



ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА/PHYSICAL CULTURE AND PROFESSIONAL PHYSICAL TRAINING

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.169.63> EDN: ONRRCH**ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ СОВРЕМЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**

Научная статья

Буриков А.В.^{1,*}¹ ORCID : 0000-0003-1779-9763;¹ Московская государственная академия физической культуры, Ярославль, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (burikov2001[at]mail.ru)

Предложена: 13.03.2026; Принята: 26.06.2026; Опубликовано: 17.07.2026

Аннотация

Рассматриваются вопросы эффективности применения современных образовательных технологий, применяемых в образовательном процессе по физической культуре в профессиональных образовательных организациях. Целью исследования являлся анализ актуальных проблем, связанных с физической подготовленностью студенческой молодежи, а также разработка стратегий и методов для повышения их мотивации к ведению здорового образа жизни.

Отмечается, что в процессе физического воспитания в профессиональных образовательных организациях особое внимание уделяется применению современных образовательных технологий и интеграции инновационных методик в учебный процесс профессиональных образовательных учреждений, что способствует не только достижению предметных результатов, но и формированию всесторонне развитой личности обучающихся.

Делается вывод, что наиболее значимый и устойчивый педагогический результат в контексте физической культуры достигается посредством интеграции различных образовательных технологий в образовательный процесс. Данный подход, основанный на мультидисциплинарном взаимодействии, позволяет оптимизировать когнитивные и моторные навыки обучающихся, обеспечивая более глубокое усвоение учебного материала и развитие физических способностей.

Ключевые слова: профессиональная образовательная организация, обучающиеся, физическая подготовленность, образовательная технология, образовательный процесс, физическая нагрузка.

ASSESSMENT OF THE EFFECTIVENESS OF MODERN EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN PHYSICAL CULTURE IN PROFESSIONAL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS

Research article

Burikov A.V.^{1,*}¹ ORCID : 0000-0003-1779-9763;¹ Moscow State Academy of Physical Education, Yaroslavl, Russian Federation

* Corresponding author (burikov2001[at]mail.ru)

Suggested: 13.03.2026; Accepted: 26.06.2026; Published: 17.07.2026

Abstract

The article discusses the effectiveness of using modern educational technologies in the physical education process in professional educational organizations. The purpose of the study was to analyze current issues related to the physical fitness of students, as well as to develop strategies and methods to increase their motivation to lead a healthy lifestyle.

It is noted that in the process of physical education in professional educational organizations, special attention is paid to the use of modern educational technologies and the integration of innovative methods into the educational process of professional educational institutions, which contributes not only to achieving specific results, but also to the formation of a well-rounded personality among students.

It is concluded that the most significant and sustainable pedagogical result in the context of physical culture is achieved through the integration of various educational technologies into the image of the educational process. This approach, based on multidisciplinary collaboration, optimises students' cognitive and motor skills, ensuring a deeper understanding of the subject matter and the development of physical abilities.

Keywords: professional educational organization, students, physical fitness, educational technology, educational process, physical activity.

Введение

Уровень физической подготовленности современных выпускников образовательных организаций, осуществляющих подготовку в рамках общего профессионального образования демонстрирует тревожную тенденцию к снижению, что влечет за собой негативные последствия для их здоровья и общего благополучия [14, С. 85]. Эта проблема давно находится в центре внимания общественности, поскольку сохранение и укрепление здоровья подростков является критически важной задачей для обеспечения их гармоничного развития и социальной адаптации [3], [5].

В условиях современной социально-экономической ситуации в нашей стране, как отмечает ряд авторов [1, С. 85], [4], наблюдается ухудшение здоровья детей, снижение уровня физического развития и рост функциональных нарушений, заболеваемости и инвалидности, что требует комплексного подхода к решению данной проблемы.

Современные подростки все чаще ведут малоподвижный образ жизни, что оказывает негативное влияние на их физическое и психическое здоровье как в настоящем, так и в долгосрочной перспективе, отмечают в своих исследованиях Л. Е. Варфоломеева с соавторами [6, С. 213], И. П. Зайцева [10, С. 85]. Физическая активность и двигательная деятельность играют ключевую роль в процессе полноценного развития подростков, являясь неотъемлемой составляющей их воспитания и заботы о здоровье. Регулярные физические нагрузки способствуют укреплению иммунной системы, улучшению сердечно-сосудистой и дыхательной функции, а также повышению общей работоспособности организма.

В условиях современного общества обучающиеся образовательных организаций сталкиваются с повышенными психическими нагрузками, что требует от них возможности эффективного выражения и снятия накопившегося стресса. Недостаток адекватной физической активности и двигательной нагрузки может привести к серьезным нарушениям в работе центральной нервной системы, сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы обучающихся подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом является приоритетной задачей, направленной на поддержание их здоровья и гармоничного развития.

Образовательные организации разного уровня подготовки и ведомственной принадлежности должны активно способствовать созданию условий для регулярных занятий спортом и физической культурой, что создаст условия обучающимся поддерживать оптимальный уровень физической подготовленности и здоровья. Важно учитывать разнообразие видов физической активности, чтобы каждый обучающийся мог найти наиболее интересные и подходящие для себя формы занятий.

В работах Е. Т. Кузнецовой [12, С. 19], В. В. Кочергина с соавторами [15, С. 177] отмечается, что недостаток физической активности негативно влияет на когнитивные функции и психическое развитие обучающихся, хотя это не связано напрямую с интеллектуальной нагрузкой. Вынужденная неподвижность, возникающая в процессе умственного труда, приводит к снижению концентрации внимания, ухудшению памяти и общей умственной работоспособности. Регулярные физические упражнения способствуют улучшению мозгового кровообращения, что, в свою очередь, положительно сказывается на когнитивных процессах и психическом состоянии подростков.

Следовательно, физическая активность и двигательная деятельность играют важную роль в сохранении и укреплении здоровья обучающихся, а также в их общем развитии. Создание условий и стимулирование регулярных занятий спортом и физической культурой являются необходимыми мерами для поддержания уровня физической подготовленности, укрепления здоровья и эффективного преодоления психических нагрузок.

Физическая культура, как отмечает Я. С. Семенцова [16, С. 295], является системой спортивной деятельности, направленной на гармоничное развитие духовных и физических качеств человека с применением образовательных технологий.

Следовательно, образовательная технология — это система взаимодействия преподавателя и обучающихся, основанная на определённой концепции, принципах и взаимосвязи целей, содержания, методов и средств обучения.

В условиях динамичного развития общества и науки, традиционные подходы к преподаванию физической культуры уступают место современным методам, основанным на инновационных принципах.

Современные образовательные технологии, носящие инновационный характер, в последнее десятилетие стали неотъемлемой частью нашей жизни, проникая во все сферы деятельности, способствуя улучшению результатов и развитию творческого потенциала обучающихся.

Инновационные технологии в физической культуре представляют собой комплекс методов и средств, направленных на повышение эффективности образовательного процесса.

Целью данного исследования является выявление и анализ актуальных проблем, связанных с физической подготовленностью студенческой молодежи, а также разработка стратегий и методов для повышения их мотивации к ведению здорового образа жизни. Особое внимание уделяется применению современных образовательных технологий и интеграции инновационных методик в учебный процесс профессиональных образовательных учреждений. Исследование направлено на определение эффективных подходов к формированию физической культуры личности и укреплению здоровья студентов, что является неотъемлемой частью их профессиональной подготовки и личностного развития.

Методы и принципы исследования

Для решения задач исследования мы использовали общепринятые методы педагогического исследования такие как: наблюдение, анкетирование, педагогический эксперимент. Исследование проводилось в 2025 году на базе профессиональных образовательных организаций г. Ярославля. В нем приняло участие 188 обучающихся 16–18 лет без разделения на гендерные группы. Основу каждой экспериментальной группы составили учебные группы по 20–25 человек.

За базовые результаты уровня физической подготовленности принимались результаты, показанные обучающимися в сентябре 2025 года. На первом этапе исследования занятия по физической культуре проводились в соответствии с расписанием, но в каждой из групп акцент делался на отдельную современную образовательную технологию.

На втором этапе исследования участники педагогического эксперимента были разделены на группы с преимущественным использованием 3 современных образовательных технологий в образовательном процессе по физической культуре.

Основные результаты

Анализ педагогической и специальной литературы [2, С. 35], [7, С. 137], [13, С. 109], [17] в которой отражаются результаты современных педагогических исследований показал, что активное использование современных образовательных технологий позволяют:

- сделать учебный процесс более содержательным;
- повысить его привлекательность и современность;
- сделать информацию более интересной благодаря зрительным образам;
- улучшить качество обучения и мотивацию к получению и расширению образовательных компетенций;
- сделать урочные формы занятий физической культурой более наглядными и динамичными.

Результаты анкетирования обучающихся показал, что в процессе физического воспитания в профессиональных образовательных организациях у обучающихся не формируется необходимый багаж знаний по физической культуре (93,3%), включающий знание терминологии, используемой при проведении общеразвивающих упражнений (97,9%), отдельных двигательных действий (89,1%), на низком уровне находятся знания по основам здорового образа жизни и использованию здоровьесберегающих технологий в обычной жизни (98,7%).

При этом, оценка уровня физической подготовленности обучающихся по тестам уровня физической подготовленности: бег на 60м, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, прыжок в длину с места соответствовал оценке «удовлетворительно» (81,4%), оценке «хорошо» (15,1%), оценке «отлично» (3,5%).

Для повышения качества образовательного процесса по физической культуре в профессиональной образовательной организации мы сделали преимущественный акцент на использование современных образовательных технологий, таких как:

- здоровьесберегающие технологии;
- информационно-коммуникационные технологии;
- технология уровневой дифференциации;
- игровая технология;
- групповые технологии;
- личностно-ориентированные технологии;
- технология проектного обучения;
- фитнес-технологии.

Эти технологии были преимущественно использованы в образовательном процессе по физической культуре в учебных группах, принявших участие в нашем исследовании.

Одним из ключевых направлений использования здоровьесберегающих технологий, по мнению С. С. Енокаевой [9, С. 229], О. Р. Кокориной [11, С. 64], является создание благоприятного психологического климата в образовательном процессе по физической культуре, а успехи обучающихся способствуют формированию положительной мотивации к обучению, снижают эмоциональную напряжённость и улучшают взаимоотношения между всеми участниками образовательного процесса.

В группе (n=25) с применением здоровьесберегающих технологий за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

- повышение теоретических знаний в области физической культуры и здоровому образу жизни — 75,1%;
- увеличение результатов в беге на 60 м (63,6%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (57,3%), прыжок в длину с места (79,1%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Известно, что информационно-коммуникационные технологии помогают решать задачи поиска и хранения информации, планирования, контроля и управления занятиями физической культурой, диагностики состояния здоровья и уровня физической подготовленности обучающихся, повысить мотивацию обучения:

- разрядить эмоциональную напряжённость и оживить учебный процесс;
- развитию аналитической деятельности обучающихся;
- решать задачу повышения уровня знаний и развития познавательных навыков обучающихся;
- формировать у обучающихся умение работать с информацией и развивать коммуникативные способности.

В группе (n=24) с применением информационно-коммуникативных технологий за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

- повышение теоретических знаний в области физической культуры и здоровому образу жизни — 77,9%;
- увеличение результатов в беге на 60 м (53,6%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (51,9%), прыжок в длину с места (49,5%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Технология уровневой дифференциации направлена на создание условий для всестороннего развития личности каждого обучающегося, независимо от его особенностей и уровня подготовки. Это позволяет подобрать оптимальную физическую нагрузку для всех участников образовательного процесса.

В образовательном процессе по физической культуре в профессиональных учебных заведениях применяются элементы данной технологии:

- задания разрабатываются с учётом индивидуальных способностей, уровня развития и познавательных интересов обучающихся;
- оценка результатов учитывает не только конечный результат, но и прогресс в физическом воспитании обучающихся.

В группе (n=21) с применением технологии уровневой дифференциации за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

- повышение теоретических знаний в области физической культуры и здоровому образу жизни — 80%;

– увеличение результатов в беге на 60 м (51,1%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (52,8%), прыжок в длину с места (61,3%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Игровая технология представляет собой инновационный метод, направленный на активизацию двигательной деятельности обучающихся на учебных занятиях по физической культуре. Данный подход способствует интеграции эмоциональной составляющей в образовательный процесс, что позволяет значительно повысить мотивацию и вовлеченность в него обучающихся. Этот метод может быть эффективно интегрирован в различные виды учебной программы, включая неигровые формы физического воспитания, что расширяет его функциональность и применимость.

Игровая деятельность стимулирует развитие координационных способностей через выполнение разнообразных двигательных действий. В процессе игровой деятельности обучающиеся совершенствуют навыки быстрого бега, высоких и дальних прыжков, меткой стрельбы, бросков мяча и командной работы. Это способствует формированию комплексного физического развития и повышению уровня физической подготовленности.

Активная двигательная деятельность, сопровождаемая положительными эмоциями, активизирует физиологические процессы в организме, улучшая функционирование всех систем организма. Это подчеркивает важность использования игровых технологий в образовательном процессе для достижения гармоничного физического развития обучающихся.

В группе ($n=25$) с применением игровых технологий за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

- повышение теоретических знаний в области физической культуре и здоровому образу жизни — 95,1%;
- увеличение результатов в беге на 60 м (67,2%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (61,1%), прыжок в длину с места (69,9%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Групповые технологии представляют собой педагогическую стратегию, направленную на формирование у обучающихся навыков социального взаимодействия, системы ценностей, а также на развитие их способности к кооперации и индивидуализации действий. Эти технологии способствуют стимулированию стремления к достижению высоких результатов и повышению уровня социальной компетентности.

В контексте групповой деятельности, даже при выполнении элементарных упражнений, таких как эстафета, представляется возможным моделирование разнообразных социальных ситуаций, распределение ролей и решение комплексных задач. Командные игры, включая волейбол, баскетбол, гандбол и футбол, способствуют значительному повышению креативного потенциала обучающихся по сравнению с занятиями, ориентированными исключительно на выполнение индивидуальных упражнений.

В группе ($n=25$) с применением групповых технологий за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

- повышение теоретических знаний в области физической культуре и здоровому образу жизни — 71,7%;
- увеличение результатов в беге на 60 м (71,1%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (77,3%), прыжок в длину с места (69,5%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Соревновательные технологии представляют собой педагогические методы, направленные на оптимизацию моторных проявлений обучающихся через конкурентные механизмы. Эти технологии способствуют интенсификации эмоционального фона учебного процесса, повышению интереса к игровой деятельности, а также стимулируют развитие мотивации к совершенствованию технико-тактических навыков и физических кондиций.

Интеграция соревновательных технологий в образовательный процесс является эффективным инструментом привлечения обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом во внеучебное время. Участие в межгрупповых соревнованиях способствует формированию чувства коллективизма, повышает уровень вовлеченности и ответственности обучающихся за результаты своей учебной и спортивной деятельности. Это, в свою очередь, формирует устойчивый интерес к осознанным занятиям физической культурой и стимулирует их личностное и физическое развитие.

В группе ($n=23$) с применением соревновательных технологий за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

- повышение теоретических знаний в области физической культуре и здоровому образу жизни — 87,1%;
- увеличение результатов в беге на 60 м (91,6%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (79,7%), прыжок в длину с места (84,1%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Личностно-ориентированные образовательные технологии, как отмечают С. М. Воронин с соавторами [8, С. 33], представляют собой инновационный подход к обучению, направленный на развитие индивидуальных способностей, творческого потенциала и личностной самореализации обучающихся. Эти технологии основаны на концепции индивидуализации образовательного процесса, что позволяет учитывать уникальные когнитивные, эмоциональные и мотивационные особенности каждого обучающегося.

Таким образом, личностно-ориентированные и проектные технологии представляют собой комплексный подход к обучению, который позволяет не только эффективно решать образовательные задачи, но и способствует личностному и профессиональному развитию обучающихся.

В группе ($n=22$) с применением личностно-ориентированных технологий за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

- повышение теоретических знаний в области физической культуре и здоровому образу жизни — 71,1%;
- увеличение результатов в беге на 60 м (73,5%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (77,3%), прыжок в длину с места (89,5%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Технология проектного обучения в контексте учебных занятий по физической культуре представляет собой инновационный метод, основанный на активном участии обучающихся в образовательном процессе через их

целенаправленную деятельность, ориентированную на личные интересы и познавательные потребности. Данный подход способствует трансформации обучающихся в субъекты образовательного процесса, где они самостоятельно осуществляют учебную деятельность и оказывают влияние на содержание и структуру своего образования.

Проекты в рамках учебных занятий по физической культуре могут быть направлены на исследование влияния физической активности на физиологические и психоэмоциональные параметры организма, изучение исторических аспектов развития спорта, организацию и проведение спортивных мероприятий и праздников, а также разработку индивидуальных программ физического развития.

Внедрение проектного обучения в образовательный процесс по физической культуре в профессиональных образовательных организациях значительно повышает его мотивационную составляющую, поскольку обучающиеся активно участвуют в сборе и анализе информации по выбранной теме, обосновывают целесообразность выполнения конкретных физических упражнений и овладения специфическими навыками для достижения личных целей физического совершенствования и развития волевых качеств.

Использование современных технологий в контексте физического воспитания представляет собой креативный педагогический подход, направленный на повышение мотивационной составляющей образовательного процесса и стимулирование интереса к физической культуре и спорту.

Данный подход также способствует решению задач повышения уровня физической подготовленности обучающихся и укрепления их здоровья, что является ключевым аспектом в контексте современных образовательных стандартов и приоритетов в области здоровьесбережения.

В группе (n=24) с применением технологии проектного обучения за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

повышение теоретических знаний в области физической культуры и здоровому образу жизни — 79,1%;

увеличение результатов в беге на 60 м (67,3%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (57,5%), прыжок в длину с места (56,2%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Современные фитнес-технологии представляют собой инновационные методики, позволяющие значительно повысить уровень вовлеченности обучающихся, обеспечивая не только физическую активность, но и когнитивное развитие, а также формирование психоэмоциональной устойчивости.

Ключевым аспектом эффективности фитнес-технологий является их способность влиять на широкий спектр физиологических и психологических параметров организма. В частности, данные технологии способствуют улучшению эмоционального фона и психоэмоционального состояния обучающихся, что особенно актуально в условиях высокого уровня стресса и психоэмоциональной нагрузки.

Важным преимуществом фитнес-технологий является их адаптивность к индивидуальным особенностям обучающихся. Благодаря возможности варьирования ритма и темпа упражнений, фитнес-программы могут быть адаптированы под различные возрастные группы, уровень физической подготовленности и специфические потребности участников. Это позволяет обеспечить максимальную эффективность занятий и минимизировать риск травматизма.

Таким образом, фитнес-технологии представляют собой мощный инструмент для оптимизации процесса физического воспитания, способствуя гармоничному развитию личности и формированию устойчивого здоровья.

В группе (n=21) с применением фитнес-технологий за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

– повышение теоретических знаний в области физической культуры и здоровому образу жизни — 71,3%;

– увеличение результатов в беге на 60 м (68,5%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (87,3%), прыжок в длину с места (69,7%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

На втором этапе исследования мы провели исследование эффективности использования современных образовательных технологий, объединенных в группы.

Так, нами были сформированы 2 экспериментальные группы:

Первая группа (n — 95) с преимущественным использованием:

- здоровые сберегающих технологий;
- информационно-коммуникационных технологий;
- игровой технологии;

Вторая группа (n — 93) с преимущественным использованием:

- личностно-ориентированных технологий;
- технологии проектного обучения;
- фитнес-технологий.

Базовым уровнем физической подготовленности обучающихся для проведения второй части педагогического эксперимента выступили результаты, показанные обучающимися по тестам уровня физической подготовленности, применяемым в конце первой части исследования: бег на 60м, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, прыжок в длину с места соответствовал оценке «удовлетворительно» (61,1%), оценке «хорошо» (21,6%), оценке «отлично» (17,3%).

В результате второго этапа педагогического эксперимента с применением комплекса современных педагогических технологий, подтвердивших свою эффективность в первой части исследования, за 12 учебных недель (3 месяца) нами были получены следующие результаты:

В первой группе повышение теоретических знаний в области физической культуры и здоровому образу жизни — 88,1%;

увеличение результатов в беге на 60 м (87,7%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (91,9%), прыжок в длину с места (86,2%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Во второй группе повышение теоретических знаний в области физической культуре и здоровому образу жизни — 89,3%;

увеличение результатов в беге на 60 м (88,7%), сгибании и разгибании рук в упоре лёжа (95,4%), прыжок в длину с места (89,2%). Все полученные результаты обладали высокой степенью достоверности ($p \leq 0,05$).

Заключение

В результате проведенного многоуровневого экспериментального исследования можно с высокой степенью уверенности констатировать, что:

1) внедрение современных образовательных технологий в учебный процесс по физической культуре способствует не только достижению предметных результатов, но и формированию всесторонне развитой личности учащихся. Это достигается за счет акцента на развитие универсальных способов образовательной деятельности, которые являются ключевым фактором обеспечения академической успешности на всех последующих этапах образовательного процесса;

2) наиболее значимый и устойчивый педагогический результат в контексте физической культуры достигается посредством интеграции различных образовательных технологий в образовательный процесс. Данный подход, основанный на мультидисциплинарном взаимодействии, позволяет оптимизировать когнитивные и моторные навыки обучающихся, обеспечивая более глубокое усвоение учебного материала и развитие физических способностей.

Следовательно, полученные результаты могут быть использованы при разработке современных методик обучения.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Абдулов М.Р. Специфика организации физического воспитания обучающихся в вузах / М.Р. Абдулов // Мир науки, культуры, образования. — 2021. — № 6 (91). — С. 84–87. — DOI: 10.24412/1991-5497-2021-691-84-87.
2. Агамирова Е.В. Психолого-педагогические аспекты физического воспитания студентов / Е.В. Агамирова, Г.Р. Чубанова, Н.В. Косарева // Качество. Инновации. Образование. — 2021. — № 6 (176). — С. 31–38. — DOI: 10.31145/1999-513x-2021-6-31-38.
3. Буриков А.В. Анализ результатов выполнения физических упражнений при различной форме организации в процессе образовательной деятельности / А.В. Буриков // Международный научно-исследовательский журнал. — 2024. — № 5 (143). — URL: <https://research-journal.org/archive/5-143-2024-may/10.60797/IRJ.2024.141.32> (дата обращения: 11.01.2026). — DOI: 10.60797/IRJ.2024.143.2.
4. Буриков А.В. Физическое воспитание в формировании компетенций обучающихся образовательных организаций / А.В. Буриков // Международный научно-исследовательский журнал. — 2025. — № 5 (155). — URL: <https://research-journal.org/archive/5-155-2025-may/10.60797/IRJ.2025.155.62> (дата обращения: 21.12.2025). — DOI: 10.60797/IRJ.2025.155.62.
5. Буриков А.В. Эффективность образовательного процесса по физической подготовке как основа гармонического развития личности обучающихся / А.В. Буриков // Международный научно-исследовательский журнал. — 2024. — № 8 (146). — URL: <https://research-journal.org/archive/8-146-2024-august/10.60797/IRJ.2024.146.4> (дата обращения: 09.11.2025). — DOI: 10.60797/IRJ.2024.146.4.
6. Варфоломеева Л.Е. Направленность образовательного процесса по физической культуре в вузе / Л.Е. Варфоломеева, А.В. Буриков, В.Н. Васин // Современный ученый. — 2022. — № 2. — С. 211–215.
7. Васин В.Н. Теоретико-экспериментальное обоснование программы формирования профессионально важных качеств средствами физической культуры / В.Н. Васин, Н.Т. Косяшников, А.В. Буриков // Вестник РГАТА имени П.А. Соловьева. — 2014. — № 4 (31). — С. 134–139.
8. Воронин С.М. Принцип влияния личностно ориентированной физической подготовки на успешность освоения профессиональной деятельности / С.М. Воронин, А.В. Буриков, Л.Ю. Шалайкин // В мире научных открытий. — 2010. — № 5-1 (11). — С. 32–34.
9. Енокаева С.С. Образовательные технологии в физическом воспитании школьников / С.С. Енокаева // Современные проблемы экономики, социально-гуманитарных и юридических наук: теория, методология, практика : материалы Международной научно-практической конференции, Краснодар, 19 апреля 2024 года. — Краснодар: Российское энергетическое агентство, 2024. — С. 226–233.
10. Зайцева И.П. Современная специфика организации учебного процесса по прикладной физической культуре в вузе / И.П. Зайцева // Теория и практика физической культуры. — 2023. — № 2. — С. 85–87.
11. Кокорина О.Р. Здоровьесберегающие технологии в учебном процессе педагогического вуза / О.Р. Кокорина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 2008. — № 6. — С. 64–65.
12. Кузнецова Е.Т. Формирование здоровьесберегающей компетенции студентов учреждения высшего образования в процессе физического воспитания / Е.Т. Кузнецова, Н.В. Коляда // Здоровье для всех. — 2023. — № 2. — С. 17–22.

13. Перова Г.М. Современные направления системы преподавания физической культуры в вузе / Г.М. Перова, А.А. Аникин, Т.С. Аникина // Педагогическое образование и наука. — 2020. — № 2. — С. 109–111.
14. Петренко Д.Г. Состояние организации занятий по предмету физическая культура с детьми, обучающимися в общеобразовательных школах, имеющими отклонения в состоянии здоровья / Д.Г. Петренко, Е.З. Дашапилова // Энигма. — 2020. — № 22-2. — С. 84–87.
15. Кочергин В.В. Построение занятий по физической культуре в вузах: состояние вопроса / В.В. Кочергин, С.Т. Севрюков, С.А. Андронов [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. — 2023. — № 4 (218). — С. 176–180. — DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.04.
16. Семенцова Я.С. Современные педагогические технологии физической культуры и физического воспитания / Я.С. Семенцова // Молодой ученый. — 2024. — № 15 (514). — С. 295–297.
17. Темрбай Н.М. Модель совершенствования физического воспитания студентов в вузе / Н.М. Темрбай, А.Т. Калдыбаева, А.М. Байкулова // Теория и методика физической культуры. — 2025. — № 2 (80). — С. 81–94. — DOI: 10.48114/2306-5540_2025_2_81.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Abdulov M.R. Specifika organizacii fizicheskogo vospitaniya obuchajushhihsja v vuzah [Specifics of the organization of physical education of students in universities] / M.R. Abdulov // Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya [World of Science, Culture, Education]. — 2021. — № 6 (91). — P. 84–87. — DOI: 10.24412/1991-5497-2021-691-84-87. [in Russian]
2. Agamirova E.V. Psihologo-pedagogicheskie aspekty fizicheskogo vospitaniya studentov [Psychological and pedagogical aspects of physical education of students] / E.V. Agamirova, G.R. Chubanova, N.V. Kosareva // Kachestvo. Innovacii. Obrazovanie [Quality. Innovations. Education]. — 2021. — № 6 (176). — P. 31–38. — DOI: 10.31145/1999-513x-2021-6-31-38. [in Russian]
3. Burikov A.V. Analiz rezul'tatov vypolneniya fizicheskikh uprazhnenij pri razlichnoj forme organizacii v processe obrazovatel'noj dejatel'nosti [Analysis of the results of physical exercises performance in various forms of organization in the educational process] / A.V. Burikov // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal [International Research Journal]. — 2024. — № 5 (143). — URL: <https://research-journal.org/archive/5-143-2024-may/10.60797/IRJ.2024.141.32> (accessed: 11.01.2026). — DOI: 10.60797/IRJ.2024.143.2. [in Russian]
4. Burikov A.V. Fizicheskoe vospitanie v formirovanii kompetencij obuchajushhihsja obrazovatel'nyh organizacij [Physical education in the formation of competencies of students of educational organizations] / A.V. Burikov // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal [International Research Journal]. — 2025. — № 5 (155). — URL: <https://research-journal.org/archive/5-155-2025-may/10.60797/IRJ.2025.155.62> (accessed: 21.12.2025). — DOI: 10.60797/IRJ.2025.155.62. [in Russian]
5. Burikov A.V. Jeffektivnost' obrazovatel'nogo processa po fizicheskoj podgotovke kak osnova garmonicheskogo razvitiya lichnosti obuchajushhihsja [Effectiveness of the educational process in physical training as a basis for the harmonious development of students' personality] / A.V. Burikov // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal [International Research Journal]. — 2024. — № 8 (146). — URL: <https://research-journal.org/archive/8-146-2024-august/10.60797/IRJ.2024.146.4> (accessed: 09.11.2025). — DOI: 10.60797/IRJ.2024.146.4. [in Russian]
6. Varfolomeeva L.E. Napravlenost' obrazovatel'nogo processa po fizicheskoj kul'ture v vuze [Direction of the educational process in physical culture at the university] / L.E. Varfolomeeva, A.V. Burikov, V.N. Vasin // Sovremennyy uchenyy [Modern Scientist]. — 2022. — № 2. — P. 211–215. [in Russian]
7. Vasin V.N. Teoretiko-jekspperimental'noe obosnovanie programmy formirovaniya professional'no vazhnykh kachestv sredstvami fizicheskoy kul'tury [Theoretical and experimental substantiation of the program for the formation of professionally important qualities by means of physical culture] / V.N. Vasin, N.T. Kosjashnikov, A.V. Burikov // Vestnik RGATA imeni P.A. Solov'eva [Bulletin of RSATA named after P.A. Solovyov]. — 2014. — № 4 (31). — P. 134–139. [in Russian]
8. Voronin S.M. Princip vlijanija lichnostno orijentirovannoj fizicheskoy podgotovki na uspešnost' osvoenija professional'noj dejatel'nosti [The principle of influence of personality-oriented physical training on the success of mastering professional activity] / S.M. Voronin, A.V. Burikov, L.Ju. Shalajkin // V mire nauchnykh otkrytij [In the World of Scientific Discoveries]. — 2010. — № 5-1 (11). — P. 32–34. [in Russian]
9. Enokaeva S.S. Obrazovatel'nye tehnologii v fizicheskom vospitanii shkol'nikov [Educational technologies in physical education of schoolchildren] / S.S. Enokaeva // Sovremennye problemy jekonomiki, social'no-gumanitarnykh i juridicheskikh nauk: teorija, metodologija, praktika : materialy Mezhdunarodnoj nauchno-praktičeskoj konferencii, Krasnodar, 19 aprlja 2024 goda [Modern problems of economics, socio-humanitarian and legal sciences: theory, methodology, practice : materials of the International Scientific and Practical Conference, Krasnodar, April 19, 2024]. — Krasnodar: Russian Energy Agency, 2024. — P. 226–233. [in Russian]
10. Zajceva I.P. Sovremennaja specifika organizacii uchebnogo processa po prikladnoj fizicheskoj kul'ture v vuze [Modern specifics of the organization of the educational process in applied physical culture at the university] / I.P. Zajceva // Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury [Theory and Practice of Physical Culture]. — 2023. — № 2. — P. 85–87. [in Russian]
11. Kokorina O.R. Zdorov'esberegajushhie tehnologii v uchebnom processe pedagogičeskogo vuza [Health-saving technologies in the educational process of a pedagogical university] / O.R. Kokorina // Fizicheskaja kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka [Physical Culture: Upbringing, Education, Training]. — 2008. — № 6. — P. 64–65. [in Russian]
12. Kuznecova E.T. Formirovanie zdorov'esberegajushhej kompetencii studentov uchrezhdenija vysshego obrazovaniya v processe fizicheskogo vospitaniya [Formation of health-saving competence of students of higher education institutions in the



process of physical education] / E.T. Kuznecova, N.V. Koljada // Zdorov'e dlja vseh [Health for All]. — 2023. — № 2. — P. 17–22. [in Russian]

13. Perova G.M. Sovremennye napravlenija sistemy prepodavaniya fizicheskoj kul'tury v vuze [Modern directions of the system of teaching physical culture at the university] / G.M. Perova, A.A. Anikin, T.S. Anikina // Pedagogicheskoe obrazovanie i nauka [Pedagogical Education and Science]. — 2020. — № 2. — P. 109–111. [in Russian]

14. Petrenko D.G. Sostojanie organizacii zanjatij po predmetu fizicheskaja kul'tura s det'mi, obuchajushhimisja v obshheobrazovatel'nyh shkolah, imejushhimi otklonenija v sostojanii zdorov'ja [The state of organization of classes in physical education with children studying in general education schools with health deviations] / D.G. Petrenko, E.Z. Dashapilova // Jenigma [Enigma]. — 2020. — № 22-2. — P. 84–87. [in Russian]

15. Kochergin V.V. Postroenie zanjatij po fizicheskoj kul'ture v vuzah: sostojanie voprosa [Construction of physical education classes in universities: state of the issue] / V.V. Kochergin, S.T. Sevrjukov, S.A. Andronov [et al.] // Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta [Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University]. — 2023. — № 4 (218). — P. 176–180. — DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.04. [in Russian]

16. Semencova Ja.S. Sovremennye pedagogicheskie tehnologii fizicheskoj kul'tury i fizicheskogo vospitanija [Modern pedagogical technologies of physical culture and physical education] / Ja.S. Semencova // Molodoj uchenyj [Young Scientist]. — 2024. — № 15 (514). — P. 295–297. [in Russian]

17. Temrbaj N.M. Model' sovershenstvovanija fizicheskogo vospitanija studentov v vuze [Model of improving physical education of students at the university] / N.M. Temrbaj, A.T. Kaldybaeva, A.M. Bajkulova // Teorija i metodika fizicheskoj kul'tury [Theory and Methodology of Physical Culture]. — 2025. — № 2 (80). — P. 81–94. — DOI: 10.48114/2306-5540_2025_2_81. [in Russian]