

Дата поступления рукописи в редакцию: 18.06.2026 г.

DOI: 10.24412/2076-1503-2026-7-638-641

Дата принятия рукописи в печать: 03.08.2026 г.

ИМАНГУЛОВ Раис Шамильевич,

*доцент кафедры «Физического воспитания» УВО Университет управления «ТИСБИ» (Казань)
ФГБОУ ВО «Казанский государственный архитектурно-строительный университет»,*

e-mail: imangulovrais@gmail.com

ГАРИФУЛЛИНА Анастасия Олеговна,

*старший преподаватель кафедры «Физического воспитания» ФГБОУ ВО «Казанский
государственный энергетический университет»,*

e-mail: k.a.o.02@mail.ru

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОВРЕМЕННЫХ ПОДХОДОВ

Аннотация. В данной статье рассматривается проблема снижения интереса у студентов высших учебных заведений к дисциплине «Физическая культура». На основе анализа педагогической литературы и практического опыта авторов предлагаются методы повышения мотивации через внедрение здоровьесберегающих и фиджитал-технологий. Представлены результаты исследования, доказывающие, что интеграция инновационных педагогических подходов способствует не только улучшению физических показателей, но и формированию устойчивой потребности в здоровом образе жизни.

Ключевые слова: физическая культура, педагогика, мотивация студентов, здоровьесберегающие технологии, фиджитал-спорт, учебный процесс.

IMANGULOV Rais Shamilievich,

*Associate Professor of the Department of "Physical Education" UVO University of Management "TISBI"
(Kazan) FSBEI HE "Kazan State University of Architecture and Civil Engineering"*

GARIFULLINA Anastasia Olegovna,

Senior Lecturer, Department of Physical Education, FSBEI HE Kazan State Energy University

PEDAGOGICAL ASPECTS OF INCREASING STUDENT MOTIVATION IN PHYSICAL EDUCATION USING MODERN APPROACHES

Annotation. The article examines the problem of declining interest among higher education students in the discipline of "Physical Education". Based on the analysis of pedagogical literature and practical experience of the authors, methods for increasing motivation through the introduction of health-saving and phygital technologies are proposed. The results of the study are presented, proving that the integration of innovative pedagogical approaches contributes not only to the improvement of physical indicators, but also to the formation of a sustainable need for a healthy lifestyle.

Key words: physical education, pedagogy, student motivation, health-saving technologies, phygital sports, educational process.

Современная система высшего образования ставит перед кафедрами физического воспитания непростую задачу: не просто формально выполнить учебную программу, а реально вовлечь студенческую молодежь в систематические занятия спортом. Как показывает практика, интерес студентов к классическим урокам физкультуры неуклонно снижается, что

противоречит требованиям к профессиональной подготовке будущих специалистов.

Педагогика физической культуры сегодня находится на стыке традиционных методик и инновационных технологий. Возникает противоречие между необходимостью формировать физическую культуру личности и отсутствием у современного студента (поколения «цифры») мотивации к традиционным нагрузкам.

Это требует пересмотра педагогических подходов к организации занятий.

В своих исследованиях Гарифуллина А.О. справедливо отмечает, что «в настоящее время, студенческая физическая активность резко падает, студенты все чаще ведут малоподвижный образ жизни. Эта негативная тенденция ускоряется с появлением современной компьютерной техники» [5, с. 4]. Данное утверждение подтверждает актуальность нашего исследования и необходимость поиска эффективных педагогических решений.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность педагогических условий повышения мотивации студентов к занятиям физической культурой.

Задачи исследования:

Провести анализ научно-методической литературы по проблеме мотивации в физическом воспитании.

Выявить основные факторы снижения интереса у студентов к дисциплине.

Разработать и апробировать программу занятий с элементами здоровьесберегающих и цифровых технологий.

Оценить динамику мотивационных показателей в экспериментальной группе.

Исследование проводилось на базе Казанского государственного энергетического университета (КГЭУ) в период с сентября по декабрь 2025 года (осенний семестр). В эксперименте приняли участие 40 студентов (2 группы по 20 человек: контрольная и экспериментальная). Все участники — студенты 2-го курса, обучающиеся по направлению

«Электроэнергетика и электротехника».

Для реализации цели мы использовали педагогический подход, опирающийся на труды Васенкова Н.В. и Галиуллиной Д.Т. Васенков Н.В. в своих работах акцентирует внимание на средствах здоровьесберегающего физического воспитания, подчеркивая: «Новый вид нагрузок для повышения выносливости, в процессе которого укрепляется сердечная мышца, улучшается кровообращение и функция дыхания» [1, с. 712]. Мы адаптировали этот принцип, добавив в разминку функциональные упражнения на выносливость.

Вдохновляясь идеями Галиуллиной Д.Т. о влиянии фиджитал-игр, мы внедрили в экспериментальной группе соревновательный элемент с использованием мобильных приложений и датчиков движения [3].

Важным теоретическим основанием для нас послужили также исследования Гарифуллиной А.О., в которых доказывается, что «систематические физические нагрузки улучшают интеллектуальную деятельность» [5, с. 3]. Это позволило нам обосновать включение в программу не только физических, но и когнитивных элементов, направленных на развитие внимания и скорости реакции.

Методы исследования:

Педагогический эксперимент;

Анкетирование (опросник мотивации спортивной деятельности);

Педагогическое наблюдение;

Методы математической статистики.

Организация педагогического эксперимента на базе КГЭУ (сентябрь-

Этап	Контрольная группа (n=20)	Экспериментальная группа (n=20)
Входной контроль (сентябрь)	Анкетирование + сдача нормативов	Анкетирование + сдача нормативов
Программа занятий	Традиционная (ОФП, игровые виды)	Модифицированная (здоровьесбережение + фиджитал)
Выходной контроль (декабрь)	Повторное анкетирование + нормативы	Повторное анкетирование + нормативы
Анализ результатов	Сравнение динамики показателей (t-критерий Студента)	Сравнение динамики показателей (t-критерий Стьюдента)

В ходе констатирующего этапа эксперимента было выявлено, что у 65% студентов доминирует внешняя мотивация (получение зачета, избегание задолженностей). Низкий интерес к занятиям показали 40% респондентов.

После внедрения разработанной методики результаты изменились. В экспериментальной группе, где занятия включали фиджитал-элементы и принципы здоровье-сбережения по Васенкову Н.В., посещаемость выросла на 25%. Студенты отмечали, что им стало интереснее отслеживать свой прогресс через приложения.

Анализируя роль физической культуры в становлении личности, Абзалова С.В. в своей работе справедливо указывает: «Спорт является одним из главных социальных факторов, способствующих формированию здоровой личности» [2, с. 12]. Наши данные подтверждают этот тезис: у студентов экспериментальной группы улучшились не только физические показатели (сила, выносливость), но и повысилась самооценка, снизился уровень тревожности.

Что касается взглядов Хайруллина И.Т., его подход к физической культуре через призму здоровья при сердечно-сосудистых рисках оказался валиден и для общей группы. Мы использовали его рекомендации по нормализации режима дня и дозированию нагрузки, что позволило снизить количество жалоб на переутомление среди студентов с 15% до 5% [4, с. 186].

Особо следует отметить, что результаты нашего эксперимента коррелируют с данными, полученными Гарифуллиной А.О. В ее работе установлено, что «успеваемость студентов, дополнительно имеющих физическую нагрузку, значимо возросла, по сравнению с успеваемостью студентов, которые занимались по традиционной программе» [5, с. 2]. В нашем исследовании аналогично было зафиксировано повышение среднего балла успеваемости по общеобразовательным дисциплинам у студентов экспериментальной группы на 12% по сравнению с контрольной.

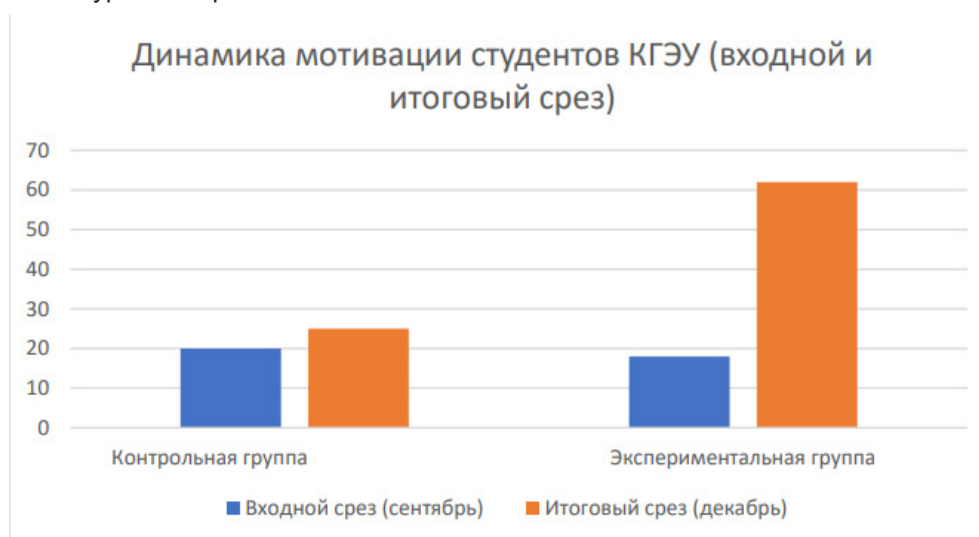


Рис. 1 - Динамика мотивации студентов (входной и итоговый срез)

Проведенное исследование показало, что использование современных педагогических подходов в физическом воспитании (интеграция здоровьесберегающих технологий Васенкова Н.В., социально-личностных методик Абзаловой С.В., инновационных фиджитал-решений Галиуллиной Д.Т., валеологических рекомендаций Хайруллина И.Т., а также когнитивно- физических методов, обоснованных в работах Гарифуллиной А.) позволяет качественно изменить отношение студентов к предмету.

Рекомендуется внедрять в учебный процесс вузов цифровые трекеры активности и фиджитал-турниры, что отвечает запросам современной молодежи и повышает эффективность педагогического воздействия.

Дальнейшие исследования могут быть направлены на разработку дифференцированных программ физического воспитания с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей студентов.

Список литературы:

- [1] Васенков Н.В. Средства здоровьесберегающего физического воспитания студентов / Н.В. Васенков, Е.В. Фазлеева, А.С. Шалавина // Наука и образование: новое время. – 2019. – № 1 (30). – С. 710-715.
- [2] Абзалова С.В. Роль физической культуры и спорта в жизни студента вуза / И.Ф. Ибрагимов, С.В. Абзалова, А.И. Муртазина, А.Г. Коржева // Глобальный научный потенциал. – 2018. – № 4 (85). – С. 10-13.

[3] Галиуллина Д.Т. Влияние фиджитал-игр на развитие и популяризацию спорта / Д.Т. Галиуллина, Д.Р. Айметдинов // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2024. – Т. 4- 1 (91). – С. 20-22.

[4] Хайруллин И.Т. Физическая культура и здоровый образ жизни при сердечно-сосудистых заболеваниях / А.Г. Хайруллин, Р.Г. Хуснутдинова, М.С. Ваганов // Физическая культура, спорт, туризм: наука, образование, информационные технологии. – Казань: КГЭУ, 2023. – С. 185-188.

[5] Сабирзянов С.И., Гарифуллина А.О. Проблемы мотивации студентов к занятиям физической культурой // Образование и право. – 2025. – № 4. – С. 457-460.

[6] Гарифуллина А.О., Яковлева С.С. Влияние физических нагрузок на развитие важных качеств студентов // Образование и право. – 2025. – № 2. – С. 387-391.

[7] Хайруллина Г.И., Гарифуллина А.О. Влияние адаптивной физической культуры на академическую успеваемость студентов // Донецкие чтения - 2025: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности. Материалы X Международной научной конференции. – Донецк, 2025. – С. 282-284.

References:

[1] Vasenkov N.V. Means of health-saving physical education of students/N.V. Vasenkov, E.V. Fazleeva, A.S. Shalavina//Science and education: a new time. – 2019. – № 1 (30). – S. 710-715.

[2] Abzalova S.V. The role of physical culture and sports in the life of a university student/ I.F. Ibragimov, S.V. Abzalova, A.I. Murtazina, A.G. Korzheva//Global scientific potential. – 2018. – № 4 (85). – S. 10-13.

[3] Galiullina D.T. The influence of fijital games on the development and popularization of sports/D.T. Galiullina, D.R. Aymetdinov//International Journal of Humanities and Natural Sciences. – 2024. – Т. 4- 1 (91). – S. 20-22.

[4] Khairullin I.T. Physical culture and a healthy lifestyle in cardiovascular diseases/A.G. Khairullin, R.G. Khusnutdinova, M.S. Vaganov// Physical culture, sports, tourism: science, education, information technology. - Kazan: KGEU, 2023. - S. 185-188.

[5] Sabirzyanov S.I., Garifullina A.O. Problems of motivating students to engage in physical education//Education and law. – 2025. – № 4. – S. 457-460.

[6] Garifullina A.O., Yakovleva S.S. Influence of physical exertion on the development of important qualities of students//Education and law. – 2025. – № 2. – S. 387-391.

[7] Khairullina G.I., Garifullina A.O. The influence of adaptive physical culture on the academic performance of students//Donetsk readings - 2025: education, science, innovation, culture and the challenges of our time. Materials of the X International Scientific Conference. - Donetsk, 2025. - S. 282-284.



**Юрическое издательство
«ЮРКОМПАНИ»**

Издание учебников,
учебных и методических
пособий, монографий,
научных статей.

Профессионально.

В максимально
короткие сроки.

Размещаем
в РИНЦ, Е-Library.

ЮРКОМПАНИ

www.law-books.ru