УДК 378.17:796

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

М. Д. Князева, Д. А. Давиденко

Учреждение образования «Гомельский государственный технический университет имени П. О. Сухого», Республика Беларусь

Научный руководитель В. А. Ильков

Рассмотрены актуальные проблемы организации физического воспитания в техническом вузе в условиях цифровизации образования. На основе анализа результатов опроса студентов выявлены ключевые недостатки традиционной системы: монотонность занятий, жесткая нормативность и недостаточная материально-техническая база. Предложены перспективные направления модернизации, включающие индивидуализацию выбора видов спорта, внедрение IT-технологий для мониторинга физической активности, совершенствование инфраструктуры и трансформацию учебного процесса в направлении спортивно ориентированного подхода. Обоснована необходимость перехода от формального выполнения нормативов к формированию устойчивой мотивации и ценностного отношения к здоровью у студентов технических специальностей.

Ключевые слова: физическая культура, технический вуз, мотивация, цифровизация, профессионально-прикладная подготовка.

PROBLEMS AND PROSPECTS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS DEVELOPMENT IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

M. D. Knyazeva, D. A. Davidenko

Sukhoi State Technical University of Gomel, the Republic of Belarus

Scientific supervisor V. A. Ilkov

The article examines current problems of physical education organization in a technical university under the conditions of education digitalization. Based on the analysis of student survey results, key shortcomings of the traditional system are identified: monotony of classes, strict regulatory requirements and insufficient material and technical facilities. Promising areas of modernization are proposed, including individualization of sports choice, implementation of IT technologies for physical activity monitoring, infrastructure improvement and transformation of the educational process towards a sports-oriented approach. The necessity of transition from formal fulfillment of standards to the formation of sustainable motivation and value-based attitude to health among engineering students is substantiated.

Keywords: physical culture, technical university, motivation, digitalization, professionally applied training.

В эпоху тотальной цифровизации и экстремальных когнитивных нагрузок физическая культура перерастает рамки обычной учебной дисциплины, становясь фундаментальным ресурсом сбережения здоровья будущих инженеров [4, с. 12]. Профессионализм выпускника технического вуза, в частности Гомельского государственного технического университета имени П. О. Сухого, сегодня неразрывно связан с высокой интеллектуальной концентрацией, многочасовой работой в цифровой среде и длительным пребыванием в статичных позах. Такая специфика неизбежно аккумулирует

серьезные риски: от хронической гиподинамии и нарушений опорно-двигательного аппарата до психоэмоционального истощения, снижения когнитивных способностей и повышенной нагрузки на зрительный аппарат. В этих условиях физическая культура призвана выполнять не только оздоровительную, но и компенсаторно-профилактическую функцию, выступая действенным механизмом противодействия профессионально обусловленным заболеваниям [1, с. 78].

Поскольку традиционные форматы физического воспитания в учреждениях высшего образования Республики Беларусь сегодня все чаще обнаруживают недостаточную привлекательность у молодежи, возникает острая необходимость в концептуальном переосмыслении учебного процесса [2]. Актуальность темы заключается в поиске и обосновании таких инновационных подходов, которые смогли бы гармонизировать физическое состояние будущего инженера с требованиями высокотехнологичной среды, превратив занятия спортом из формальной обязанности в эффективный инструмент профилактики профессиональных заболеваний и повышения личной продуктивности студента. Целью данной работы является анализ существующих проблем в организации физического воспитания в техническом вузе и разработка предложений по модернизации учебного процесса на основе учета современных образовательных трендов и запросов студенческой молодежи.

Технический вуз диктует свои требования к методике преподавания физической культуры. Учебный процесс здесь имеет ряд особенностей, среди которых ключевое место занимает связь с профессионально-прикладной физической подготовкой [5, с. 195]. Это предполагает разработку и внедрение специальных комплексов упражнений, направленных на развитие мелкой моторики, устойчивости внимания, координации движений и выносливости к статическим нагрузкам, характерным для работы проектировщика, программиста или оператора сложных систем. Важным аспектом является и гендерная специфика: в ГГТУ им. П. О. Сухого традиционно преобладают мужские специальности, что требует акцента на силовую подготовку, развитие координации и командные виды спорта. В то же время работа с женским контингентом, обучающимся на инженерно-экономических и гуманитарных специальностях, требует иного вектора развития, где приоритетными становятся направления, направленные на гибкость, коррекцию осанки, формирование мышечного корсета и снятие психоэмоционального напряжения [2, с. 100]. Кроме того, система физического воспитания должна обладать высокой адаптивностью, предусматривая деление студентов на основную, подготовительную и специальную медицинские группы с учетом ежегодного мониторинга состояния здоровья.

Для решения поставленных задач в работе был использован комплекс взаимодополняющих методов. Теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы позволили выявить современные мировые тренды и отечественный опыт организации физического воспитания в технических вузах [1, 4]. Анкетный опрос, проведенный среди студенческой молодежи ГГТУ им. П. О. Сухого, был направлен на выявление реального отношения студентов к текущему формату занятий и определение их мотивационных приоритетов. Метод моделирования позволил на основе полученных данных разработать теоретическую модель инновационной системы физического воспитания, учитывающую как требования образовательных стандартов, так и персональные интересы обучающихся.

Основной частью практического исследования стал анкетный опрос, проведенный среди студентов различных факультетов университета. Этот метод позволил выйти за рамки сухой теории и услышать реальное мнение тех, для кого эти занятия непосредственно проводятся. Опрос был сфокусирован на выявлении «болевых

точек»: почему современный студент, понимая пользу спорта, часто старается избегать академических занятий или относится к ним формально. Результаты исследования обнажили серьезный разрыв между тем, что предлагает стандартная учебная программа, и тем, что действительно мотивирует молодежь в 2026 г.

Критический анализ полученных данных позволяет выделить несколько ключевых проблем. Более 65 % опрошенных отметили, что жесткая ориентация только на сдачу нормативов – бег на различные дистанции, подтягивания, прыжки в длину – подавляет желание заниматься спортом для удовольствия и личностного развития. Студенты воспринимают такой подход как формальную отчетность, а не как возможность улучшить свое физическое состояние. Второй значимой проблемой является монотонность занятий: респонденты указывают на отсутствие разнообразия, отмечая, что из года в год программа практически не меняется, что приводит к потере интереса и снижению посещаемости [2, с. 102]. Третья группа замечаний касается материально-технической базы. Несмотря на наличие в ГГТУ им. П. О. Сухого развитой спортивной инфраструктуры, студенты отмечают необходимость обновления тренажерного парка, модернизации систем вентиляции в спортивных залах и улучшения качества инвентаря. Эти факторы в совокупности формируют устойчивое негативное отношение к дисциплине, которая по своей природе призвана приносить пользу и удовольствие.

Анализ современного состояния учебного процесса позволяет сформулировать перспективные направления модернизации, которые были предложены как преподавательским составом, так и самими студентами. Экспертный взгляд кафедры «Физическое воспитание и спорт» ГГТУ им. П. О. Сухого склоняется к необходимости отхода от классической формы «урока» в пользу экосистемного подхода. В качестве ключевых направлений трансформации рассматривается переход от общих академических групп к системе спортивных специализаций, где студент в начале семестра самостоятельно выбирает приоритетное направление – настольный теннис, баскетбол, волейбол, аэробику, фитнес или силовой тренинг – и посещает его как полноценную тренировку на протяжении всего семестра. Такой подход повышает профессионализацию занятий, формирует устойчивую мотивацию и создает элемент соревновательности [1, с. 210].

Важным направлением модернизации выступает внедрение информационных технологий. Предлагается использовать мобильные приложения для фиксации физической активности студентов, предусмотрев возможность учета пройденных шагов, самостоятельных тренировок вне стен университета или участия в спортивных мероприятиях как части зачетных требований. Это не только повышает прозрачность и объективность оценки, но и интегрирует физическую культуру в повседневную цифровую среду обитания современного студента. Третьим направлением является усиление событийной составляющей: замена части академических занятий на участие в университетских спортивных квестах, спартакиадах, турнирах по киберспорту с элементами физической активности, что позволяет реализовать потребность молодежи в социализации, признании и командном взаимодействии.

Особый интерес представляют инициативы «снизу», выявленные в ходе опроса студентов. Более 85 % респондентов поддержали идею автоматизации аттестации, при которой активность в тренажерном зале вне учебных часов, подтвержденная через мобильное приложение или фитнес-трекеры, засчитывалась бы как посещение пары. Студенты также отметили, что участие в спортивных мероприятиях станет значительно престижнее, если университет разработает стильную брендированную форму для участников команд, что сформирует чувство принадлежности к сообще-

ству ГГТУ им. П. О. Сухого и повысит внутреннюю мотивацию. Многие респонденты высказались за создание удобных коммуникационных каналов – чатов для поиска партнеров по игровым видам спорта, информационных каналов о предстоящих мероприятиях, что позволит сделать спортивную жизнь университета более открытой и доступной.

Подводя итог, можно сделать главный вывод: современные студенты не против физической культуры как таковой. Напротив, обучаясь на сложных инженерных специальностях в ГГТУ им. П. О. Сухого, они прекрасно понимают, что регулярная двигательная активность является единственным эффективным способом сохранить здоровье опорно-двигательного аппарата и снизить нервно-психическое напряжение в условиях постоянного сидения за компьютером [4, с. 98]. Проблема заключается не в лени или нежелании студентов заниматься, а в устаревшем формате проведения занятий, который не учитывает ни их индивидуальных предпочтений, ни современных технологических возможностей, ни реальных потребностей будущей профессиональной деятельности.

Исследование показало, что молодежь готова с удовольствием посещать пары, если внести в них ряд изменений. Во-первых, предоставить право выбора: студенты хотят не просто бегать круги по стадиону, а выбирать то, что им действительно близко – тренажерный зал, волейбол, растяжку или фитнес. Во-вторых, добавить современные технологии: использование фитнес-трекеров и мобильных приложений делает процесс понятным, измеримым и визуализированным, а студенту гораздо интереснее видеть свой прогресс в цифрах на экране телефона, чем выполнять абстрактные нормативы. В-третьих, создать комфортную атмосферу: иногда достаточно включить энергичную музыку в зале, организовать удобные и чистые раздевалки, наладить систему вентиляции или создать удобный чат для поиска партнеров по игре в футбол, чтобы отношение к предмету резко изменилось в лучшую сторону. И наконец, показать реальную прикладную пользу: когда упражнения подобраны таким образом, что помогают меньше уставать за чертежами или кодом, быстрее восстанавливать концентрацию внимания и поддерживать работоспособность в течение длительного учебного дня, физическая культура перестает быть «лишней парой» и становится осознанно востребованным инструментом для будущей профессиональной деятельности [5, с. 196].

Таким образом, студенты ждут перемен и готовы идти навстречу. Если превратить физическую культуру в современный сервис по прокачке своего здоровья, основанный на принципах выбора, технологичности, комфорта и прикладной значимости, проблема пропусков, низкой мотивации и формального отношения к занятиям исчезнет сама собой. Реализация предложенных направлений модернизации позволит не только повысить качество физического воспитания в техническом вузе, но и сформировать у будущих инженеров устойчивую потребность в здоровом образе жизни как неотъемлемой составляющей их профессиональной успешности и личного благополучия [1, с. 320].

Литература

1. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учеб. пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – 2-е изд., стер. – М. : КНОРУС, 2021. – 240 с.
2. Драчевский, В. С. Проблемы мотивации студентов технического вуза к занятиям физическим воспитанием / В. С. Драчевский // Вестник Гомельского государственного технического университета имени П. О. Сухого. – 2021. – № 2. – С. 98–104.
3. О физической культуре и спорте : Закон Респ. Беларусь от 4 янв. 2014 г. № 125-З (в ред. от 18.12.2019).

4. Коледа, В. А. Физическая культура студента : учеб. пособие / В. А. Коледа. – Минск : БГУ, 2018. – 215 с.
5. Лойко, Т. В. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов инженерных специальностей / Т. В. Лойко, С. В. Шевченко // Высшее техническое образование: проблемы и пути развития : материалы Междунар. науч.-метод. конф., Минск, 24–25 нояб. 2022 г. – Минск : БГУИР, 2022. – С. 195–196.

УДК 378.18:796:504

СПОРТ КАК ЧАСТЬ ЭКОЛОГИЧНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ

П. Д. Золоторевич, А. Д. Якушенко

Учреждение образование «Гомельский государственный технический университет имени П. О. Сухого», Республика Беларусь

Научный руководитель О. А. Науменко

Рассмотрены особенности взаимосвязи физической активности студентов и их экологической осознанности в условиях урбанизации и роста информационных нагрузок. Особое внимание уделено роли спорта как важного элемента экологичного образа жизни, а также влиянию экологических факторов (загрязнение окружающей среды, климатические условия) на здоровье и мотивацию к занятиям физической культурой. На основе проведенного опроса среди студентов проанализированы уровень их физической активности, экологические привычки и отношение к взаимодействию спорта и окружающей среды.

Ключевые слова: студенты, физическая активность, спорт, экологическая осознанность, экологичный образ жизни, здоровье, окружающая среда, экологические факторы, мотивация, устойчивое поведение.

SPORTS AS PART OF AN ECOLOGICAL LIFESTYLE FOR STUDENTS

P. D. Zolotorevich, A. D. Yakushenko

Sukhoi State Technical University of Gomel, the Republic of Belarus

Scientific supervisor O. A. Naumenko

The article examines the relationship between students' physical activity and their environmental awareness in the context of urbanization and increasing information loads. Special attention is paid to the role of sports as an important element of an eco-friendly lifestyle, as well as the impact of environmental factors (pollution, climate conditions) on health and motivation for physical activity. Based on a survey conducted among students, the article analyzes their level of physical activity, environmental habits, and attitudes towards the relationship between sports and the environment.

Keywords: students, physical activity, sports, environmental awareness, sustainable lifestyle, health, environment, environmental factors, motivation, and sustainable behavior.

В условиях урбанизации и роста информационных нагрузок у студентов снижается двигательная активность, что негативно влияет на здоровье и качество жизни. Физическая активность и спорт являются важными элементами здорового образа жизни, способствуют укреплению физического и психического состояния, развитию саморегуляции и профилактике заболеваний. Одновременно экологичный образ жизни становится значимой частью культуры современной молодежи.