

УДК 613.96

АНАЛИЗ ИЗМЕНЧИВОСТИ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ РАЗЛИЧНОГО УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

Хусаинов А.Э.¹, Зулькарнаев Т.Р.¹, Бакиров А.Б.³, Мочалкин П.А.^{1,2}, Поварго Е.А.¹,
Митченкова С.В.¹, Воскресенская Е.К.¹

¹ФГБОУ ВО «Башкирский государственный медицинский университет» Минздрава
России, Уфа, Россия

²ГБУЗ «Республиканский центр дезинфекции», Уфа, Россия

³ФБУН «Уфимский НИИ медицины труда и экологии человека», Уфа, Россия

Качество жизни - это совокупная характеристика удовлетворенности людей своей жизнью. Изучение качества жизни современных студентов является актуальной проблемой, решение которой позволит в совокупности факторов оценить состояние их здоровья и самочувствия на разных этапах обучения, выявить основные риски и разработать научно обоснованные профилактические мероприятия.

Цель: изучить качество жизни студентов медицинского вуза и дать анализ влияния физической активности различного уровня на исследуемые показатели.

Материалы и методы: Было обследовано 700 студентов медицинского университета. По международному опроснику IPAQ студенты были разделены на группы: с высокой, средней и низкой физической активностью. Для оценки качества жизни использовался опросник MOS SF-36.

Результаты. По результатам проведенного исследования было установлено, что качество жизни студентов, имеющих высокий, средний или низкий уровень физической активности достоверно различается по многим параметрам.

Ключевые слова: студенты; физическая активность; качество жизни; физический и психологический компоненты здоровья, международные опросники IPAQ и MOS SF-36.

Для цитирования: Хусаинов А.Э., Зулькарнаев Т.Р., Бакиров А.Б., Мочалкин П.А., Поварго Е.А., Митченкова С.В., Воскресенская Е.К. Анализ изменчивости качества жизни студентов под влиянием различного уровня физической активности. Медицина труда и экология человека. 2025; 1: 64-74.

Для корреспонденции: Хусаинов Артур Эдуардович, доцент кафедры гигиены ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России, Уфа, Россия; e-mail: arhtur.khusainov.1994@gmail.com.

Финансирование: исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов: авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

DOI: <http://dx.doi.org/10.24412/2411-3794-2025-10105>

ANALYSIS OF THE VARIABILITY OF THE QUALITY OF LIFE OF STUDENTS UNDER THE INFLUENCE OF DIFFERENT LEVELS OF PHYSICAL ACTIVITY

Khusainov A.E.¹, Zulkarnaev T.R.¹, Bakirov A.B.³, Mochalkin P.A.^{1,2}, Povargo E.A.¹, Mitchenkova S.V.¹, Voskresenskaya E.K.¹

¹Bashkirian State Medical University, Ufa, Russia

²Republican Disinfection Center, Ufa, Russia

³Ufa Research Institute of Occupational Health and Human Ecology, Ufa, Russia

Quality of life is a cumulative characteristic of people's satisfaction with their lives. The study of the quality of life of modern students is an urgent problem, the solution of which will allow a combination of factors to assess the condition of students at different stages of education, identify the main risks and develop scientifically based measures to preserve and prevent their health and better study at the university.

The purpose of the study is to analyze the quality of life of medical university students and evaluate the impact of physical activity of different intensities on the studied parameters.

Materials and methods: 700 students of the medical university were examined. According to the international IPAQ questionnaire, students were divided into groups: with high, medium and low physical activity. The MOS SF-36 questionnaire was used to assess the quality of life.

Results. According to the results of the study, it was found that the quality of life of students with high, medium or low levels of physical activity significantly differs.

Keywords: students; physical activity; quality of life; physical and psychological components of health, international questionnaires IPAQ and MOS SF-36.

For citation: Khusainov A.E., Zulkarnaev T.R., Bakirov A.B., Mochalkin P.A., Povargo E.A., Mitchenkova S.V., Voskresenskaya E.K. Analysis of the variability of the quality of life of students under the influence of different levels of physical activity. Occupational health and human ecology. 2025; 1: 64-74.

Correspondence: Artur E. Khusainov, associate professor at Department of Hygiene, Bashkirian State Medical University, Ufa, Russia; e-mail: arthtur.khusainov.1994@gmail.com.

Funding: the study had no financial support.

Conflict of interest: the authors declare no conflict of interest.

DOI: <http://dx.doi.org/10.24412/2411-3794-2025-10105>

В современном научном сообществе активно набирает популярность особая область исследований, сосредоточенная на оценке качества жизни различных групп населения. Главной задачей этого направления является восстановление, поддержание и укрепление здоровья всех слоев общества. В публикациях ряда авторов обращается пристальное внимание на студенческую молодежь, жизнедеятельность которой существенно отличаются от соответствующих показателей других социальных групп. Поступление в высшее учебное заведение приводит к изменениям в привычном ритме жизни, что требует от студентов адаптации к новым условиям, как в быту, так и в учебном процессе. Обучающиеся, как в технических, так и гуманитарных вузах имеют значительную умственную и эмоциональную нагрузку, недостаточность времени для активного отдыха и занятий спортом, полноценного ночного сна [1-3].

Имеются данные, что многие студенты ограничиваются только посещением обязательных по расписанию уроков физкультуры, и лишь небольшое число обследуемых указали на регулярные занятия в спортивных секциях, фитнес клубах, пешие прогулки («скандинавская ходьба»), утреннюю гимнастику или просто подвижные игры на открытом воздухе. Что касается будущих врачей и медработников среднего звена, значительный дефицит времени в их режиме дня занимают поездки из одной клинической базы в другую, расположенных часто довольно далеко друг от друга [4-12].

Низкий уровень физической активности, несоблюдение режима дня и отдыха, а также продолжительное пребывание в социальных сетях и увлечение компьютерными играми существенно снижают качество питания, способствуют росту заболеваемости и в целом способствуют ухудшению качества жизни студенческой молодежи [13,14].

Цель работы – изучить характер влияния физической активности различной степени на качество жизни студентов медицинского вуза.

Материалы и методы. Исследование было проведено на базе Башкирского государственного медицинского университета, в котором участвовали 700 студентов из лечебного и педиатрического факультетов. Для оценки уровня физической активности использовался опросник IPAQ. В зависимости от показателей MET (метаболический эквивалент) были разделены на три группы физической активности: с высоким, средним и низким уровнем [15].

Для изучения качества жизни студентов был применен универсальный опросник MOS SF-36, который состоит из 36 вопросов и включает в себя восемь шкал для оценки качества жизни. Более высокие показатели шкал свидетельствуют о более высоком качестве жизни у обследуемых [16].

Для анализа полученных данных была использована программа Statistica версии 13.0. Для проверки предположения о том, как физическая активность влияет на качество жизни, был применен метод однофакторного дисперсионного анализа (One-Way ANOVA). В качестве критического уровня значимости использовали $p < 0,05$.

Результаты. Как показано в таблице 1, качество жизни студентов, имеющих высокий, средний или низкий уровень физической активности, существенно различается по большинству шкал опросника MOS SF-36. Так, баллы по физическому компоненту здоровья (PHсумм) у студентов, имеющих различный уровень физической активности статистически значимо различаются (критерий $F=4,111$, уровень значимости различий $p < 0,05$).

Переходя к анализу материалов, полученных по психологическому компоненту здоровья, выяснилось, что качество жизни студентов с различным уровнем физической активности достоверно различаются (критерий $F = 11,188$, а уровень значимости различий составил $p < 0,001$). В особенности, группы студентов с разным уровнем физической активности значительно отличаются по показателям психологического компонента, таким как VT - жизненная активность (критерий $F=11,741$, $p < 0,001$) и RE - ролевое эмоциональное функционирование (критерий $F=8,336$, $p < 0,001$).

Таблица 1. Однофакторный дисперсионный анализ между уровнями физической активности и качеством жизни студентов

Table 1. One-factor analysis of variance between the levels of physical activity and the quality of life of students (in general)

Источник вариации (между группами)	SS	df	MS	F	p
PH _{сумм}	305,33	2	37,132	4,11140	p<0,05
MH _{сумм}	2598,70	2	116,131	11,18868	p<0,001
PF	2261,55	2	143,208	7,89602	p<0,001
RP	260,33	2	1051,232	0,12382	
BP	5526,44	2	499,227	5,53500	p<0,01
GH	10546,40	2	314,760	16,75311	p<0,001
VT	8218,70	2	349,971	11,74197	p<0,001
SF	4877,19	2	426,078	5,72336	p<0,01
RE	24614,91	2	1476,369	8,33630	p<0,001
MH	3784,72	2	369,478	5,12171	p<0,01

PH_{сумм} – физической компонент здоровья; MH_{сумм} – психологический компонент здоровья; PF - Физическое функционирование; RP - ролевое функционирование; BP - интенсивность боли; GH - общее состояние здоровья; VT - жизненная активность; SF - социальное функционирование; RE - ролевое эмоциональное функционирование; MH - психическое здоровье.

В таблице 2 представлены результаты однофакторного дисперсионного анализа между показателями качества жизни и уровнем физической активности в зависимости от пола студентов.

Таблица 2. Однофакторный дисперсионный анализ между уровнями физической активности и качеством жизни студентов (в зависимости от пола)

Table 2. One-factor analysis of variance between the levels of physical activity and the quality of life of students (depending on the gender)

Источник вариации (между группами)	SS	df	MS	F	p
Девушки					
PH _{сумм}	182,22	2	91,11	2,55545	
MH _{сумм}	2416,47	2	1208,23	10,22806	p<0,001
PF	1778,90	2	889,45	7,45895	p<0,001
RP	466,29	2	233,15	0,23669	
BP	2220,46	2	1110,23	2,18378	
GH	7348,48	2	3674,24	11,81865	p<0,001
VT	6325,65	2	3162,83	8,84730	p<0,001
SF	1895,08	2	947,54	2,08761	
RE	31700,29	2	15850,15	11,22892	p<0,001
MH	3904,45	2	1952,22	5,23394	p<0,01
Юноши					
PH _{сумм}	155,564	2	77,782	1,857445	
MH _{сумм}	722,500	2	361,250	3,523025	p<0,05
PF	528,744	2	264,372	1,221016	
RP	421,780	2	210,890	0,167063	
BP	2505,223	2	1252,611	2,590157	
GH	3851,836	2	1925,918	5,877952	p<0,01
VT	4840,818	2	2420,409	8,673641	p<0,001
SF	3660,047	2	1830,024	5,211926	p<0,01
RE	2103,820	2	1051,910	0,644851	
MH	1244,131	2	622,065	1,837778	

Примечание: SS – сумма квадратов; df – степени свободы; MS – средний квадрат (дисперсия); F – F-статистика Фишера (фактическое значение); p – значимость критерия Фишера (критерий является значимым, если величина данного параметра менее 0,05).

Как видно, у студентов-девушек имеются статистически значимые различия качества жизни по отдельным шкалам физического и по большинству шкал психологического компонента опросника MOS SF-36. Показатель психологического компонента здоровья в группах девушек с разным уровнем физической активности достоверно различаются (критерий $F=10,228$, $p<0,001$). Схожие результаты наблюдались в выборках юношей: баллы психологического компонента здоровья значимо различаются (критерий $F=3,523$, $p<0,05$) (таблица 2).

Обсуждение. Необходимость изучения качества жизни студентов очевидна, что подтверждается множеством исследований и научных публикаций из различных

областей. Важные задачи, касающиеся правильной интерпретации, индивидуальной оценки и корректировки качества жизни студентов, продолжают оставаться значимыми для профилактических мероприятий [17]. Многие исследователи согласны с тем, что одним из ключевых критериев качества жизни является собственная оценка удовлетворенности определенными аспектами жизни [18-21].

Связь между уровнем физической активности и качеством жизни студентов очевидна. В этой связи представляют интерес исследования, которые рассматривают гигиенические аспекты физической активности и физического развития студентов. Многочисленные работы подчеркивают тот факт, что студенты с высоким уровнем физической активности показывают лучшие результаты в аспектах жизненной активности, общего здоровья, а также физического и социального благополучия в сравнении с их сверстниками, которые ведут менее активный образ жизни [22-25].

В работе ряда исследователей было выявлено, что учащиеся, регулярно занимающиеся физической активностью или выполнявшие утреннюю гимнастику на протяжении восьми недель, продемонстрировали положительные изменения в психоэмоциональном состоянии и улучшение качества сна [26].

Наши исследования подтверждают выводы других авторов, которые отмечают, что достаточный уровень физической активности значительно улучшает качество жизни [7]. В этой работе установлено, что среди студентов, которые не занимаются спортом, отмечается большое количество людей, демонстрирующих низкие значения качества жизни.

Заключение. По результатам проведенного исследования была доказана гипотеза о степени уровня физической активности на качество жизни студентов медицинского университета. Установлено, что качество жизни студентов, имеющих высокий, средний или низкий уровень физической активности значительно различается ($p < 0,05$). Важно усилить меры по психологической поддержке и гигиеническому обучению студентов, начиная с их начального этапа адаптации к учебному процессу в университете.

Список литературы:

1. Кузьмин А.Н. Качество жизни студентов медицинского вуза во время пандемии COVID-19. Forcipe. 2022; Т. 5: S3: 564.
2. Попов В.И., Милушкина О.Ю., Судаков Д.В., Судаков О.В. Особенности образа жизни и здоровья студентов в период дистанционного обучения. Здоровье населения и среда обитания. 2020; (11): 14-21. DOI: 10.35627/2219-5238/2020-332-11-14-21
3. Шутова М.И., Озорнин М.А. Влияние постковидного синдрома на качество жизни студентов пермского государственного медицинского университета. Аллея науки. 2022; 1: 12(75): 66-68.
4. Аминова О. С. Факторы риска для здоровья, связанные с образом жизни молодежи. Российский вестник гигиены. 2023; 2: 15–21. DOI: 10.24075/rbh.2023.069

5. Басс А.Н., Шкляева Ю.В. Влияние сна на качество жизни и успеваемость студентов. *Modern Science*. 2019; 10-2: 317-320.
6. Галиуллина Д.Ф., Меньшикова Н.С. Оценка качества жизни студентов. Актуальные проблемы теоретической, экспериментальной, клинической медицины и фармации: материалы 52-й ежегодной Всероссийской конференции студентов и молодых ученых, посвященной 90-летию доктора медицинских наук, профессора, заслуженного деятеля науки РФ Павла Васильевича Дунаева. 2018: 260.
7. Королева А. А., Янушанец О. И., Петрова Н. А., Беззубенкова Е. Ф. Влияние степени адаптированности и образа жизни на качество жизни студентов медицинского университета. *Российский вестник гигиены*. 2021; 2: 29–34. DOI: 10.24075/rbh.2021.011
8. Петрова Н.А., Янушанец О.И., Мацкевич И.С. Влияние степени адаптированности и образа жизни на качество жизни первокурсников медико-профилактического факультета медицинского университета. *Здоровье населения и качество жизни: электронный сборник материалов VII Всероссийской с международным участием заочной научно-практической конференции*. 2020; 2: 35-45.
9. Юшковская О.Г., Плакида А.Л. Качество жизни и избыточная масса тела у студентов с учетом гендерных различий. *Вестник межнационального центра исследования качества жизни*. 2019; 33-34: 78-83.
10. Бронских Н. А., Шаренко Е. М., Попова О. С., Насыбулина Г. М. Гигиеническая характеристика факторов образа жизни учащихся колледжей. *Российский вестник гигиены*. 2022; 4: 19–25. DOI: 10.24075/rbh.2022.057
11. Ганузин В.М., Барабошин А.Т., Маскова Г.С., Шубина Е. В. Оценка качества жизни студентов и их приверженности здоровому образу жизни. *Социальные и гуманитарные науки: теория и практика*. 2020; 1(4): 382-388.
12. Черная Н.Л., Ганузин В.М., Барабошин А.Т., Маскова Г.С. Гендерные различия показателей качества жизни студентов первого курса медицинского университета. *Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья*. 2019; 4: 10-14.
13. Ахмадуллин У.З., Горбаткова Е.Ю., Ахмадуллина Х.М. Характеристика показателей физического развития студентов вузов г. Уфы. *Гигиена и санитария*. 2020; 99(2): 169-175. DOI: 10.47470/0016-9900-2020-99-2-169-175
14. Шестёра А.А., Сабирова К.М., Кику П.Ф., Каерова Е.В. Гигиенические аспекты здоровья студентов младших курсов медицинского университета. *Здоровье населения и среда обитания*. 2021; (3): 18-24. DOI: 10.35627/2219-5238/2021-336-3-18-24
15. International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). Available at: <http://www.ipaq.ki.se> Accessed 28.10.2024.
16. Кузьменок А.А. Оценка качества жизни студентов с аллергическим ринитом, эпидемиологических и клинических особенностей заболевания. *Смоленский медицинский альманах*. 2020; 1: 174-178.
17. Терехович Т.И., Ростовцев В.Н. Качество жизни и здоровье. *Здоровье населения и качество жизни: электронный сборник материалов VII Всероссийской с международным участием заочной научно-практической конференции*. 2020; 2: 170-177.
18. Глущенко В.В., Шемеровский К.А. Сравнительная характеристика уровня удовлетворённости самочувствием, настроением, физической активностью и качеством

- жизни студентов-первокурсников. Вестник Новгородского государственного университета. 2020; 1(117): 102-104.
19. Захарова Д.А., Новожеева О.С., Симкина А.И. Сравнительная характеристика качества жизни студентов педиатрического факультета СГМУ. Смоленский медицинский альманах. 2019; 1: 127-130.
 20. Каштанова Е.С., Скворцова К.В. Анализ качества жизни современного студента. В сборнике: Концепции современного образования: новации в системе научного знания. Сборник научных трудов. 2020; 135-139.
 21. Никулина И.В., Санько А.М. Исследование субъективных представлений современных студентов о качестве жизни. Ярославский педагогический вестник. 2021; 2(119): 80-86.
 22. Булычева Н.А. Оценка и анализ качества жизни студентов ИГМУ. Образование Луганщины: теория и практика. 2021; 3(22): 8-13.
 23. Горбаткова Е. Ю., Ахмадуллина Х. М., Ахмадуллин Ю. З., Зулъкарнаев Т. Р., Хуснутдинова З. А., Мануйлова Г. Р. Об оценке физического развития студентов вузов. Российский вестник гигиены. 2022; 3: 14–18. DOI: 10.24075/rbh.2022.052
 24. Калиновский Д.К., Хახелева Т.Н., Коктышев И.В., Куцяя М.В., Гусейханова К.Б. Показатели качества жизни студентов стоматологического факультета медицинского вуза по опроснику sf-36. Университетская клиника. 2021; 3(40): 88-92.
 25. Личутина С.А. Влияние физической нагрузки на качество жизни студентов на примере обучающихся северного (арктического) федерального университета. Вестник науки. 2023; Т. 2: 6(63): 1140-1144.
 26. Батурин А.Е., Адамиду А., Сорока А.В., Курицына А.Е. Влияние физической активности на качество жизни студентов // Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры: Межвузовский сборник научно-методических работ, 2021; 86-90.

References:

1. Kuzmin A.N. Quality of life of medical university students during the COVID-19 pandemic. Forcipe. 2022; Vol. 5: S3: 564. (In Russ).
2. Popov V.I., Milushkina O.Yu., Sudakov D.V., Sudakov O.V. Features of the lifestyle and health of students during distance learning. Zdorov'e naseleniya i sreda obitaniya. 2020; (11): 14-21. DOI: 10.35627/2219-5238/2020-332-11-14-21. (In Russ).
3. Shutova M.I., Ozornin M.A. The influence of postcovid syndrome on the quality of life of students of Perm State Medical University. Alleya nauki. 2022; 1: 12(75): 66-68. (In Russ).
4. Aminova O. S. Health risk factors associated with the lifestyle of young people. Rossiiskiy vestnik gigieny. 2023; 2: 15–21. DOI: 10.24075/rbh.2023.069. (In Russ).
5. Bass A.N., Shklyayeva Yu.V. The influence of sleep on the quality of life and academic performance of students. Sovremennaya nauka. 2019; 10-2: 317-320. (In Russ).
6. Galiullina D.F., Menshikova N.S. Assessment of the quality of life of students. Actual problems of theoretical, experimental, clinical medicine and pharmacy: materials of the 52nd annual All-Russian Conference of Students and Young Scientists dedicated to the 90th anniversary of the Doctor of

- Medical Sciences, Professor, Honored Scientist of the Russian Federation Pavel Vasilyevich Dunaev. 2018: 260. (In Russ).
7. Koroleva A. A., Yanushanets O. I., Petrova N. A., Bezzubenkova E. F. The influence of the degree of adaptability and lifestyle on the quality of life of medical university students. *Rossiiskiy vestnik gigieny*. 2021; 2: 29–34. DOI: 10.24075/rbh.2021.011 (In Russ).
 8. Petrova N.A., Yanushanets O.I., Matskevich I.S. The influence of the degree of adaptability and lifestyle on the quality of life of first-year students of the medical and preventive faculty of the Medical University. *Public health and quality of life: electronic collection of materials of the VII All-Russian Correspondence Scientific and Practical conference with international participation*. 2020; 2: 35-45. (In Russ).
 9. Yushkovskaya O.G., Plakida A.L. Quality of life and overweight in students taking into account gender differences. *Bulletin of the International Center for Quality of Life Research*. 2019; 33-34: 78-83. (In Russ).
 10. Bronskikh N. A., Sharenko E. M., Popova O. S., Nasybulina G. M. Hygienic characteristics of lifestyle factors of college students. *Rossiiskiy vestnik gigieny*. 2022; 4: 19–25. DOI: 10.24075/rbh.2022.057 (In Russ).
 11. Ganuzin V.M., Baraboshin A.T., Maskova G.S., Shubina E. V. Assessment of the quality of life of students and their commitment to a healthy lifestyle. *Social'nye i gumanitarnye nauki: teoriya i prktika*. 2020; 1(4): 382-388. (In Russ).
 12. Chernaya N.L., Ganuzin V.M., Baraboshin A.T., Maskova G.S. Gender differences in the quality of life of first-year medical university students. *Voprosy shkol'noy i universitetskoy mediciny i zdoroviya*. 2019; 4: 10-14. (In Russ).
 13. Akhmadullin U.Z., Gorbatkova E.Yu., Akhmadullina H.M. Characteristics of indicators of physical development of Ufa university students. *Gigiena i sanitariya*. 2020; 99(2): 169-175. Available by: <https://doi.org/10.47470/0016-9900-2020-99-2-169-175> The link is active on 09.10.2023. (In Russ).
 14. Shester A.A., Sabirova K.M., Kiku P.F., Kaerova E.V. Hygienic aspects of the health of junior medical university students. *Zdorov'e naseleniya i sreda obitaniya*. 2021; (3): 18-24. DOI: 10.35627/2219-5238/2021-336-3-18-24 (In Russ).
 15. International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). Available at: <http://www.ipaq.ki.se> Accessed 28.10.2024.
 16. Kuzmenok A.A. Assessment of the quality of life of students with allergic rhinitis, epidemiological and clinical features of the disease. *Smolenskiy Meditsinskiy Almanakh*. 2020; 1: 174-178. (In Russ).
 17. Terekhovich T.I., Rostovtsev V.N. Quality of life and health. *Public health and quality of life: electronic collection of materials of the VII All-Russian Correspondence Scientific and Practical conference with international participation*. 2020; 2: 170-177. (In Russ).
 18. Glushchenko V.V., Shemerovsky K.A. Comparative characteristics of the level of satisfaction with well-being, mood, physical activity and quality of life of first-year students. *Vestnik Novgorodskogo gosudarstvennogo universitete*. 2020; 1(117): 102-104. (In Russ).
 19. Zakharova D.A., Novozheeva O.S., Simkina A.I. Comparative characteristics of the quality of life of students of the pediatric faculty of SSMU. *Smolensk Medical Almanah*. 2019; 1: 127-130. (In Russ).

20. Kashtanova E.S., Skvortsova K.V. Analysis of the quality of life of a modern student. In the collection: Concepts of modern education: innovations in the system of scientific knowledge. Sbornik nauchnykh statei. 2020; 135-139. (In Russ).
21. Nikulina I.V., Sanko A.M. Research of subjective ideas of modern students about the quality of life. Yaroslavskiy Pedagogicheskiy Vestnik. 2021; 2(119): 80-86. (In Russ).
22. Bulycheva N.A. Assessment and analysis of the quality of life of IGMU students. Obrazovanie Luganshchiny: teorii i praktika. 2021; 3(22): 8-13..(In Russ).
23. Gorbatkova E. Yu., Akhmadullina H. M., Akhmadullin Y. Z., Zulkarnaev T. R., Khusnutdinova Z. A., Manuilova G. R. On the assessment of physical development of university students. Rossiiskiy vestnik gigeny. 2022; 3: 14–18. DOI: 10.24075/rbh.2022.052. (In Russ).
24. Kalinovsky D.K., Khakheleva T.N., Koktyshov I.V., Kutsaya M.V., Huseykhanova K.B. Indicators of the quality of life of students of the Faculty of Dentistry of a medical university according to the sf-36 questionnaire. Universitetskaya klinik. 2021; 3(40): 88-92. (In Russ).
25. Lichutina S.A. The impact of physical activity on the quality of life of students on the example of students of the Northern (Arctic) Federal University. Vestnik Nauki. 2023; Vol. 2: 6(63): 1140-1144.(In Russ).
26. Baturin A.E., Adamidu A., Soroka A.V., Kuritsyna A.E. The influence of physical activity on the quality of life of students // Theory and methodology of physical education, sports training, wellness and adaptive physical culture: Meshvuzovskiy sbornik nauchnykh i metodichskikh rabot, 2021; 86-90. (In Russ).

Поступила/Received: 03.12.2024
Принята в печать/Accepted: 25.02.2025