

УДК 378.147:796.011.1
DOI 10.17513/snt.40270

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО И ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТОВ УРАЛЬСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА

¹Усцелемова Н.А., ²Ямалетдинова Г.А.

¹ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет имени Г.И. Носова»,
Магнитогорск, e-mail: ustselemona.natalya@mail.ru;

²АНО ВО «Гуманитарный университет», Екатеринбург, e-mail: yamalga@mail.ru

Цель работы – сравнительный анализ эффективности процесса физического воспитания студентов гуманитарного и технического университетов Уральского федерального округа по ключевым критериям (особенности образовательных программ, инфраструктура и ресурсы, культурные особенности, социальная интеграция, результативность), выявленным посредством анализа различных подходов ученых к решению данной проблемы. Методами исследования для достижения поставленной цели являются теоретические (сравнительно-сопоставительный анализ, конкретизация, систематизация) и эмпирические (педагогическое наблюдение, тестирование, статистические методы обработки данных) методы. Проведен сравнительный анализ показателей физической подготовленности студентов разных типов университетов в период с 2018 по 2023 г. на основе расчета t-критерия Стьюдента, получены значимые различия результатов студентов технического университета в 2018–2022 гг., свидетельствующие о более высоком уровне их физической подготовленности по сравнению со студентами гуманитарного университета, однако в 2023 г. в контрольных упражнениях достоверно лучшие результаты у студентов гуманитарного университета. Выявлена положительная динамика показателей физической подготовленности у студентов гуманитарного университета в 2023 г. по сравнению с 2018 г., наилучшие результаты достигаются путем создания студентами гуманитарного университета личностных проектов в сфере физической культуры с использованием компьютерных программ, внедрения образовательных программ оздоровительной направленности через современные виды спорта и системы физического воспитания, свидетельствующие об эффективности образовательного процесса в вузе. Отрицательная динамика показателей физической подготовленности студентов технического университета в 2023 г. по сравнению с 2018 г. свидетельствует о недостаточном оснащении занятий инвентарем и оборудованием в связи с ремонтом открытых и закрытых спортивных объектов университета в 2019 и 2022 гг., что снижает их доступность и эффективность образовательного процесса. В результате исследования выявлены сильные и слабые стороны каждого подхода к организации процесса физического воспитания студентов, что способствует достижению более качественных результатов.

Ключевые слова: физическое воспитание, студенты, физическая подготовленность, гуманитарный университет, технический университет, эффективность процесса

COMPARATIVE ANALYSIS OF THE EFFICIENCY OF THE PROCESS OF THE PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS OF HUMANITIES AND TECHNICAL UNIVERSITIES OF THE URAL FEDERAL DISTRICT

¹Ustselemona N.A., ²Yamaletdinova G.A.

¹Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, e-mail: ustselemona.natalya@mail.ru;

²Humanitarian University, Yekaterinburg, e-mail: yamalga@mail.ru

The aim of the work is a comparative analysis of the effectiveness of the physical education process of students of the humanitarian and technical universities of the Ural Federal District according to key criteria: features of educational programs, infrastructure and resources, cultural characteristics, social integration, effectiveness, identified through the analysis of various approaches of scientists to solving this problem. The research methods for achieving this goal are theoretical (comparative and contrastive analysis, specification, systematization) and empirical (pedagogical observation, testing, statistical methods of data processing) methods. A comparative analysis of the physical fitness indicators of students of different types of universities was carried out in the period from 2018 to 2023 based on the calculation of Student's t-test, significant differences in the results of students of the technical university in 2018-2022 were obtained, indicating a higher level of their physical fitness compared to students of the humanitarian university, however, in 2023, students of the humanitarian university showed significantly better results in control exercises. Positive dynamics of physical fitness indicators of students of the Humanities University in 2023 compared to 2018 were revealed, the best results are achieved through the creation of personal projects in the field of physical education by students of the Humanities University using computer programs, the introduction of educational programs of a health-oriented focus through modern sports and physical education systems, indicating the effectiveness of the educational process at the university. Negative dynamics of physical fitness indicators of students of the Technical University in 2023 compared to 2018 indicate insufficient equipment for classes due to the repair of outdoor and indoor sports facilities of the university in 2019 and 2022, which reduces their accessibility and the effectiveness of the educational process. As a result of the study, strengths and weaknesses of each approach to organizing the process of physical education of students were identified, which contributes to the achievement of better results.

Keywords: physical education, students, physical fitness, humanitarian university, technical university, process efficiency

Введение

В современных условиях обострения глобальных проблем человеческой цивилизации, изменения требований к производственно-технической сфере, усложнения социально-экономических условий жизни людей повышается роль физической культуры и спорта в системе обучения и воспитания специалистов высших учебных заведений как фактора развития человеческого капитала. В исследованиях М.Г. Ахметвалиевой [1], С.И. Изаак [2], К.В. Чедова [3] и др. отмечается снижение уровня здоровья молодежи, актуализирующее проблему повышения эффективности процесса физического воспитания обучающихся вуза, как фактора сохранения здоровья нации. Анализ педагогических исследований свидетельствует о различных подходах ученых (М.В. Гаврилик [4], Г.Ю. Лях [5], В.С. Макеева [6] и др.) к реализации поставленной проблемы. О необходимости *отбора и структурирования дифференцированного содержания различных направлений физического воспитания: общеподготовительного, профессионально-прикладного физического, специального (спортивно-ориентированного), гигиенического, адаптивного* – заявляется в исследовании Г.Ю. Ляха [5]. О создании *интегрированной физкультурно-спортивной среды* с использованием возможностей вариативной части содержания программы по физической культуре говорится в работе М.В. Гаврилик [4]. Об *актуализации педагогического потенциала физкультурно-спортивной среды* образовательного учреждения с целью формирования ключевых унифицированных физкультурных компетенций (оздоровительно-адаптивная, оздоровительно-коррекционная, двигательно-кондиционная, двигательно-прикладная, спортивно-рекреативная) студентов, наиболее полно отражающих человекотворческий потенциал физической культуры, пишет И.В. Манжелей [7; 8]. О внедрении проектно-модульной технологии, активных методов обучения с целью создания осознанной мотивации студентов на сохранение здоровья и выбор здорового стиля жизни; условий для реализации современных систем физических упражнений с правом выбора вида спорта в соответствии с возможностями и желаниями обучающихся; выработки способности осуществлять самодиагностику здоровья и специальной физической подготовленности, способствующие *активизации учебно-познавательной деятельности студентов в области физической культуры и спорта*, заявляется в исследованиях Г.А. Ямалетдиновой [9, с. 18–19]. О влиянии спортивной деятельности студентов вуза

в преодолении стресса пишут Л.Я. Доцоев, Т.Ф. Орехова, Н.А. Усцелемова [10]. Таким образом, авторами определяются основные концепции физического воспитания: спортивно-ориентированного, профессионально-прикладного, дифференцированного и оздоровительного, детерминирующие *особенности образовательных программ* (направленность занятий на физическую подготовку и развитие профессионально важных качеств (спортивная и профессионально-прикладная физическая направленность) или общее укрепление здоровья (оздоровительная направленность).

В исследовании И.В. Манжелей [8, с. 104] отмечается *важность материально-ресурсного обеспечения* при реализации на практике спортизированного физического воспитания молодежи, поскольку требуется качественный инвентарь, физкультурно-спортивные сооружения или трансформерные конструкции, соответствующие санитарно-гигиеническим, современным архитектурным, эстетическим требованиям; *достаточного финансирования спортивно-массовой работы и значительного кадрового обеспечения*, требующего подготовки педагогов, способных к взаимодействию с обучающимися на основе сотрудничества, конструктивного диалога, поддержки и т.д. в процессе совместного участия в физкультурных мероприятиях, создания спортивных команд и клубов. От уровня ответственности человека за свое здоровье, умения ставить задачи и находить способы их решения, по мнению М.Г. Ахметвалиевой, М.А. Коняевой [1], зависит успешная профессионализация будущего специалиста. Мониторингу условий и результатов физического воспитания студентов на основе критериально-измерительного инструментария посвящены исследования И.В. Манжелей [7; 8], его применение позволяет снизить субъективность преподавательской оценки в защиту интересов студентов, тем самым повышая гуманизацию образования. На основе технологии *популяционного мониторинга* в исследовании С.И. Изаак [2, с. 20] оценивается и корректируется состояние физического развития и физической подготовленности молодого поколения России.

Целью работы является сравнительный анализ эффективности процесса физического воспитания студентов гуманитарного и технического университетов Уральского федерального округа по ключевым критериям (особенности образовательных программ, инфраструктура и ресурсы, культурные особенности, социальная интеграция, результативность), выявленным посред-

ством анализа различных подходов ученых к решению данной проблемы.

Материалы и методы исследования

Для достижения поставленной цели использовались теоретические (сравнительно-сопоставительный анализ, конкретизация, систематизация) и эмпирические (педагогическое наблюдение, тестирование, статистические методы обработки данных) методы исследования. Эксперимент проводился на базе Гуманитарного университета (г. Екатеринбург) (далее – ГУ) и Магнитогорского государственного технического университета им. Г.И. Носова (г. Магнитогорск) (далее – МГТУ) в 2018/2019, 2021/2022, 2022/2023, 2023/2024 учебных годах, в нем участвовали 384 студента ГУ (200 девушек и 184 юноши) и 400 студентов МГТУ (200 девушек и 200 юношей), всего – 784 студента I–II курсов. Респонденты распределяются по трем конкретным признакам: 1) профиль университета: гуманитарный, технический; 2) курс обучения: младшие курсы (первые и вторые); 3) пол: мужчины, женщины. *Физическая подготовленность* студентов гуманитарного и технического университетов диагностируется по результатам выполнения трех контрольных упражнений: «Подтягивание из виса на высокой перекладине» (юноши), «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» (девушки), «Поднимание туловища из положения лежа на спине», «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье», полученным в рамках учебного процесса (ГУ) и проведения соревнований «Приз первокурсника» (МГТУ), которые сравниваются посредством *t*-критерия Стьюдента. *Динамика показателей физической подготовленности* студентов разных типов университетов в 2018 и 2023 гг. определяется по результатам, полученным при выполнении тех же контрольных упражнений и дополнительного упражнения «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами» с расчетом достоверности различий средних показателей в группе.

Результаты исследования и их обсуждение

Авторами данной статьи в процессе анализа научных исследований были найдены работы, где обосновывается конкретный признак, на основании которого оценивается эффективность процесса физического воспитания, а именно: технология популяционного мониторинга физической подготовленности студентов позволяет определить возрастную неодинаковую динамику у студентов и студенток, а именно

у юношей с возрастом увеличивается доля студентов со средним уровнем физической подготовленности, у девушек – с низким уровнем (С.И. Изаак [2]); при мониторинге условий и результатов физического воспитания студентов диагностируется их общая выносливость и скоростные способности, которые ниже программных нормативов, соответствующих удовлетворительной оценке (И.В. Манжелей [7; 8]); применение модели системы самоуправления учебно-познавательной деятельностью физкультурно-оздоровительной, профессиональной и физкультурно-спортивной направленности, заключается в повышении уровня самооценки способности к самоуправлению, физического здоровья, теоретической, методической, профессиональной, специально-технической и особенно физической подготовленности в силовых показателях (Г.А. Ямалетдинова [9]). По мнению авторов данной статьи, в дальнейшем на основе комплексного подхода необходимо создать систему критериев, показателей и уровней, характеризующих внутренние и внешние изменения в организме студента. Эта критериально-диагностическая система должна быть направлена на активизацию студентов к познанию самих себя и стимулированию их к двигательной деятельности, поддержанию здорового стиля жизни.

Рассматриваемые результаты представленных выше авторов позволяют выделить следующие ключевые критерии и показатели оценки эффективности процесса физического воспитания студентов вуза в совокупности:

1) *особенностей образовательных программ по физической культуре и спорту*, проявляющихся в содержании различных направлений физического воспитания: оздоровительное, спортивное, профессионально-прикладное и др.;

2) *обеспеченности инфраструктурой и оборудованием*, показателями которой являются доступность и состояние спортивных сооружений и оборудования, расписание использования спортивных объектов для оптимальной организации учебных занятий по количеству занятий в неделю, продолжительности каждого занятия и уровню интенсивности упражнений;

3) *культурных особенностей университета*, показателями которых является корпоративная культура поощрения высокой физической активности посредством развития командных видов спорта и соревнований или поддержки различных оздоровительных систем физических упражнений, таких как йога, медитация и прогулки на свежем воздухе;

Таблица 1

Сравнительные результаты физической подготовленности студентов гуманитарного (n = 384 чел.) и технического (n = 400 чел.) университетов с 2018 по 2023 г. (M ± σ)

Контрольные упражнения	Год / (M ± σ)						P
	2018	2021	2022	2023	2023	P	
Юноши							
1. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	ГУ	13,33±0,77	9,11±0,49	10,07 ± 0,48	14,72 ± 0,25	< 0,05	< 0,05
	МГТУ	17,20±0,50	15,9 ±0,69	13,22 ±0,84	11,69 ± 0,53		
2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)	ГУ	10,09±0,47	10,04 ±0,83	12,16 ± 0,69	13,38 ± 0,56	< 0,05	> 0,05
	МГТУ	13,00 ±0,81	15,32 ± 0,65	18,82 ±0,47	14,53 ± 0,69		
3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	ГУ	32,30 ±1,02	31,85 ±1,9	36,55 ± 1,22	40,85 ± 0,73	< 0,05	< 0,05
	МГТУ	-	53,40 ±0,81	59,32 ± 0,59	47,18 ± 0,59		
Девушки							
1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	ГУ	11,44 ±0,59	7,66 ± 0,34	14,56 ± 0,62	16,04 ± 0,84	-	> 0,05
	МГТУ	-	18,42±1,03	14,86 ± 1,16	13,26 ± 1,03		
2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)	ГУ	14,06 ±0,56	12,92 ±0,43	14,86 ± 0,59	16,00 ± 0,65	< 0,05	< 0,05
	МГТУ	17,08 ±0,53	19,06 ±0,56	21,08 ± 0,59	19,08 ± 0,59		
3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	ГУ	47,16 ±1,72	38,62± 1,09	57,06 ± 1,09	61,66 ± 0,62	> 0,05	< 0,05
	МГТУ	49,02 ±0,40	51,88 ±1,09	54,80 ± 0,81	41,76 ± 1,13		

Таблица 2

Динамика показателей физической подготовленности студентов гуманитарного и технического университетов в 2018 и 2023 гг.

Контрольные упражнения	Гуманитарный университет (n = 195 чел.)		Технический университет (n = 200 чел.)		
	М ± σ	P	М ± σ	P	
Юноши					
1. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2018 г.	12,91 ± 0,49	< 0,05	17,20 ± 0,50	< 0,05
	2023 г.	14,72 ± 0,25		11,69 ± 0,53	
2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см)	2018 г.	9,39 ± 0,39	< 0,05	13,00 ± 0,81	> 0,05
	2023 г.	13,38 ± 0,56		14,53 ± 0,69	
3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	2018 г.	32,30 ± 1,02	< 0,05	–	
	2023 г.	40,85 ± 0,73		–	
4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	2018 г.	–		256,92 ± 1,57	< 0,05
	2023 г.	–		246,87 ± 2,64	
Девушки					
1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	2018 г.	11,44 ± 0,59	< 0,05	–	
	2023 г.	16,04 ± 0,84		–	
2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см)	2018 г.	13,12 ± 0,34	< 0,05	17,08 ± 0,53	< 0,05
	2023 г.	16,00 ± 0,65		19,08 ± 0,59	
3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	2018 г.	43,32 ± 2,89	< 0,05	49,02 ± 0,40	< 0,05
	2023 г.	61,66 ± 0,62		41,76 ± 1,13	
4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	2018 г.	–		194,52 ± 1,41	< 0,05
	2023 г.	–		188,27 ± 1,72	

4) *социальной интеграции*, проявляющейся в создании спортивных команд и клубов или совместного участия в физкультурных мероприятиях, а также через творческие кружки и группы по интересам;

5) *результативности физического воспитания*, показателями которой являются уровень физической подготовленности студентов и изменения результатов в динамике.

Авторами анализируются 1) уровень физической подготовленности студентов гуманитарного и технического университетов с 2018 по 2023 г. в сравнении и 2) динамика показателей физической подготовленности студентов разных типов вузов (изменения в показателях силы, гибкости и скоростно-силовых показателях в 2018–2023 гг.).

Сравнительный анализ уровня физической подготовленности студентов гуманитарного и технического университетов с 2018 по 2023 г. представлен в табл. 1. С помощью расчета t-критерия Стьюдента проверяется правильность выдвинутой гипотезы: уровень физической подготовленности студентов технического университета выше, чем у студентов гуманитарного университета.

Анализ показателей физической подготовленности студентов гуманитарного и технического университетов с 2018 по 2023 г. позволяет сделать следующие *выводы*: 1) в 2018 г. студенты МГТУ сильнее, чем студенты ГУ, в контрольных упражнениях: «Подтягивание из виса на высокой перекладине» и «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье»; 2) в 2021 и 2022 г. студенты МГТУ по-прежнему сильнее студентов ГУ во всех упражнениях: «Подтягивание из виса на высокой перекладине», «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье» и «Поднимание туловища из положения лежа на спине»; 3) в 2023 г. студенты МГТУ сильнее студентов ГУ только в одном упражнении: «Поднимание туловища из положения лежа на спине», а в упражнении «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье» различия недостоверны; 4) в упражнении «Подтягивание из виса на высокой перекладине» студенты ГУ сильнее студентов МГТУ, что подтверждается расчетами статистического t-критерия Стьюдента; 5) студентки МГТУ в 2018 г. сильнее девушек ГУ в упражнениях «На-

клон вперед из положения стоя на гимнастической скамье», а в упражнении «Поднимание туловища из положения лежа на спине» достоверных различий в средних значениях результатов нет; 6) в 2021 г. девушки МГТУ сильнее во всех контрольных упражнениях; 7) в 2022 и 2023 гг. у девушек МГТУ имеются достоверные различия в результатах только одного упражнения, «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье», а в упражнениях «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» и «Поднимание туловища из положения лежа на спине» достоверных различий в средних результатах нет (2022 г.), в 2023 г. девушки ГУ сильнее студенток МГТУ в данных упражнениях (достоверные различия).

Динамика показателей физической подготовленности студентов гуманитарного и технического университетов в 2018 и 2023 гг. представлена в табл. 2. Достоверность различий средних показателей в группе определяется по t-критерию Стьюдента и проверяется правильность выдвинутых гипотез: 1) уровень физической подготовленности студентов гуманитарного университета в 2023 г. выше, чем в 2018 г.; 2) уровень физической подготовленности студентов технического университета в 2023 г. выше, чем в 2018 г.

Анализ динамики показателей физической подготовленности студентов гуманитарного и технического университетов в 2018 и 2023 гг. свидетельствует о том, что студенты ГУ (юноши и девушки) в 2023 г. показывают результаты лучше, чем в 2018 году. Однако у студентов-юношей МГТУ, наоборот, в 2018 г. результаты лучше, чем в 2023 г., в упражнениях «Подтягивание из виса на высокой перекладине» и «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами», а в упражнении «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье» различия недостоверны. У девушек также лучше результаты в 2018 г. в упражнениях «Поднимание туловища из положения лежа на спине» и «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами», однако в упражнении «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье» лучше результаты в 2023 г.

Заключение

Анализ эффективности процесса физического воспитания обучающихся гуманитарного и технического университетов по выявленным ключевым критериям и показателям свидетельствует о следующем: 1) *особенностью образовательных программ гуманитарного университета* является ее оздоровительная направленность на общее укрепление здоровья, раз-

витие гибкости и поддержание физической формы через современные виды спорта и системы физического воспитания: йога, восточные оздоровительные системы, танцевальные виды аэробики, а также спортивный туризм, создание личностных проектов студентом с целью познания изменений самого себя при обучении по дисциплине «Физическая культура и спорт» с использованием компьютерных программ; *технического университета* – направленность на физическую подготовку для поддержания здоровья и развитие профессионально важных качеств обучающихся, включающая подготовку к выполнению комплекса ГТО, занятия спортивными играми, легкой и тяжелой атлетикой, общей физической подготовкой; 2) *инфраструктура и оборудование* позволяют в полной мере проводить занятия как в гуманитарном университете, так и техническом, однако *в гуманитарном университете* используются меньшие ресурсы, спорт в учебный процесс интегрируется через партнерские соглашения с фитнес-центрами и другими организациями (МБУ «Спортивно-туристский клуб г. Екатеринбурга» на базе Гуманитарного университета организовал и проводит занятия «Школы водного туризма»), занятия по физической культуре организуются с использованием дополнительных спортивных объектов, таких как бассейн, фитнес-клуб, тренажерный зал; расписание и форматы использования спортивных объектов отличаются более гибким подходом, а *технический университет* располагает большими ресурсами для организации физического воспитания, такими как современные спортивные залы, оборудование и тренерский состав, однако часто проводится ремонт открытых и закрытых спортивных объектов, что снижает их доступность, практические занятия переносятся в лекционные аудитории; 3) *корпоративная культура вузов* по отношению к физической культуре и спорту различна – в гуманитарном университете имеется тенденция к поддержке различных видов активностей, таких как йога, медитация и прогулки на свежем воздухе, горный и водный туризм; в техническом – к поощрению высокой физической активности посредством развития командных видов спорта и соревнований; 4) *социальная интеграция* в гуманитарном университете осуществляется посредством совместного участия в физкультурных мероприятиях, а также через творческие кружки и группы по интересам; в техническом – через создание спортивных команд и клубов; 5) *результативность физического воспитания* по уровню физической подготовленности

студентов выше в техническом университете в 2018–2022 гг., в гуманитарном университете – в 2023 г.; выявлена положительная динамика показателей физической подготовленности студентов гуманитарного университета, отрицательная – у студентов технического университета.

Сравнительный анализ показателей физической подготовленности студентов гуманитарного и технического университетов в 2018, 2021, 2022, 2023 гг. показывает более высокий уровень физической подготовленности студентов технического университета, чем у студентов гуманитарного университета в 2018–2022 гг., что свидетельствует об эффективности организации процесса физического воспитания спортивной и профессионально-прикладной направленности, поощрения высокой физической активности посредством развития командных видов спорта и соревнований, создания спортивных команд и клубов. Отрицательная динамика показателей физической подготовленности студентов технического университета в 2023 г. по сравнению с 2018 г. свидетельствует о снижении результативности образовательного процесса по физической культуре и спорту вследствие ограничения доступности спортивных сооружений, оборудования из-за проведения ремонта открытых и закрытых спортивных объектов в университете в 2019 и 2022 гг. Выявлена положительная динамика результатов физической подготовленности студентов гуманитарного университета в 2023 г., чем в 2018 г., что связано, по мнению авторов, с оздоровительной направленностью образовательных программ, тенденцией к поддержке различных видов активностей, внедрением модульно-проектной технологии по созданию личностных проектов в сфере физической культуры с использованием компьютерных программ, детерминирующих высокий уровень мотивации студентов к достижению оптимальной физической формы, улучшению результатов и повышению эффективности образовательного процесса.

В дальнейшем планируется рассмотрение вопросов о внедрении опыта работы мастерской по созданию личностных проектов студентом в сфере физической культуры, спорта в техническом университете для саморазвития, самосовершенствования и сравнение результатов со студентами гуманитарного университета.

Список литературы

1. Ахметвалиева М.Г., Коняева М.А. Направления формирования у современной молодежи мотивации к сбережению здоровья // *Современные наукоемкие технологии*. 2024. № 1. С. 108–112. URL: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=39916> (дата обращения: 27.09.2024). DOI: 10.17513/snt.39916.
2. Изаак С.И. Состояние физического развития и физической подготовленности молодого поколения России и их коррекция на основе технологии популяционного мониторинга: автореф. дис. ... докт. пед. наук. Санкт-Петербург, 2006. 55 с.
3. Чедов К.В. Методологическая основа взаимодействия организаций различной ведомственной принадлежности по формированию культуры здоровья школьников // *Гуманитарно-педагогические исследования*. 2020. Т. 4, № 4. С. 6–14.
4. Гаврилик М.В. Эффективность физического воспитания студентов на основе создания физкультурно-спортивной среды // *Здоровье для всех*. 2020. № 1. С. 37–44.
5. Лях Г.Ю. Организация физкультурно-оздоровительной активности студентов в процессе развития их конкурентоспособности // *Kant*. 2021. № 3 (40). С. 244–248. DOI: 10.24923/2222-243X.2021-40.46.
6. Макеева В.С., Ямалетдинова Г.А., Бруй К.Е. Психологическая подготовка студентов. От обязанности к личностной потребности // *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта*. 2020. Т. 15, № 1. С. 76–81. DOI: 10.14526/2070-4798-2020-15-1-76-81.
7. Манжелей И.В. Актуализация педагогического потенциала физкультурно-спортивной среды: автореф. дис. ... докт. пед. наук. Тюмень, 2005. 47 с.
8. Манжелей И.В., Загrevская А.И. Векторное моделирование в педагогических исследованиях по проблемам физической культуры и спорта // *Теория и практика физической культуры*. 2024. № 9. С. 3–5.
9. Ямалетдинова Г.А. Система самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры: автореф. дис. ... докт. пед. наук. Москва, 2009. 48 с.
10. Усцеломова Н.А., Орехова Т.Ф., Доцоев Л.Я. Спортивная деятельность как фактор повышения у обучающихся вуза устойчивости к стрессу // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. 2023. № 11 (225). С. 439–443. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p439-443.