходы совершенствования физического воспитания студентов специальной медицинской группы // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018. № 4 (158). С. 20 – 24.

10. Дьяченко Г.Б., Катаев И.В., Стрига С.И., Карпова С.Н. Применение искусственного интеллекта в области физической культуры и спорта // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2024. № 8 (234). С. 14 – 18.

References

1. Bashkin V.M., Karpova S.N. Adaptive Physical Education of Students of a Special Medical Group: A Study Guide. Saint Petersburg: Saint Petersburg State University of Aerospace Instrumentation, 2023. 51 p.
2. Bolotin A.E., Karpova S.N., Bakaev V.V. Theory and Methodology of High-Performance Sports. Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University. Saint Petersburg: Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education "Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University", 2022. 157 p. ISBN 978-5-7422-7731-6.
3. Zhuravlev A.A. Application of specialized sambo exercises to develop coordination skills of students of a special medical group. Philosophy and Culture of the Information Society: Abstracts of the Eleventh International Scientific and Practical Conference, St. Petersburg, November 16-18, 2023. St. Petersburg: St. Petersburg State University of Aerospace Instrumentation, 2023. P. 325 – 326.
4. Zhuravlev A.A. Improving coordination skills of students of a special medical group. Philosophy and Culture of the Information Society: Abstracts of the Twelfth International Scientific and Practical Conference, St. Petersburg, November 21-23, 2024. St. Petersburg: St. Petersburg State University of Aerospace Instrumentation, 2024. P. 393 – 395.
5. Karpova S.N., Zhuravlev A.A. The effectiveness of using sets of exercises performed in pairs aimed at developing coordination skills in students of a special medical group. Physical education and sports in the education system of Russia: innovations and development prospects: Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference, St. Petersburg, November 22-23, 2018. Ed.: Ponomarev G.N., Khubbiev Sh.Z. St. Petersburg: OOO "Golden Section", 2018. P. 349 – 351.
6. Karpova S.N., Orlova N.V., Bochkovskaya V.L. Factors determining the need to use standardized training complexes in the course of physical education of students of special medical groups. Physical education in the educational space of Russia: state, trends and prospects, St. Petersburg, April 10, 2019. St. Petersburg: Herzen State Pedagogical University of Russia. 2019. P. 117 – 122.
7. Karpova S.N., Zhuravlev A.A. Development of endurance of students of special medical groups by means of recreational swimming. Scientific session of GUAP: Humanities: Collection of reports of the scientific session dedicated to the World Aviation and Cosmonautics Day, St. Petersburg, April 14-22, 2021. St. Petersburg: St. Petersburg State University of Aerospace Instrumentation, 2021. P. 152 – 153.
8. Krylov V.M. Combined physical education lessons in special medical groups of students: monograph. Federal Agency for Education, State educational institution of higher prof. education "Bashkir State University". Ufa: RIC BashSU, 2008. 131 p. ISBN 978-5-7477-2046-6
9. Antonova I.N., Shutova T.N., Nosova A.V., Efremova N.G. Approaches to improving physical education of students of a special medical group. Scientific Notes of P.F. Lesgaft University. 2018. No. 4 (158). P. 20 – 24.
10. Dyachenko G.B., Kataev I.V., Striga S.I., Karpova S.N. Application of artificial intelligence in the field of physical education and sports. Scientific Notes of P.F. Lesgaft University. 2024. No. 8 (234). P. 14 – 18.

Информация об авторе

Журавлев А.А., старший преподаватель, Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения, a.zhur-040166@mail.ru