Монастырев Айсен Альбертович
студент
Научный руководитель
Сентизова Мария Ивановна
канд. пед. наук, доцент
Институт физической культуры и спорта
ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный
университет им. М.К. Аммосова»
г. Якутск, Республика Саха (Якутия)

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ: СИСТЕМНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И НАПРАВЛЕНИЯ МОДЕРНИЗАЦИИ

Аннотация: *в статье рассматриваются ключевые противоречия, сложившиеся в системе физического воспитания студентов в условиях цифровой трансформации высшего образования. На основе анализа научных публикаций 2025–2026 годов выделены три группы проблем: мотивационно-ценностные, организационно-методические и инфраструктурно-технологические. Показано, что традиционная модель физической подготовки не отвечает индивидуальным запросам студенческой молодёжи и не учитывает изменившийся характер двигательной активности в цифровой среде. Предложены направления модернизации, связанные с персонализацией учебно-тренировочного процесса, внедрением фиджитал-форматов и цифровых инструментов мониторинга, а также с обновлением содержания дисциплины на основе компетентностного подхода.*

Ключевые слова: *физическое воспитание, студенты вузов, модернизация, мотивация, цифровизация, фиджитал-спорт, персонализация.*

Введение.

Физическое воспитание в вузе долгое время рассматривалось как обязательный, но периферийный компонент образовательной программы. Однако в последние годы ситуация меняется: ухудшение показателей здоровья студенческой молодёжи, рост гиподинамии и распространение малоподвижного образа жизни

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

делают физическую культуру не второстепенной, а стратегически значимой дисциплиной. По данным обследований, лишь около 78% студентов выполняют нормативы физической подготовленности, при этом доля лиц с избыточной массой тела растёт, а показатели кардиореспираторной выносливости продолжают снижаться.

Одновременно меняется и сам студент: его ожидания от образовательного процесса формируются цифровой средой, а традиционные форматы занятий воспринимаются как недостаточно привлекательные. Возникает разрыв между нормативным содержанием дисциплины и реальными потребностями обучающихся. Цель настоящей статьи – систематизировать современные проблемы физического воспитания студентов и обозначить направления модернизации, способные этот разрыв преодолеть.

Проблемы мотивационного и ценностного характера.

Первая группа проблем связана с отношением студентов к физической культуре. Исследования показывают, что основной мотивацией посещения занятий остаётся получение зачёта, а не укрепление здоровья или развитие физических качеств. С переходом из школы в вуз интерес к систематическим занятиям снижается, а двигательная активность падает. Социологические опросы фиксируют недостаточный уровень мотивации и ценностного отношения студентов к физической культуре и здоровому образу жизни.

Причины этого не сводятся к «лености» или низкой сознательности. Они носят системный характер: ограниченный бюджет свободного времени, трудности адаптации на младших курсах, а также отсутствие у студентов опыта самостоятельной организации двигательной активности. Кроме того, физкультурно-спортивные мероприятия, проводимые в вузах, нередко не вызывают интереса у учащихся, поскольку не учитывают их реальные предпочтения – активный отдых, прогулки, игры, секционные занятия – и слабо связаны с повседневными практиками молодёжи.

Организационно-методические противоречия.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Вторая группа проблем касается содержания и организации учебного процесса. Учебно-программная документация и методики нередко устаревают и не успевают за изменениями в состоянии здоровья и образе жизни студентов. Стандартизированная система физического воспитания ориентирована на некоего «среднего» студента и не отвечает индивидуальным запросам обучающихся, а ресурсов для персонального сопровождения недостаточно.

Отдельно стоит проблема научной разработанности самой модернизации: исследований, которые предлагали бы целостные модели обновления физического воспитания, пока немного, что усиливает разрыв между декларируемыми целями и реальной практикой. Компетентностная парадигма, заявленная в стандартах высшего образования, требует кардинального пересмотра содержания и методики физического воспитания, однако на практике это часто сводится к формальной корректировке рабочих программ.

Инфраструктурные и технологические ограничения.

Третья группа проблем связана с материально-технической базой и цифровой средой. Спортивные комплексы многих вузов не соответствуют современным требованиям, а обновление инфраструктуры идёт медленно. При этом цифровизация образования уже привела к серьёзным изменениям в образе жизни студентов, и физическое воспитание не может оставаться в стороне от этого процесса.

Внедрение цифровых решений в физкультурно-оздоровительную деятельность сталкивается с необходимостью комплексного подхода, методической поддержки преподавателей и интеграции цифровых форм в образовательную среду. Сама по себе цифровизация не решает проблему: она требует переосмысления целей и содержания дисциплины, а не просто переноса традиционных занятий в онлайн-формат.

Направления модернизации.

Персонализация учебно-тренировочного процесса. Переход от унифицированных нормативов к индивидуальным траекториям физической подготовки

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

предполагает диагностику функционального состояния, учёт предпочтений студента и поэтапное сопровождение. Это позволяет сохранить обязательность дисциплины, не подавляя внутреннюю мотивацию.

Интеграция фиджитал-форматов. Фиджитал-спорт, соединяющий физическую активность с цифровыми технологиями (VR, AR, дроны, роботы), рассматривается как ответ на трансформацию мотивационных установок молодёжи. Он не заменяет традиционные занятия, но создаёт дополнительный вход в физическую культуру для тех студентов, которым классические форматы кажутся непривлекательными.

Цифровой мониторинг и обратная связь. Использование мобильных приложений, носимых устройств и платформ для отслеживания активности, пульса и моторной плотности занятий позволяет не только фиксировать параметры, но и формировать индивидуальные программы. Искусственный интеллект и машинное обучение открывают возможности для адаптивной коррекции тренировочных планов на основе многомерных данных о состоянии студента.

Обновление содержания на компетентностной основе. Физическое воспитание должно формировать не только двигательные навыки, но и личностные компетенции – готовность к самостоятельной организации здорового образа жизни, навыки самоконтроля, устойчивую потребность в двигательной активности.

Заключение.

Современные проблемы физического воспитания студентов носят комплексный характер: они охватывают мотивацию, содержание, методику и инфраструктуру. Точечные меры – отдельные новые форматы или разовые мероприятия – не способны изменить ситуацию. Модернизация должна быть системной: персонализация процесса, цифровая поддержка и обновление содержания на компетентностной основе должны дополнять друг друга. При этом важно сохранить обязательность физической подготовки как условия формирования здоровья, не подменяя её развлекательными форматами. Дальнейшие исследования целесообразно направить на оценку эффективности конкретных моделей фиджитал-интеграции и цифрового мониторинга в реальной практике вузов.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Список литературы

1. Минигалеева, А. З. Ключевые направления модернизации образовательного процесса по физической культуре в вузе / А. З. Минигалеева, И. Ш. Галеев, А. А. Захаров // Культура физическая и здоровье. – 2026. – № 1. – С. 117–121.

2. Проблемы и перспективы внедрения цифровых и инновационных форм физического воспитания в вузе. – URL: https://zenodo.org/records/15828545 (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

3. Ходкевич, В. А. Фиджитал-спорт в техническом университете: инновационный подход к формированию профессиональных компетенций будущих инженеров связи / В. А. Ходкевич, С. К. Малиновский, Д. В. Ходкевич // Физическое воспитание и студенческий спорт. – 2025. – Т. 4. – С. 353–359.

4. Решонова, М. Ю. Мотивация студентов вуза к занятиям физической культурой и спортом: анализ и факторы влияния / М. Ю. Решонова, М. А. Решонов // Обзор педагогических исследований. – 2026. – Т. 8, № 2. – С. 252–257.

5. Физическая культура в структуре образа жизни студентов: результаты социологического исследования. – 2025. – URL: https://www.riorpub.ru/ru/nauka/publications/article/6a9c15cd32807fdbab86de87/ (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

6. Artificial Intelligence-driven Optimization System of Physical Functions for College Students // IEEE. – 2025. – URL: https://ieeexplore.ieee.org/document/11255900 (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)