

Еремьян Юрий Валерьевич

бакалавр, студент

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный аграрный

университет им. И.Т. Трубилина»

г. Краснодар, Краснодарский край

**СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ГИБРИДНОМ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ВУЗА**

Аннотация: в статье рассматривается проблема низкой мотивации студентов к занятиям физической культурой в условиях гибридного обучения. Анализируются современные методы повышения интереса, основанные на интеграции цифровых технологий, геймификации и индивидуализации процесса. Особое внимание уделяется организации контроля и обратной связи в дистанционном формате как ключевому фактору вовлеченности. Автор предлагает практико-ориентированную модель мотивации, направленную на формирование устойчивых привычек здорового образа жизни.

Ключевые слова: мотивация, физическая культура, гибридное обучение, цифровые технологии, контроль, здоровый образ жизни, студенты.

Переход к гибридным форматам обучения, сочетающим очное взаимодействие и дистанционные технологии, стал одним из ключевых трендов современного высшего образования. Однако в дисциплине «Физическая культура» этот переход сопряжен с серьезным вызовом – риском снижения мотивации студентов к систематическим занятиям. Традиционные методы воздействия зачастую теряют эффективность в цифровой среде, где студент физически отдален от преподавателя и группы. В этой связи поиск и внедрение современных методов мотивации становится не просто методической задачей, а необходимым условием сохранения воспитательного и оздоровительного потенциала учебной дисци-

плины. Как отмечают исследователи, вовлеченность студентов значительно возрастает при использовании новых, нестандартных форм занятий, основанных на их интересах и цифровых компетенциях (Заставенко М. С. и др., 2022).

Парадоксально, но гибридная модель, часто воспринимаемая как ограничивающая, при грамотном подходе открывает уникальные возможности для повышения мотивации. Она позволяет сочетать сильные стороны обоих форматов: социальную динамику, эмоциональный заряд и прямой контроль со стороны преподавателя в очной части – с гибкостью, персонализацией и разнообразием цифровых инструментов в дистанционной.

Ключевым становится не просто перенос контента в онлайн-среду, а пере-проектирование учебного процесса вокруг студента. Это предполагает следующее.

1. Цифровую геймификацию: Внедрение элементов игры, таких как система баллов, уровней, достижений и рейтинговых таблиц, для выполнения рутинных заданий (например, ежедневной зарядки или контроля пульса).

2. Персонализированные треки: Разработка индивидуальных программ тренировок на основе входного тестирования и данных самоконтроля, которые студент выполняет дистанционно, но в рамках общего учебного плана.

3. Создание цифрового комьюнити: Использование платформ для совместных онлайн-занятий (йога, разминка), челленджей в социальных сетях вуза и обмена видеороликами для поддержания духа групповой сплоченности.

Одной из главных проблем дистанционной составляющей гибридной модели является организация объективного и стимулирующего контроля. Исследования показывают, что эффективность физкультурного образования в удаленном формате напрямую зависит от качества применяемых цифровых инструментов контроля (Кузнецова, Яткин, 2021).

Современный подход трансформирует контроль из карательного механизма в инструмент поддержки и обратной связи. Его методы могут включать:

-
- ведение цифрового дневника самоконтроля (в приложении или личном кабинете), где студент фиксирует самочувствие, выполненные упражнения и личные рекорды. Это воспитывает рефлексию и ответственность;
 - систему видеоотчетов, где студент демонстрирует технику выполнения упражнения. Важно, чтобы оценка сопровождалась детализированными комментариями преподавателя, а не просто констатацией факта;
 - использование данных с wearable-устройств (умные часы, фитнес-трекеры) для автоматического учета физической активности, что повышает объективность и превращает контроль в элемент технологичного взаимодействия.

Конечной целью физического воспитания является не просто выполнение нормативов, а формирование осознанной потребности в регулярной физической активности как части здорового образа жизни (ЗОЖ). Кузнецова и Овсиенко (2020) подчеркивают, что для этого требуются современные средства педагогического воздействия, выходящие за рамки стандартного курса.

Гибридная среда идеально подходит для реализации этой цели, позволяя:

- интегрировать теоретические модули о физиологии, питании и ментальном здоровье в онлайн-курс, сопровождая их интерактивными тестами и кейсами;
- организовывать дистанционные проектные работы, например, разработку личного недельного плана ЗОЖ с последующей защитой и обсуждением в группе;
- поддерживать долгосрочную вовлеченность через рассылку мотивационных материалов, напоминаний и приглашений на массовые спортивные события вуза, что стирает грань между учебной дисциплиной и личной жизнью студента.

Таким образом, современные методы мотивации студентов к занятиям физической культурой в гибридном пространстве вуза должны представлять собой целостную систему, а не набор разрозненных приемов. Ее фундамент составляют: гибкость и персонализация учебного процесса, технологичный и поддерживающий контроль, а также фокус на формировании долгосрочных ценностных установок, а не на сиюминутном результате.

Построение такой системы позволяет превратить гибридный формат из вынужденной меры в мощный образовательный ресурс. Он способен не только преодолеть кризис мотивации, но и повысить общую эффективность физического воспитания, готовя студентов не к сдаче одного зачета, а к осознанному управлению своим здоровьем на протяжении всей жизни. Дальнейшие исследования в этой области могут быть направлены на оценку эффективности конкретных цифровых платформ и методик в рамках гибридного обучения.

Список литературы

1. Кузнецова З.В. Применение личностно-ориентированного подхода в процессе формирования мотивации к занятиям физической культурой / З.В. Кузнецова, Л.П. Федосова, Г.В. Федотова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2024. – Т. 9. №2. – С. 46–53. – DOI 10.47475/2500-0365-2024-9-2-46-53. – EDN OOIOFP.
2. Мандраков А.Ю. Мотивация студентов к занятиям физической культурой / А.Ю. Мандраков, Г.В. Федотова, В.О. Цыганкова // Наука сегодня: глобальные вызовы, пути развития: материалы XIV Всероссийской научно-практической конференции (Рязань, 22 июня 2023 года). – Рязань: Концепция, 2023. – С. 166–168. – EDN ВЕНККQ.
3. Заставенко М.С. Некоторые способы повышения интереса студентов высших учебных заведений к занятиям физической культурой / М.С. Заставенко, Г.В. Федотова, Л.П. Федосова // Грань науки 2022: материалы Всероссийской научно-практической конференции (Ростов-на-Дону, Мадрид, 27 декабря 2022 года). – Ростов н/Д.: Мадрид: ЭльДирект; Сфера, 2022. – С. 127–132. – EDN НТFCBM.