

УДК 378.172:37.037
DOI



CC BY 4.0

ОТНОШЕНИЕ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ К ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Щетинина С. Ю. ORCID ID 0000-0003-0571-7329, Авакян Р. С.

*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тихоокеанский государственный университет», Хабаровск, Российская Федерация,
e-mail: 005562@togudv.ru*

Важную роль в образовательном процессе студентов вузов играет дисциплина «Физическая культура и спорт». Ее задача заключается не только в развитии физических способностей студентов, но и в формировании устойчивой потребности в здоровом образе жизни. Цель исследования – выявить отношение современных студентов к практическим занятиям по дисциплине «Физическая культура и спорт», обозначить существующие проблемы и пути улучшения педагогической ситуации. Использованы методы анализа научно-методической литературы, опрос (анкетирование, беседа), педагогическое наблюдение; методы математической статистики. В исследовании приняли участие студенты 2–3-х курсов очной формы обучения Тихоокеанского государственного университета и Дальневосточного государственного университета путей сообщения. Результаты исследования выявили наличие противоречия между потенциалом дисциплины «Физическая культура и спорт» и её фактическим восприятием обучающимися. Дисциплина признаётся важной лишь половиной студентов; основной мотивацией посещения занятий остаётся получение зачёта, а не личная заинтересованность; значительная часть студентов не ощущает выраженного оздоровительного эффекта от занятий; интерес к физической активности у студентов существует, однако физкультурные занятия в вузе не всегда соответствуют их ожиданиям. Выявлены факторы, влияющие на отношение студентов к дисциплине. Только при условии формирования внутренней мотивации обучающихся физическая культура сможет выполнять свою полноценную образовательную и оздоровительную функцию.

Ключевые слова: вуз, студенты, дисциплина «Физическая культура и спорт», занятия физической культурой, мотивация, здоровье

THE ATTITUDE OF MODERN UNIVERSITY STUDENTS TOWARDS THE DISCIPLINE «PHYSICAL EDUCATION AND SPORT»

Schetinina S. Yu. ORCID ID 0000-0003-0571-7329, Avakyan R. S.

*Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education
“Pacific State University”, Khabarovsk, Russian Federation,
e-mail: 005562@togudv.ru*

The discipline «Physical Education and Sport» plays an important role in the educational process of university students. Its goal is not only to develop students' physical abilities, but also to form a sustainable need for a healthy lifestyle. The aim of the study is to identify the attitude of modern students to practical classes in the discipline «Physical Education and Sport», to identify existing problems and ways to improve the pedagogical situation. The methods used were: analysis of scientific and methodological literature, a survey (questionnaire, conversation), pedagogical observation and methods of mathematical statistics. The study involved 2nd-3rd year full-time students of the Pacific National University and the Far Eastern State Transport University. The results of the study revealed a contradiction between the potential of the discipline «Physical Education and Sport» and its actual perception by students. The discipline is recognized as important by only half of the students; the main motivation for attending classes remains obtaining a credit, rather than personal interest; a significant portion of students do not feel a pronounced health effect from the classes; students are interested in physical activity, but physical education classes at university don't always meet their expectations. Factors influencing students' attitudes toward the discipline have been identified. Only by fostering students' intrinsic motivation can physical education fulfill its full educational and health-improving function.

Keywords: University, students, discipline «Physical Education and Sport», physical education classes, motivation, health

Введение

Современные тенденции развития высшего образования характеризуются увеличением интеллектуальных нагрузок, включением цифровизации в учебный процесс и снижением двигательной активности студентов. Распространение малоподвижного образа жизни среди молодёжи приводит к ухудшению их физического состояния, снижению работоспособности и росту психоэмоционального напряжения.

В этой связи особая роль в образовательном процессе вузов должна отводиться дисциплине «Физическая культура и спорт». Ее задача заключается не только в развитии физических способностей студентов, но и в формировании устойчивой потребности в здоровом образе жизни.

Дисциплина является обязательной в российских вузах. В то же время значимым фактором в снижении двигательной активности современных студентов стало

уменьшение количества часов, выделяемых на дисциплину, связанное с переходом на новые федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования. Так, практическая дисциплина «Физическая культура и спорт» во многих вузах реализуется в виде элективных дисциплин в количестве одного занятия в неделю [1; 2].

Физическая культура как компонент образовательного процесса выполняет оздоровительную, воспитательную, образовательную и социальную функции.

Регулярная двигательная активность положительно влияет на когнитивную сферу, работоспособность и эмоциональное состояние обучающихся. Исследования показывают, что студенты, систематически занимающиеся физической активностью, легче адаптируются к учебным нагрузкам и демонстрируют более высокий уровень психофизиологической устойчивости [3].

Умеренная физическая активность улучшает концентрацию внимания, память и скорость обработки информации, что напрямую отражается на академической успеваемости обучающихся. Физическая нагрузка способствует улучшению кровоснабжения головного мозга и активизации нейрофизиологических процессов, что повышает работоспособность студентов в условиях интенсивного обучения.

Кроме достижения физиологического эффекта, занятия физической культурой выполняют важную психологическую функцию. В условиях стресса, связанного с повышенными учебными нагрузками и контролем знаний в образовательной среде, физическая активность выступает механизмом эмоциональной разгрузки, снижает уровень тревожности [4].

Физическая культура также является инструментом формирования социальных навыков. Командные виды спорта развивают коммуникативные компетенции, навыки сотрудничества и лидерские качества, что соответствует современным требованиям подготовки специалистов. Через участие в спортивной деятельности формируются такие личностные качества, как ответственность, дисциплинированность и способность работать в коллективе [5].

Вместе с тем важным фактором остается мотивация студентов. Если занятия физкультурой воспринимаются студентами исключительно как обязательная дисциплина, её образовательный и оздоровительный эффект существенно снижается. Поэтому современная образовательная практика требует перехода от формального посещения занятий к формированию внутренней заинтересованности обучающихся [6-8].

Значительную роль играют организация занятий, разнообразие видов активности, индивидуальный подход, компетентность и мотивационная работа преподавателей.

Практика показывает, что обязательный характер дисциплины часто не приводит к формированию устойчивой мотивации. Многие студенты воспринимают занятия физической культурой исключительно как формальное требование учебного плана. Ключевой проблемой является несоответствие традиционных форм проведения занятий современным интересам молодежи.

Современные подходы предполагают переход к вариативным образовательным моделям, включающим фитнес-направления, игровые виды спорта, функциональные тренировки и индивидуальные программы физической активности. Индивидуализация обучения рассматривается как один из наиболее эффективных способов повышения вовлечённости студентов [9; 10].

Важным фактором становится роль преподавателя физической культуры в современных условиях. Педагог выступает не только инструктором, но и мотиватором, формирующим ценностное отношение к здоровью и физической активности. Эффективная педагогическая коммуникация значительно повышает интерес студентов к занятиям [11; 12].

Таким образом, физическая культура является важным компонентом образовательного процесса, оказывающим влияние на физическое здоровье, психологическое состояние и социальное развитие личности студента. В этой связи представляется актуальным исследование значимости дисциплины «Физическая культура и спорт» для современных студентов и мотивации посещения ими учебных занятий.

Цель исследования – выявить отношение современных студентов к практическим занятиям по дисциплине «Физическая культура и спорт», обозначить существующие проблемы и пути улучшения педагогической ситуации.

Материалы и методы исследования

Использованы методы анализа научно-методической литературы, опрос (анкетирование, беседа), педагогическое наблюдение; методы математической статистики. В исследовании приняли участие студенты 2–3-х курсов очной формы обучения Тихоокеанского государственного университета и Дальневосточного государственного университета путей сообщения. Всего опрошено 150 студентов (81 девушка, 69 юношей), из них 67 – второго курса, 83 – третьего курса. Статистическая обработка результа-

тов анкетирования проводилась с помощью пакета анализа данных Microsoft Excel: для определения достоверности различий по критерию Фишера использовали двухвыборочный F-тест для дисперсии при уровне значимости 0,05 (сравнивали F-вычисленное и F-критическое); для определения связи использовали коэффициент линейной корреляции Пирсона ($<0,5$; $0,5-0,75$; $>0,75$) с применением количественного (интервального) типа кодирования шкал, так как такой тип кодирования придает данным свойства метрических шкал.

Для проведения исследования авторами была разработана анкета, включающая вопросы о том, важна ли дисциплина «Физическая культура и спорт» для студентов, что она им дает, почему они посещают обязательные занятия по физической культуре, как они оценивают свое желание заниматься физической культурой на практических занятиях в вузе, интересно ли им на практических занятиях, насколько они удовлетворены организацией занятий по элективной физической культуре; считают ли они, что практические занятия по дисциплине повышают их физическую подготовленность; как студенты оценивают свой уровень физической подготовленности. Также анкета включала вопросы: какое, по мнению студентов, должно быть оптимальное количество часов в учебном плане вуза на практические занятия физической культурой; должна ли «Физическая культура и спорт» быть обязательной дисциплиной в вузе; если бы не было зачета по дисциплине, то ходили бы они на практические занятия; помогают ли практические занятия укрепить им здоровье; как студенты оценивают свое здоровье; достаточно ли преподаватели физкультуры мотивируют студентов для занятий физкультурой, а также предоставляют разнообразие видов активности; занимаются ли студенты где-то физкультурой (в секции, самостоятельно и др.), кроме обязательных практических занятий по физкультуре в вузе, и др. вопросы. Целесообраз-

ность разработки анкеты обусловлена тем, что она помогает определить субъективную оценку значимости для студентов этой дисциплины и взаимосвязь факторов, влияющих на их оценку.

Поперечное анкетное исследование проводилось дистанционно в декабре 2025 г. в виде заполнения разработанной анкеты в цифровом формате на базе сервиса Google Forms. Способ отбора участников – студенты вуза, у которых в рамках расписания проходят очные занятия по дисциплине «Физическая культура и спорт»; добровольность участия. Принимать участия в анкетировании могли студенты всех групп здоровья (основной, подготовительной, специальной медицинской), специальных критериев исключения не применялось.

Также осуществлялось наблюдение за студентами 1–3-х курсов на практических занятиях по дисциплине «Физическая культура и спорт» в течение последних пяти лет и проводились беседы со студентами (обсуждались такие вопросы, как отношение студентов к занятиям, почему они посещают занятия физкультурой, занимаются ли они дополнительно физкультурой и спортом и др.), что позволило выявить современную ситуацию и основные тенденции отношения обучающихся к физической культуре в вузе.

Результаты исследования и их обсуждение

Результаты анкетирования показали, что только 48,0% студентов считают дисциплину важной или в общем важной, а 50,0% оценивают её как не важную (табл. 1). Это свидетельствует о разделении студенческого мнения и отсутствии устойчивого понимания значимости физической культуры. При этом анализ на достоверность различий по критерию Фишера показал, что нет значимых различий между ответами девушек и юношей как на втором, так и на третьем курсе, а также нет значимых различий между ответами студентов второго и третьего курса.

Таблица 1

Важность дисциплины «Физическая культура и спорт» для студентов вузов

Важна ли для вас дисциплина «Физическая культура и спорт»?	Девушки		Юноши		Итого	
	%	Ранг	%	Ранг	%	Ранг
Важна	12,3	4	24,6	2	18,0	3
В общем важна	29,6	2	30,4	1	30,0	1
Скорее не важна	37,0	1	21,7	3	30,0	1
Не важна	21,0	3	18,8	4	20,0	2
Затрудняюсь ответить	–	–	4,3		2,0	4

Примечание: составлено авторами по результатам данного исследования.

Таблица 2

Мотивация посещения студентами занятий по физической культуре в вузе, %

Почему вы посещаете обязательные занятия по физической культуре в вузе?	Девушки		Юноши		Итого	
	%	Ранг	%	Ранг	%	Ранг
Ради зачёта	44,4	1	47,8	1	46,0	1
Хочу быть сильным и красивым, улучшить телосложение	34,6	2	26,1	5	30,7	2
Для укрепления здоровья	30,9	3	29,0	4	30,0	3
Нравятся спортивные и подвижные игры	23,4	6	37,7	2	30,0	3
По принуждению преподавателей	23,4	6	36,2	3	29,3	4
Нравится заниматься физическими упражнениями	29,6	4	15,9	6	23,3	5
Чтобы приобрести знания о физкультуре и здоровье	25,9	5	15,9	6	21,3	6
Занимаюсь просто так	14,8	7	15,9	6	15,3	7

Примечание: составлено авторами по результатам данного исследования. В таблице представлены ответы по рейтингу их значимости для студентов при возможности выбора нескольких вариантов ответа.

Таблица 3

Желание студентов заниматься физической культурой на практических занятиях в вузе

Оцените свое желание заниматься физической культурой	Девушки		Юноши		Итого	
	%	Ранг	%	Ранг	%	Ранг
Хочу заниматься	7,4	5	26,1	2	16,0	4
Пожалуй, хочу	28,4	2	30,4	1	29,3	1
Не знаю	18,5	3	17,4	3	18,0	3
Пожалуй, не хочу	29,6	1	17,4	3	24,0	2
Не хочу	16,1	4	8,7	4	12,7	5

Примечание: составлено авторами по результатам данного исследования.

Важность дисциплины «Физическая культура и спорт» студенты связывают с тем (из 8 вариантов, при возможности выбора нескольких вариантов ответа), что она: во-первых, повышает физическую подготовленность; во-вторых, укрепляет здоровье; в-третьих, снимает стресс; в-четвертых, дисциплинирует и повышает ответственность. Ответы девушек и юношей не имели значимых различий.

Понятия «важность» и «значимость» часто используются как синонимы, обозначающие высокую степень ценности чего-либо, однако между ними существуют тонкие смысловые различия. Важность – это более внешняя, функциональная характеристика, в то время как значимость отражает более глубокую, субъективную ценность. Значимость любого действия, объекта или цели для человека напрямую зависит от мотивов.

Проведенное авторами исследование выявило преобладание у студентов внешней мотивации. Значительная часть студентов посещает занятия ради получения зачёта, по требованию учебной программы,

из-за обязательности дисциплины. При этом внутренние мотивы (укрепление здоровья, интерес к спорту) менее значимы (табл. 2). Ответы девушек и юношей на данный вопрос не имели значимых различий (по критерию Фишера).

К сожалению, полученные данные согласуются с результатами предыдущих исследований авторов [13], а также исследований других авторов [14; 15]. Основной мотивацией посещения студентами обязательных занятий по физической культуре является мотивация «ради зачёта», и ситуация существенно не меняется.

Анкетирование показало, что лишь 45,3% студентов выразили желание заниматься (включая ответы «хочу» и «пожалуй, хочу»), тогда как 36,7% сообщили о нежелании участвовать в практических занятиях. Остальные затруднились с оценкой (табл. 3). При этом выявлены значимые отличия между ответами девушек и юношей: юноши больше девушек желают заниматься физической культурой на практических занятиях в вузе.

Таблица 4

Интерес студентов к практическим занятиям по физической культуре в вузе

Интересно ли вам на практических занятиях по физкультуре в вузе?	Девушки		Юноши		Итого	
	%	Ранг	%	Ранг	%	Ранг
Интересно	3,7	4	26,1	2	14,0	4
Пожалуй, интересно	35,8	1	30,4	1	33,3	1
Не знаю	28,4	2	15,9	4	22,7	2
Пожалуй, нет	16,0	3	17,4	3	16,7	3
Нет	16,0	3	10,1	5	13,3	5

Примечание: составлено авторами по результатам данного исследования.

Таблица 5

Удовлетворенность студентов организацией практических занятий по физической культуре в вузе

Удовлетворены ли вы организацией практических занятий по физкультуре (элективная физкультура)?	Девушки		Юноши		Итого	
	%	Ранг	%	Ранг	%	Ранг
Да, удовлетворен	8,6	4	26,1	2	16,7	3
В общем удовлетворен	27,2	2	31,9	1	29,3	1
Не совсем удовлетворен	30,9	1	15,9	4	24,0	2
Не удовлетворен	25,9	3	21,7	3	24,0	2
Затрудняюсь ответить	7,4	5	4,3	5	6,0	4

Примечание: составлено авторами по результатам данного исследования.

Таблица 6

Посещения занятий студентами при отсутствии зачета по физической культуре

Если бы не было зачета по физкультуре, посещали бы вы практические занятия?	Девушки		Юноши		Итого	
	%	Ранг	%	Ранг	%	Ранг
Да, посещал бы постоянно	18,5	3	36,2	1	26,7	3
Иногда бы посещал	45,7	1	33,3	2	40,0	1
Не посещал	33,3	2	23,2	3	28,7	2
Затрудняюсь ответить	2,5	4	7,2	4	4,7	4

Примечание: составлено авторами по результатам данного исследования.

Большинство студентов оценивают практические занятия как «пожалуй, интересные», при этом около 30% студентов не интересно на занятиях (табл. 4). Более интересны занятия юношам, чем девушкам (выявлены значимые различия между их ответами).

Однако уровень удовлетворённости организацией практических занятий по физической культуре не высок: 46,0% студентов удовлетворены занятиями (полностью или частично); 48,0% – частично или полностью не удовлетворены организацией занятий (табл. 5). Это указывает на необходимость обновления форматов проведения занятий. При этом также выявлены значимые различия между ответами девушек и юношей: юноши более удовлетворены занятиями, чем девушки.

Показательным был вопрос о посещении занятий при отсутствии зачёта: 26,7% студентов продолжили бы посещать занятия регулярно; 40,0% – посещали бы их иногда; 28,7% – полностью отказались бы от посещения (табл. 6). Это подтверждает доминирование формальной мотивации. Статистический анализ ответов студентов выявил значимые различия между ответами девушек и юношей: юноши посещали бы занятия чаще, чем девушки.

Практика организации дисциплины «Физическая культура и спорт» в вузе показывает, что такие ответы студентов действительно имеют место быть. Так, авторы столкнулись с тем, что при отсутствии в семестре зачета по дисциплине посещаемость студентов существенно снижалась.

Таблица 7

Мнения студентов об обязательности физической культуры в вузе

Как вы считаете, должна ли физическая культура быть обязательной дисциплиной в вузе?	Девушки		Юноши		Итого	
	%	Ранг	%	Ранг	%	Ранг
Да, должна	18,5	2	36,2	2	26,7	2
Нет	65,4	1	40,6	1	54,0	1
Затрудняюсь ответить	16,0	3	23,2	3	19,3	3

Примечание: составлено авторами по результатам данного исследования.

Таблица 8

Мнения студентов об оптимальном количестве часов на практические занятия физической культурой в вузе

Хотели бы вы, чтобы количество часов на практические занятия физической культурой в учебном плане было:	Девушки		Юноши		Итого	
	%	Ранг	%	Ранг	%	Ранг
увеличено до двух раз в неделю	16,0	2	30,4	2	22,7	2
увеличено до трёх раз в неделю	9,9	4	13,0	4	11,3	4
без изменений (один раз в неделю)	60,5	1	39,1	1	50,7	1
уменьшено (чтобы вообще не было обязательных практических занятий)	13,6	3	17,4	3	15,3	3

Примечание: составлено авторами по результатам данного исследования.

Показательным являлся вопрос о том, должна ли физическая культура быть обязательной дисциплиной в вузе (табл. 7). К сожалению, большая часть опрошенных студентов дала отрицательный ответ на этот вопрос. При этом процент отрицательных ответов у девушек был больше, чем у юношей (выявлены значимые различия между их ответами).

Необходимо отметить, что в рамках расписания студентов, принимавших участие в анкетировании, проходило одно практическое занятие (учебная пара) по элективной физической культуре в неделю. В связи с этим представлялось значимым выявить отношение студентов к количеству занятий. Опрос показал, что большую часть студентов (50,7%) это вполне устраивает, и они не хотят увеличения количества занятий. Особенно это устраивает девушек (60,5%); выявлены значимые различия между ответами девушек и юношей (табл. 8).

На вопрос «Помогают ли практические учебные занятия по физкультуре в вузе укрепить вам здоровье?» ответы распределились следующим образом: только 24,7% считают, что занятия помогают укреплять здоровье; 46,0% – ответили «вряд ли»; 18,0% – затруднились с ответом, и 11,3% считают, что занятия не помогают совсем. При этом процент отрицательных ответов у девушек был больше, чем у юношей (выявлены значимые различия между их ответами). Данные результаты показывают снижение доверия студентов

к эффективности существующей системы физического воспитания.

Студенты оценивают свое здоровье как в общем хорошее – 40,7%; отличное – 24,7%; удовлетворительное – 24,0%; часто болеют – 5,3%; плохое здоровье – 5,3%. Выявлены гендерные статистически значимые различия: юноши выше оценивают свое здоровье, чем девушки.

Корреляционный анализ (коэффициент корреляции указывает на тесноту линейной связи) между ответами на вопросы выявил следующую зависимость: чем лучше здоровье у студентов, тем больше им важна дисциплина «Физическая культура и спорт» ($r = 0,72$); чем более важна дисциплина для студентов, тем больше они считают, что практические учебные занятия по физкультуре укрепляют их здоровье ($r = 0,5$). Также анализ показал, что есть сильная прямая линейная связь: чем лучше здоровье у студентов, тем интересней им на занятиях по физкультуре в вузе ($r = 0,81$); чем интересней студентам на занятиях, тем больше они связывают физкультуру с укреплением здоровья ($r = 0,798$).

Исследование выявило и другие связи. Обозначим некоторые из них.

Чем выше студенты оценивают свой уровень физической подготовленности, тем важнее для них дисциплина «Физическая культура и спорт» ($r = 0,75$) и тем интереснее им на занятиях ($r = 0,95$).

Чем больше студенты считают, что занятия по дисциплине повышают их физическую подготовленность, тем важнее для них дисциплина ($r = 0,67$).

Чем больше значимость дисциплины, тем больше у студентов желание заниматься на практических занятиях ($r = 0,69$), а также тем больше они ходили бы на занятия, даже если бы не было зачета ($r = 0,64$).

Чем больше удовлетворенность организацией практических занятий по физкультуре, тем больше значимость дисциплины ($r = 0,94$).

Чем интересней студентам на практических занятиях, тем больше для них значимость дисциплины ($r = 0,76$) и больше удовлетворенность организацией физического воспитания в вузе ($r = 0,78$).

Чем интереснее на занятиях, тем больше у студентов желания заниматься ($r = 0,87$), а также тем больше студенты считают, что практические занятия по дисциплине повышают их физическую подготовленность ($r = 0,72$).

Чем более интересно на занятиях, тем больше студенты считают, что физическая культура должна быть обязательной дисциплиной в вузе ($r = 0,78$). Чем менее студентам интересно на занятиях, тем реже они ходили бы на занятия, если бы не было зачета ($r = 0,703$).

Если студентам интересно на занятиях по дисциплине, то статистически повышается их мотивация к занятиям физкультурой и спортом ($r = 0,82$).

Если студенты где-то дополнительно занимаются физкультурой, кроме обязательных практических занятий по физкультуре в вузе, то им здесь становится менее важна дисциплина «Физическая культура и спорт» ($r = 0,62$).

В условиях того, что занятия физкультурой в вузе проходят раз в неделю, повысить уровень физической подготовленности студентов становится практически невозможно, затруднительно даже сохранить первоначальный уровень, поэтому большое внимание со стороны преподавателей физкультуры должно уделяться самоподготовке студентов и мотивированию их к дополнительным занятиям. Анкетирование показало, что 21,3% студентов считают, что преподаватели достаточно их мотивируют к занятиям физкультурой, 30,0% – что мотивация присутствует, но требует улучшения, 28,0% – отметили слабую мотивацию, 10,7% – что преподаватели практически не мотивируют, остальные затруднились с ответом. Ответы девушек и юношей не имели значимых различий.

Выводы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является важным компонентом образовательного процесса высшей школы, способствующим укреплению здоровья, развитию личностных качеств и социальной адаптации студентов. Однако результаты проведенного исследования показывают наличие противоречия между потенциалом дисциплины и её фактическим восприятием обучающимися:

- дисциплина «Физическая культура и спорт» признаётся важной лишь половиной студентов;

- основной мотивацией посещения занятий остаётся получение зачёта, а не личная заинтересованность;

- значительная часть студентов, по их субъективной оценке, не ощущает выраженного оздоровительного эффекта от занятий;

- интерес к физической активности у студентов существует, однако физкультурные занятия в вузе не всегда соответствуют их ожиданиям;

- организация занятий и разнообразие видов активности требуют модернизации;

- повышение мотивации студентов возможно посредством индивидуализации занятий, расширения спортивных направлений и усиления воспитательной функции дисциплины.

Таким образом, современная система физического воспитания студентов нуждается в обновлении подходов: переходе к вариативным программам, учёте интересов студентов, внедрении современных форм двигательной активности и усилении мотивационной работы преподавателей. Только при условии формирования внутренней мотивации обучающихся физическая культура сможет выполнять свою полноценную образовательную и оздоровительную функцию.

Список литературы

1. Ибрагимов И. Ф., Салахияев Р. Р., Власова Т. С., Закирова Н. М., Сырова И. Н. Особенности преподавания дисциплин «Физическая культура и спорт» и «Физическая культура и спорт (элективные дисциплины)» в современных реалиях образования в вузе // Современные проблемы науки и образования. 2021. № 3. DOI: 10.17513/spno.30859.
2. Щетинина С. Ю. Повышение мотивации студентов вузов к выполнению нормативов комплекса ГТО как фактор улучшения их физической подготовленности // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2023. № 10 (224). https://www.elibrary.ru/download/elibrary_56683863_64546792.pdf (дата обращения: 20.05.2026).
3. Смирнов А. Б., Засухина Л. В., Смирнов С. А. Влияние физической активности на когнитивные функции и академическую успеваемость студентов // Глобальный научный потенциал. 2024. № 11-2 (164). С. 91–93. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=80311147> (дата обращения: 20.05.2026).

4. Щетинина С. Ю. Влияние занятий физической культурой и спортом на снижение стресса у студентов вуза // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2025. № 4 (242). С. 245–251. DOI: 10.5930/1994-4683-2025-4-245-251.
5. Купряшкина О. В., Минка И. Н. Физическая культура как фактор формирования здорового образа жизни студенческой молодежи // Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. 2025. № 4. С. 46–50. URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_88852168_66182382.pdf (дата обращения: 20.05.2026).
6. Безноско Н. Н., Сияевский Н. И., Фурсов А. В., Солдатенков Ф. Н. Отношение студенток к занятиям физической культурой и спортом в педагогическом вузе // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2022. № 12 (214). С. 57–61. https://www.elibrary.ru/download/elibrary_50280569_93604257.pdf (дата обращения: 20.05.2026).
7. Куликов И. А., Манин О. Ю. Анализ мотивации студентов технического вуза к занятиям физической культурой // Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта: сборник научных статей по итогам международной научно-практической конференции. Белгород, 2024. С. 627–631. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=80462065> (дата обращения: 20.05.2026).
8. Панина О. В., Фролова Л. В. Мотивация студентов к учебным занятиям физической культурой в вузе // Педагогическая перспектива. 2023. № 2. С. 3–8. DOI: 10.55523/27822559_2023_2(10)_3
9. Орловский А. С., Чарушина О. И. Актуальные проблемы развития физической формы у студентов // Безопасность в профессиональной деятельности педагога: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Екатеринбург, 2023. С. 121–124. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=59429319> (дата обращения: 20.05.2026).
10. Семизоров Е. А. Значение и развитие элективных дисциплин по физической культуре и спорту в Государственном аграрном университете Северного Зауралья // Мир науки, культуры, образования. 2018. № 6 (73). С. 189–191. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36807476> (дата обращения: 20.05.2026).
11. Баранов А. Н. Роль преподавателя физической культуры в формировании личности студента // Вестник Волжской государственной академии водного транспорта. 2015. № 42. С. 117–120. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23199289> (дата обращения: 20.05.2026).
12. Шумакова Н. Ю., Труфанова С. Н., Белоусова О. В. Технология взаимодействия преподавателя и студентов на занятиях физической культурой как средство реализации компетентного подхода в обучении // Мир науки, культуры, образования. 2015. № 2 (51). С. 229–231. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23737155> (дата обращения: 20.05.2026).
13. Щетинина С. Ю. Потребностно-мотивационная сфера студентов как фактор повышения эффективности физического воспитания в вузе // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2017. № 2 (144). С. 287–292. URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_28423023_44391000.pdf (дата обращения: 20.05.2026).
14. Голубева О. А., Коробейников Е. В., Светус О. В. Отношение обучающихся вуза к физической культуре: мониторинг, проблемы, пути решения // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2023. Т. 18. № 4. С. 157–163. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=59904665> (дата обращения: 20.05.2026).
15. Романов К. Ю. Исследование отношения студентов-медиков к занятиям физической культурой // Мир спорта. 2024. № 1 (94). С. 73–76. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=65120242> (дата обращения: 20.05.2026).

Конфликт интересов: Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest: The authors declare that there is no conflict of interest.

Финансирование: Авторы заявляют об отсутствии внешнего финансирования.

Financing: The research was performed without external funding.