

Магин Владимир Алексеевич

Унгер Дмитрий Петрович

ПРИМЕНЕНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

***Аннотация:** исследуются возможности, существующие сегодня для эффективного применения цифровых технологий (ЦТ) в целях формирования у студентов современных вузов начальных навыков ведения здорового образа жизни (ЗОЖ) на занятиях по физической культуре (ФК). В начале главы её авторы, базируясь на результатах анализа ряда наименований научной и методической литературы, дают определение терминам «здоровье» и ЗОЖ. Далее демонстрируется потенциал, присущий в современных условиях учебным занятиям по ФК в плане развития соответствующих компетенций у представителей учащейся молодёжи. Определяются задачи, решение которых в ходе занятий по данному предмету представляется необходимым для формирования основ ЗОЖ. Определяется роль ЦТ в их решении. Называются организационно-педагогические условия реализации такой роли. После этого авторы приводят характеристику ряда категорий ЦТ, функциональные возможности которых, на их взгляд, будут способствовать воплощению этих условий в образовательной практике современного вуза.*

***Ключевые слова:** физическое воспитание, физическое воспитание студентов вуза, здоровый образ жизни, навыки ведения здорового образа жизни, цифровые технологии в образовании.*

***Abstract:** the possibilities that exist today for the effective use of digital technologies in order to form students of modern universities with the initial skills of leading a healthy lifestyle in physical education classes are being explored. At the beginning of the chapter, the authors, based on the results of an analysis of a number of scientific and methodological literature titles, define the terms «health» and healthy life-*

style. Further, the potential inherent in modern physical education training sessions in terms of developing relevant competencies among young students is demonstrated. The tasks are determined, the solution of which in the course of classes in this subject seems necessary for the formation of the basics of healthy lifestyle. The role of digital technologies in their solution is determined. The organizational and pedagogical conditions for the implementation of such a role are called. After that, the authors describe a number of digital technologies categories, the functionality of which, in their opinion, will contribute to the implementation of these conditions in the educational practice of a modern university.

Keywords: *physical education, physical education of university students, healthy lifestyle, healthy lifestyle skills, digital technologies in education.*

Сегодня выпускники организаций, реализующих на территории Российской Федерации деятельность в соответствии с программами высшего образования (далее – ВО), конечно, должны обладать развитыми на достаточном уровне профессиональными компетенциями. Но с другой стороны, принимая во внимание наблюдаемую в последние десятилетия эскалацию темпов научно-технического прогресса, при которой формируемые в период освоения вузовских программ знания, умения и навыки могут утратить свою актуальность к моменту выпуска, многие авторы (Р.Р. Байгутлин, П.Ю. Романов, Е.А. Москвина [2], М.И. Болотова, М.А. Ермакова, С.С. Коровин [4], А.К. Касимов, Г.Н. Абдулгалимова, Р.М. Абдулгалимов [8], В.М. Круцкий, Л.И. Столярчук, Е.В. Мещерякова [10], А.И. Кузнецов [11]) говорят о возрастании значения компетенций личностных. В свою очередь, указывают М.И. Болотова с соавторами [4], в ряду таких качеств выпускника современного вуза важное место занимает здоровьесберегающая позиция.

Говоря об особенностях развития системы ВО на современном этапе, мы не можем отрицать и факта расширения использования цифровых технологий (далее – ЦТ) в образовательном процессе. О.А. Озерова [13] при этом отмечает: дидактические свойства современных ЦТ позволяют в максимальной степени

раскрывать возможности, существующие сегодня для реализации вузовских программ. При этом работа, направленная на формирование основ здорового образа жизни, может стать более гибкой и следовательно адаптивной к непредсказуемой динамике экономического, социального, научно-технического и культурного развития, свойственной современному обществу.

Однако прежде, чем изучать пути использования соответствующих аппаратных и программных средств в деятельности, направленной на формирование у студентов основ здорового образа жизни, следует определиться с содержательным наполнением ключевых для данной главы понятий. В качестве такого рода категорий мы определили «здоровье» и «Здоровый образ жизни» (далее – ЗОЖ).

Современные авторы (П.А. Малеев, В.А. Вожаков, В.А. Патраков, Е.Р. Колосова [7], А.К. Касимов, Г.Н. Абдулгалимова, Р.М. Абдулгалимов [8], В.М. Круцкий, Л.И. Столярчук, Е.В. Мещерякова [10], А.И. Кузнецов [11]) отмечают сложность и многогранность понятия «здоровье». Анализ их трудов позволил нам с определённой долей уверенности говорить о том, что соответствующая категория может рассматриваться в пяти качествах. Они показаны на рисунке 1.

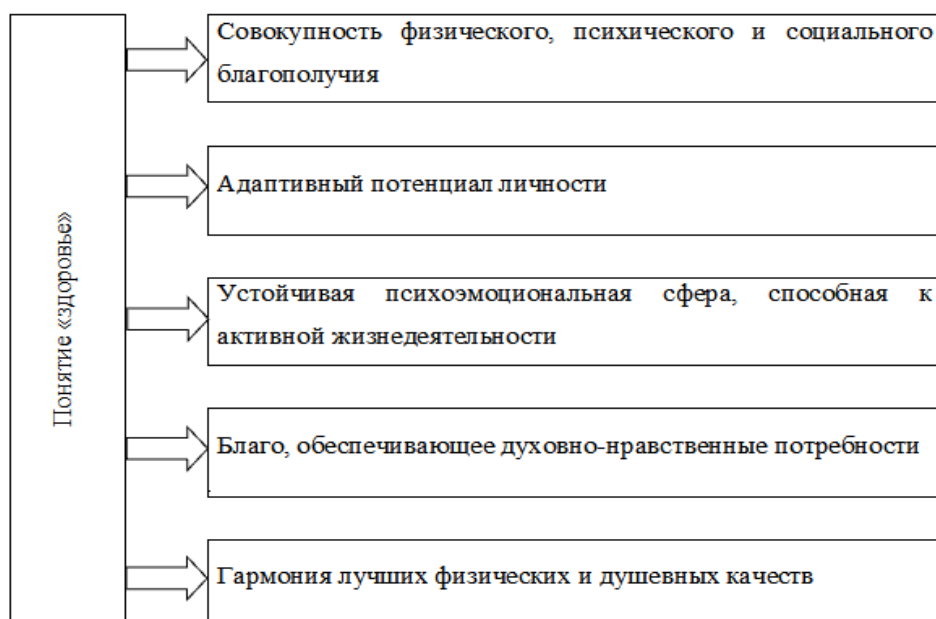


Рис. 1. Распространённые в современной науке интерпретации
понятия «здоровье»

Теперь, когда мы привели сущностную характеристику феномена здоровья, следует рассказать о его структуре. Н.А. Кожурина [9] на страницах своей статьи упоминает три его основных компонента (табл. 1).

Таблица 1

Структура здоровья

Компоненты	Содержание компонентов
Соматическое (телесное) здоровье	Функциональное состояние организма и его систем
	Уровень физической подготовленности
	Сопrotивляемость организма
Духовное здоровье	Морально-психологический настрой личности
	Её социальная активность
	Способность к самопознанию
Психическое здоровье	Устойчивость психической сферы
	Психическое развитие
	Функциональное состояние психики индивида

Как видим, междисциплинарная категория «здоровье» имеет отношение практически ко всем сферам жизни современного человека. Следовательно, справедливой является разделяемая, например, С.С. Ситнчуком [14] позиция, согласно которой обучение студентов современных вузов основам здорового образа жизни, реализуемое в том числе при широком использовании ЦТ, с большой вероятностью позволит обеспечить условия для их эффективного и безопасного развития. Сказанное относится к совершению как личностных, так и профессиональных качеств [14]. Развитие установки на ведение такого образа жизни, кроме того, расширит возможности для профилактики производственного травматизма среди выпускников вузов, развития у них нарушений осанки и зрения.

Теперь следует раскрыть суть понятия ЗОЖ. Данную категорию мы будем трактовать следующим образом: образ жизни, основу для ведения которого составляют моральные принципы формирующейся личности [1]. Такое определе-

ние позволяет нам выделить наиболее характерные черты данного феномена [1]. Они показаны на рисунке 2.



Рис. 2. Наиболее характерные черты ЗОЖ

А.И. Кузнецов [11] при этом указывает: главным препятствием к приданию образу жизни большинства представителей современной учащейся молодёжи показанных на Рисунке 2 черт является явно недостаточная в сравнении с представителями предыдущих поколений студентов двигательная активность. Соответствующие положения подтверждаются данными, полученными в ходе проведения авторами главы эмпирического исследования.

Указанное выше исследование представляло собой опрос, в котором приняли участие 350 молодых людей и девушек, осваивающих программы вузов Северо-Кавказского федерального округа (далее – СКФО). Судя по его результатам, учебные занятия по физической культуре (ФК), – дисциплине, обязательной для изучения в ходе освоения всех направлений подготовки [6], представляют собой один из немногих источников двигательной активности у 50% обучающихся. Для данного сегмента, включающего половину всей студенческой молодёжи СКФО, занятия ФК в рамках реализации учебного плана составляют от 70 до 85% физической активности.

Это позволяет говорить, во-первых, о явном дефиците физических нагрузок у современных студентов, ведущем к ухудшению показанных в Таблице 1 компонентов их здоровья, а во-вторых – о необходимости трансформации си-

стемы физического воспитания. Основой для такой трансформации, в свою очередь, должны служить рассмотренные выше современные концепции (Н.Р. Абдулмуталимова [1], М.И. Болотова, М.А. Ермакова, С.С. Коровин [4], Ю.В. Задорожнева, И.Ю. Головинова [6], Н.А. Кожурина [9], О.А. Озерова [13]) здоровья и ЗОЖ.

П.А. Малеев и его соавторы [7] говорят о том, что приобщение студентов современного вуза к ведению ЗОЖ через стимуляцию их физической активности на занятиях по ФК представляется возможным в случае, если такие занятия будут направлены на решение двух задач. К задачам этим авторы относят следующие: расширение реализации индивидуального подхода к выбору средств и форм реализации физической активности представителей студенческой молодёжи; формирование у студентов культуры ЗОЖ [7].

Соответствующая позиция может быть подтверждена, если мы вновь обратимся к результатам проведённого социологического опроса. Конкретно в данной связи нас будет интересовать та часть данных, что касается наиболее распространённых среди студентов действующих в СКФО вузов конкретных видов физической активности.

Действительно, лишь 25,1% опрошенных представителей студенческой молодёжи округа указали занятия в спортивных секциях как один из ведущих для них вида физической активности, организуемых под руководством тренера, преподавателя или иных специалистов, группах по видам спорта и спортивных сборных студенческих команд. 15,1% будущих высококвалифицированных специалистов профессионально занимаются определенным видом спорта и регулярно выступают на любительских, студенческих и региональных соревнованиях за команды своих вузов.

35–45% от общего объёма выполняемой физической нагрузки студентов при этом физическая, реализуемая в режиме учебного дня. Опрошенными в числе наиболее распространённых её форм были названы:

- вводная гимнастика;
- пешие прогулки;

- физкультпаузы и физкультминутки;
- иные формы двигательной активности, необходимые для полноценного осуществления обыденной жизнедеятельности.

Важно при этом, что почти 15% от общего числа опрошенных студентов вузов СКФО отдали предпочтение самостоятельным занятиям, связанным с решением задач тренировочного рекреационного, либо оздоровительно-реабилитационного характера. В свою очередь, из таких форм физической активности наиболее популярными оказались занятия в плавательных бассейнах, тренажерных залах, а равно и на иных площадках, предусматривающих возможность самостоятельных занятий физической культурой и спортом.

Только 6% от общего числа студентов, принявших участие в нашем исследовании, связали свою физическую активность с регулярным участием в официальных мероприятиях, таких, как например, судейство, спортивное волонтерство или в массовые забеги.

И несмотря на в целом недостаточно высокий уровень физической активности, свыше 50% опрошенных студентов оценили собственный уровень физической подготовленности как «удовлетворительный» и выше. Они также отметили, что ведут образ жизни, который можно идентифицировать как здоровый. Причём большинство из ответивших таким образом студентов не характеризуются наличием каких-либо медицинских противопоказаний к занятиям ФК. Вышеизложенное говорит о необходимости формирования культуры ЗОЖ у большинства современных обучающихся, в т. ч. путём расширения реализации индивидуального подхода. Другими словами, упомянутая выше точка зрения о том, что сегодня преподавание ФК в вузе должно быть сосредоточено на решении двух задач [7], подтверждается эмпирическими данными.

В свою очередь, процесс решения таких задач может быть интенсифицирован в случае обращения к дидактическим возможностям современных ЦТ. Сегодня педагоги (М.А. Баукова [3], Ю.В. Задорожнева, И.Ю. Головинова [6], Т.В. Лепилина, А.Ю. Осипов, А.И. Кравчук [12], О.А. Озерова [13]) относят к применимым по ходу образовательной деятельности такие ЦТ, функционал ко-

торых позволяет вывести на новый уровень процесс реализации классических принципов дидактики.

М.А. Баукова [3] при этом отмечает, что расширение использования ЦТ, как и любые другие более или менее значимые изменения в педагогической деятельности, может быть связано с возрастанием определённых рисков. К таковым она справедливо относит фрагментацию восприятия студентами необходимого материала на занятиях по ФК, снижение концентрации их внимания, формализацию учебной деятельности и дальнейшее снижение двигательной активности представителей студенческой молодёжи [3].

Возрастанию вероятности соответствующих негативных проявлений способствует и тенденция в современной педагогической практике, при которой ЦТ нередко применяются как инструмент, обеспечивающий лишь простой перенос в электронный формат традиционных форм работы. При этом, как правило, не в полной мере учитывается дидактический потенциал ЦТ и, следовательно, психолого-педагогические особенности организации учебной деятельности при их широком использовании. Отсюда вытекает противоречие между отмечаемой, например, А.И. Кузнецовым [11] объективной потребностью в повышении двигательной активности представителей современной студенческой молодёжи с одной стороны, недостаточной методической разработанностью путей целенаправленного использования ЦТ на учебных занятиях по ФК – с другой.

На наш взгляд, минимизации влияния соответствующих негативных тенденций будет способствовать соблюдение двух организационно-педагогических условий при использовании таких технологий на занятиях по ФК. Первое условие – упоминаемое, например, Л.А. Гальчинской и Н.Г. Улеевой [5] повышение эффективности педагогического управления и контроля за ходом физического воспитания. На наш взгляд, в наибольшей степени это относится к студентам, осваивающим неспортивные направления подготовки.

Говоря же о втором организационно-педагогическом условии, следует, прежде всего, отметить упоминаемую рядом исследователей (Л.А. Гальчинская, Н.Г. Улеева [5], Т.В. Лепилина, А.Ю. Осипов, А.И. Кравчук [12], А.И. Юдаев

[15]) тенденцию, при которой к настоящему времени дидактические средства, относимые к категории ЦТ, уже успели прочно интегрироваться в образовательный процесс по ФК. Соответственно, таким условием должна стать активизация внимания учёных и практикующих педагогов системы высшего образования (далее – ВО) определённым проблемам. В их число входят:

- адекватный отбор материала, планируемого к изучению при широком использовании цифровых средств;
- предотвращение на технологическом уровне избыточности используемых данных;
- упрощение пользовательских интерфейсов;
- унификация используемых сервисов.

Реализации упомянутых выше условий будет способствовать расширение использования в физическом воспитании современных студентов ряда категорий ЦТ. Рассмотрим их.

Результаты проведённого анализа специальной литературы (Л.А. Гальчинская, Н.Г. Улеева [5], Ю.В. Задорожнева, И.Ю. Головинова [6], О.А. Озерова [13], А.И. Юдаев [15]), позволяют говорить о следующих ЦТ, использование которых во время занятий ФК представляется наиболее эффективным: электронные библиотеки, аппаратно-программные комплексы для исследования степени физической подготовленности, web-платформы, средства видеоконференций, социальные сети, облачные хранилища.

Говоря о ЦТ, относящимся к первой из названных категорий, отметим: библиотеки (первоначально содержавшие исключительно аналоговые носители информации) занимают одно из ведущих мест в процессе функционирования системы ВО с момента её появления. Обращаясь к ним, студенты и преподаватели оперативно знакомились с данными, наиболее актуальными на конкретный момент развития человеческого общества, а во время учебных занятий широко их применяли. С конца XX – первой четверти XXI в. благодаря процессам развития и распространения сетевых технологий начали широко использоваться библиотеки электронные. О.А. Озерова [13] говорит о том, что на сегодняшний

день большинство таких библиотек предоставляют в распоряжение пользователей мощный научно-поисковый аппарат. Работа же с таким аппаратом в значительной мере способствует развитию у обучаемых навыков поисковой, исследовательской работы, повышению их интереса к получению актуальных знаний по осваиваемым дисциплинам. В полной мере это относится к ФК, при освоении которой расширение использования рассматриваемой ЦТ будет способствовать реализации индивидуального подхода к обучению. Хорошим примером такой библиотеки является Elibrary.

Далее, современные авторы (Ю.В. Задорожнева, И.Ю. Головинова [6], А.И. Юдаев [15]) также отмечают: в ходе преподавания студентам современного вуза ФК необходим регулярный мониторинг физической подготовленности учащихся и основных показателей их здоровья. На текущем этапе развития отечественной и мировой системы ВО соответствующая деятельность может быть с успехом реализована при помощи специализированных аппаратно-программных комплексов (например, «Омега-М» или Complex). Функционал ЦТ, которые можно отнести к рассматриваемой категории, позволяет оперативно и точно проводить необходимые замеры, в т.ч. в дистанционном формате. Таким путём может быть существенно интенсифицирована реализация в физическом воспитании индивидуального подхода.

Web-платформы, обладают функциональными возможностями, которые позволяют накапливать данные, необходимые во время реализации учебной работы по ФК, а также методической, научно-исследовательской деятельности студентов и др. Важно, что взаимодействие между участниками педагогического процесса при работе с такими платформами происходит с использованием встроенных в них сервисов. О.А. Озерова [13] относит к ним следующие: сервисы обмена сообщениями, сервисы видеотрансляции.

В текущих условиях наиболее полезными для осваивающих программы по ФК студентов и их преподавателей в плане формирования навыков ЗОЖ являются такие web-платформы, как Teams, Blackboard и Moodle. При этом, обраща-

ют себя внимание разные возможности, присущие этим платформам в плане решения задач, упомянутых нами ранее (табл. 2).

Таблица 2

Возможности различных web-латформ при формировании
основ здорового образа жизни у студентов современного вуза
на учебных занятиях по ФК

Платформа	Возможности
Teams	Характеризуется наличием возможностей, позволяющих генерировать онлайн-тесты и учебные курсы по ФК, размещая к ним теоретические и практические материалы. Это позволяет, во-первых, более эффективно использовать индивидуальный подход, а во-вторых, эффективно формировать у студентов культуру ЗОЖ
Blackboard	Функционально близка к Teams. Главной отличительной чертой является возможность проверки текстов работ студентов на плагиат, позволяющая существенно повысить эффективность решения обеих задач за счёт стимулирования будущих высококвалифицированных профессионалов к самостоятельному творчеству
Moodle	Наряду с инструментами, которые предоставляют в распоряжение пользователям платформы Teams и Blackboard, даёт участникам педагогического процесса более широкие возможности для организации совместной работы. Если мы говорим о решении проблем организации физического воспитания, это означает, что на платформе Moodle могут не только помещаться видеоинструкции или, например, учебно-методические фильмы, но и функционировать средства обратной связи. К ним относятся цифровые инструменты организации онлайн-консультаций, специально созданные e-mail адреса для вопросов и отчётов, а также встроенный сервис сообщений. Таким образом, индивидуальный подход к выбору средств и форм реализации физической активности получает более широкую реализацию, чем при использовании двух первых платформ

Далее, в своей статье А.И. Юдаев [15] говорит об определённой полезности сервисов видеоконференций как инструментов организации учебных занятий по ФК. Примерами таких сервисов являются Zoom, Webinar и Google Meet. Эти ЦТ характеризуются наличием функционала, делающего их применимыми в плане решения решения и задачи реализации индивидуального подхода к выбору форм, средств обучения, и формирования у учащихся культуры ЗОЖ. Важно, что относимые к данным категориям цифровые инструменты не являются сервисами, интегрированными в архитектуру web-платформ. Соответственно, эффективная организация на их базе видеотрансляций (часто более удобная) подразумевает предварительное планирование мероприятий и рассыл-

ку студентам ссылок на них, каковая операция может быть реализована в том числе с использованием функционала web-платформ.

При этом результаты анализа педагогического опыта, отражённого на страницах доступных нам сочинений (Л.А. Гальчинская, Н.Г. Улеева [5], Ю.В. Задорожнева, И.Ю. Головинова [6], Т.В. Лепилина, А.Ю. Осипов, А.И. Кравчук [12], А.И. Юдаев [15]) демонстрируют, что ЦТ, которые можно отнести к категории сервисов видеоконференций, могут быть использованы в основном в двух областях (табл. 3).

Таблица 3

Области применения сервисов видеоконференций
при решении задач формирования ЗОЖ на занятиях по ФК в современном вузе

Область применения	Решаемые задачи
Снижение формального характера процесса предоставления отчётности	Расширение реализации индивидуального подхода к выбору средств и форм реализации физической активности представителей студенческой молодёжи
Анализ и обобщение хода работы учащихся над упражнениями и заданиями, а равно и её результатов	Расширение реализации индивидуального подхода к выбору средств и форм реализации физической активности представителей студенческой молодёжи
	Формирование у студентов культуры ЗОЖ

Разрядом цифровых средств обучения, функционал которых также позволяет наладить между участниками педагогического процесса по ФК эффективный и безопасный обмен необходимыми данными, являются социальные сети. При этом доступный для анализа опыт реализации занятий по ФК с использованием функционала социальных сетей (Т.В. Лепилина, А.Ю. Осипов, А.И. Кравчук [12], О.А. Озерова [13], А.И. Юдаев [15]) подтверждает факт удобства их использования, например, для трансляции учебных видео. Таким образом, возможности такого рода ЦТ позволяют интенсифицировать формирование культуры ЗОЖ современных студентов. С другой стороны, интегрированные в них средства обратной связи способствуют реализации индивидуального подхода. В качестве примера социальной сети можно привести интернет-ресурс ВКонтакте.

Решение обеих задач, связанных с интенсификацией формирования у студентов навыков ЗОЖ на занятиях по ФК, означает необходимость организации хранения представленных в различных цифровых форматах учебных и методических материалов. Размещение такого рода информации представляется удобным на базе упоминаемых, например, А.И. Юдаевым [15], облачных хранилищ. Наиболее эффективными ЦТ, относящимися к этой категории, являются Yandex.Disk и Google Drive [13].

Таким образом, в современных условиях занятия по академической дисциплине «Физическая культура» (ФК) являются главным средством формирования у студентов основ здорового образа жизни (ЗОЖ). Для того же, чтобы соответствующий процесс, реализуемый во время занятий по ФК, был более эффективен, он должен быть направлен на решение двух задач, рассмотренных в тексте главы. В свою очередь, решение этих задач предполагает соблюдение определённых организационно-педагогических условий. Их реализация представляется возможной при обращении к дидактическим возможностям таких цифровых технологий, как электронные библиотеки, аппаратно-программные комплексы, web-платформы, средства видеоконференций, социальные сети и облачные хранилища.

Список литературы

1. Абдулмуталимова, Н. Р. Здоровый образ жизни студента / Н. Р. Абдулмуталимова // Проблемы современной науки и образования. – 2022. – № 5 (174). – С. 47–48.
2. Байгутлин, Р. Р. Программа формирования общекультурных (универсальных) компетенций студентов вуза в процессе профессионального воспитания / Р. Р. Байгутлин, П. Ю. Романов, Е. А. Москвина // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 76–3. – С. 29–33.
3. Баукова, М. А. Педагогическая модель активизации познавательной активности иностранных студентов в цифровой образовательной среде: методологический и методический аспекты / М. А. Баукова // Мир науки, культуры, образования. – 2026. – № 1 (116). – С. 228–231.

4. Болотова, М. И. Продвижение ценностей физической культуры в цифровой образовательной среде вуза / М. И. Болотова, М. А. Ермакова, С. С. Коровин // Человек. Спорт. Медицина. – 2022. – Т. 22, № 1. – С. 82–88.

5. Гальчинская, Л. А. Современные информационные технологии в системе подготовки специалистов по физическому воспитанию / Л. А. Гальчинская, Н. Г. Улеева // StudNet. – 2022. – Т. 5, № 1. – С. 836–845.

6. Задорожнева, Ю. В. Использование цифровых технологий в системе физического воспитания студентов вузов / Ю. В. Задорожнева, И. Ю. Головинова // Наука-2020. – 2025. – № 4 (78). – С. 61–67.

7. Исследование культуры здоровья студентов вуза неспортивного профиля / П. А. Малеев, В. А. Вожаков, В. А. Патраков, Е. Р. Колосова // Актуальные проблемы авиации и космонавтики. – 2022. – Т. 3. – С. 1111–1113.

8. Касимов, А. К. Теоретические подходы формирования основ здорового образа жизни у студентов медицинских вузов средствами современных информационных технологий / А. К. Касимов, Г. Н. Абдулгалимова, Р. М. Абдулгалимов // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 77–1. – С. 162–165.

9. Кожурина, Н. А. Здоровье как природный и социальный феномен / Н. А. Кожурина // Вестник Мордовского университета. – 2015. – Т. 25, № 3. – С. 19–30.

10. Круцкий, В. М. Моделирование целостного процесса формирования ценностного отношения к здоровью будущих педагогов / В. М. Круцкий, Л. И. Столярчук, Е. В. Мещерякова // Мир науки, культуры, образования. – 2025. – № 4 (113). – С. 368–371.

11. Кузнецов, А. И. Моделирование концептуального подхода организации оздоровительной физической культуры в системе высшего образования / А. И. Кузнецов // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2025. – № 12 (250). – С. 49–56.

12. Лепилина, Т. В. Использование цифровых технологий в практике физического воспитания студентов / Т. В. Лепилина, А. Ю. Осипов, А. И. Кравчук //

Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2024. – Т. 9, № 1. – С. 7–13.

13. Озерова, О. А. Цифровые технологии в физическом воспитании студентов / О. А. Озерова // Северный регион: наука, образование, культура. – 2022. – № 1 (49). – С. 80–87.

14. Ситничук, С. С. Концепция развития профессиональной компетентности будущих учителей физической культуры в условиях образовательного пространства региона / С. С. Ситничук // Мир науки, культуры. Образования. – 2026. – № 3 (118). – С. 30–33.

15. Юдаев, А. И. Инновационный подход к организации учебных занятий по физическому воспитанию в высшей школе / А. И. Юдаев // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 86–1. – С. 425–428.

Магин Владимир Алексеевич – д-р пед. наук, профессор, заведующий кафедрой образовательных технологий физической культуры и спорта, ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь, Россия.

Унгер Дмитрий Петрович – аспирант, преподаватель кафедры физического воспитания, ФГБОУ ВО «Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова», Москва, Россия.
