

УДК 796

## МОНИТОРИНГ ДВИГАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ И ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Сагинбаев Руслан Айбекулы

[ruslan\\_04\\_04@mail.ru](mailto:ruslan_04_04@mail.ru)

Студент 4 курса образовательной программы «Физическая культура и спорт» Атырауский университет имени Х. Досмухамедова, г. Атырау, Республика Казахстан  
Научный руководитель, д.п.н., профессор - Буров А.Э.

**Актуальность.** Различные сферы физической культуры и спорта напрямую и косвенно влияют на социальную, экономическую и политическую жизненную реальность казахстанского общества. Без физической культуры уже невозможно представить формирование высококвалифицированного профессионала, владеющего широким спектром трудовых компетенций, и способного качественно их реализовывать в современных экономических условиях. Обороноспособность, рынок труда, развитие перспективных наукоемких технологий и производств также требует наличие физически развитого населения, в первую очередь, молодого поколения [1].

В настоящее время со стороны общества существует социальный заказ на разработку здоровьесберегающих технологий, создание в образовательных учреждениях условий, способствующих поддержке здоровья и создание условий для получения качественного образования молодого поколения, что, безусловно, является первостепенным приоритетом в организации современного учебно-воспитательного процесса [2].

Поэтому, на протяжении всего периода обучения одной из важнейших задач является комплексная оценка физического состояния студента и его соответствия половозрастным критериям двигательного развития, особенно, в условиях устойчивой тенденции ухудшения здоровья, увеличения заболеваемости по всем классам болезней, ухудшения физического развития, снижения уровня физической подготовленности на фоне выраженной гипокинезии и гиподинамии молодежи. В реализации данной задачи большая роль отводится физической культуре, в рамках которой должен осуществляться мониторинг двигательной компетентности студентов на протяжении всего периода обучения в вузе. Прежде всего, он должен рассматриваться не только как «наблюдение, оценка, анализ и прогнозирование» физического состояния, но и как средство управления и коррекции учебно-воспитательным процессом физического воспитания на основе получаемой достоверной информации по совершенствованию действующих организационных форм вузовской физической культуры и повышению эффективности и результативности физического воспитания в высших профессиональных образовательных учреждениях [3].

Данные многочисленных опросов и анкетирований школьных учителей и преподавателей физической культуры Атырауской области, а также других регионов

Казахстана [4], свидетельствуют, что при практической реализации мониторинга существуют некоторые противоречия на следующих уровнях: социально-педагогическом – между необходимостью улучшения состояния здоровья студентов и информационной необеспеченностью процесса физического воспитания; научно-педагогическом – между необходимостью научного обоснования проведения мониторинга физического развития и двигательной подготовленности студенческой популяции и недостатком теоретических и эмпирических исследований; научно-методическом – между необходимостью создания педагогических условий комплексной оценки физического состояния студентов, занимающихся физической культурой и отсутствием единых методических рекомендаций по проведению мониторинговых исследований.

При этом, само наличие оценочных критериев двигательного развития в вузовских образовательных программах дисциплины «физическая культура» не гарантирует способность студентов успешно их выполнять.

Имеющиеся противоречия и определяют актуальность данной проблематики и позволяют сформулировать тему исследовательского проекта, направленного на обеспечение здоровьесберегающих подходов в организации работы по физическому воспитанию, развитию у студентов навыков самоконтроля за своим физическим развитием и функциональным состоянием организма.

**Целью** данного исследования явилась оценка мотивационных установок к ценностям физической культуры и отдельных компонентов физической подготовленности студентов, что позволяет выявить фактические тенденции в двигательном развитии студентов.

В ходе проведенного мониторингового исследования решались следующие **задачи**:

1. Изучение отношения студенческой молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом как неотъемлемой составляющей здорового образа жизни, а также мотивации студенческой популяции к физкультурно-спортивной деятельности.

2. Оценка и статистический анализ уровня сформированности основных физических качеств и двигательных навыков у студентов Атырауского университета им. Х. Досмухамедова с целью выявления ведущих и отстающих звеньев в структуре их двигательного развития.

3. Выработка методических рекомендаций по коррекции практического содержания рабочих программ дисциплины «физическая культура» с учетом выявленных несоответствий возрастным нормативным требованиям физической подготовленности.

**Организация исследования.** В исследовании приняли участие 248 студентов Атырауского университета (из них – 184 юношей и 64 девушки).

Мониторинговое исследование состояло из двух взаимосвязанных блоков: *изучение мотивационных установок студенческой молодежи в сфере здоровьесбережения и тестирование и анализ двигательного развития студентов I курса Атырауского университета.*

**Методы исследования.** Изучение мотивационных установок и ценностных ориентаций в сфере здоровьесбережения оценивалось с помощью бланковых диагностических методик: «Готовность к саморазвитию в физической культуре» и «Определение мотивации к физкультурно-спортивной деятельности» [5].

Оценка текущего уровня развития основных физических качеств и двигательных навыков проводилась по тестовой программе для студентов I курса с использованием единой нормативной базы, как наиболее информативной и доступной в рамках вузовского образования, которая включала следующие задания: бег 100 м (сек); бег 2000/3000 м (мин, сек); прыжок в длину с места (см); подтягивание (раз); наклон вперед стоя на скамейке (см); подъем туловища за 1 мин (раз) [6].

**Оценка ожидаемой эффективности мониторинга.**

1. Получение новых данных об уровне и состоянии физической подготовленности студентов-первокурсников и их отношения к ценностям физической культуры.

2. Расширение диагностического инструментария двигательного развития студентов.

3. Повышение интереса к физкультурно-спортивной деятельности студенческой молодежи.

4. Получение возможности создания новых наиболее эффективных форм и средств физического воспитания в системе высшего профессионального образования.

**Результаты исследования.** Проанализируем полученные результаты анонимного анкетирования студентов-первокурсников Атырауского университета по личностному отношению к физической культуре как ведущему компоненту здорового образа жизни, приведены в таблице 1.

По методике «Готовности к саморазвитию в физической культуре» обращает на себя внимание относительно большое количество студентов с позитивным отношением к ценностям физической культуры (14,9%), но низкой мотивацией к кардинальным переменам (63,3%). Также отмечаем значительное количество студентов не желающих физически саморазвиваться (10,5%).

Таблица – 1. Результаты анкетирования студентов-первокурсников Атырауского университета (n=248) по их отношению к физкультурно-спортивной деятельности

Категории тестирования	Кол-во (чел)	%
<b>1. Готовность к саморазвитию в физической культуре</b>		
не хочу узнавать о себе, но могу совершенствоваться	28	11,3
хочу узнавать о себе и могу совершенствоваться	37	14,9
не хочу узнавать о себе и не могу изменяться	26	10,5
хочу узнавать о себе, но не могу себя изменить	157	63,3
<b>2. Мотивация к физкультурно-спортивной деятельности</b>		
высокая мотивация	39	15,7
хорошая мотивация	61	24,6
положительное отношение к ФКС	102	41,1
низкая мотивация	35	14,1
негативное отношение к ФКС	11	4,4

По методике «Мотивации к физкультурно-спортивной деятельности» суммарное количество студентов положительно относящихся к физической культуре и спорту составляет 81,4% от всей выборки.

Следует отметить, на наш взгляд, достаточно высокий суммарный процент респондентов с неприятием ценностей физической культуры (14,1% и 4,4%), который в количественном выражении составляет 46 человек, т.е. почти каждый пятый из общего количества анкетированных.

Далее проведем анализ результатов тестирования различных компонентов двигательной подготовленности студентов и студенток I курса различных специальностей Атырауского университета.

В таблице 2 представлены результаты фактического выполнения юношами (n=184) кондиционных тестовых заданий в сравнении с нормативными возрастными требованиями. Оценочные нормативы приведены с учетом уровня сформированности оцениваемых двигательных качеств.

**Таблица – 2. Показатели студентов I курса (n=184) в сравнении с нормативными возрастными требованиями и уровневые оценки сформированности физических качеств**

№	Виды испытаний	результаты (факт.)	норматив	уровневая оценка
1	Бег 100 м., (с)	15,3	15,1-14,8-13,5	низкий
2	Бег 3000 м. (мин., с)	14,08	14,00-13,30-12,30	низкий

3	Прыжок в дл/м (см)	189,0	215-230-240	низкий
4	Подтягивание (раз)	10,8	9-10-13	средний
5	Наклон вперед на скамейке (см)	+8,4	+6-+7-+13	выше среднего
6	Подъем туловища за 1 мин (раз)	35,02	<45-45-49-55- >55	низкий

*Примечание.* Алгоритм перевода количественных значений в уровневую оценку представлен в вышеприведенной таблице.

Как видно из вышеприведенной таблицы, сопоставление фактических количественных показателей с нормативными позволяет говорить о неравномерности развития основных физических качеств и, в целом, о недостаточном уровне их сформированности у юношей-первокурсников Атырауского университета.

Так, в представленной выборке студентов средний уровень зарегистрирован только по силовым способностям (подтягивание на высокой перекладине), а показатели гибкости соответствуют выше среднего уровню.

По остальным тестам получены результаты ниже предъявляемых возрастных требований, а именно в тестах, требующих проявления быстроты (бег 100 м), общей выносливости (3000 м), скоростно-силовых способностей (прыжок в длину с места) и скоростной выносливости (подъем туловища за 1 мин). Этот факт свидетельствует, что эти физические качества являются отстающими звеньями в комплексной структуре двигательного развития тестируемых юношей.

Аналогичным образом рассмотрим результаты тестирования студенток-первокурсниц Атырауского университета. Данные сравнения полученных показателей с возрастными нормативами и учетом их уровневой оценки приведены в таблице 3.

**Таблица-3. Показатели студенток I курса (n=64) в сравнении с нормативными возрастными требованиями и уровневыми оценками сформированности физических качеств**

№	Виды испытаний	результаты (факт.)	Норматив	уровневая оценка
1	Бег 100 м., (с)	18,6	17,5-17,0-16,5	низкий
2	Бег 2000 м. (мин., с)	13,05	11,35-11,15-10,30	низкий
3	Прыжок в дл/м (см)	155,2	170-180-195	низкий
4	Подтягивание н/п (раз)	9,0	10-15-20	низкий
5	Наклон вперед на скамейке (см)	+7,9	+8-+11-+16	ниже среднего
6	Подъем туловища за 1 мин (раз)	29,9	30<-30-36-42>42	низкий

*Примечание.* Алгоритм перевода количественных значений в уровневую оценку представлен в вышеприведенной таблице.

Как видно из табл. 3, фактические среднеарифметические результаты тестируемой выборки девушек по всем исследуемым кондициям значительно уступают возрастным нормативным требованиям, что соответствует низким уровням сформированности физических качеств и двигательных навыков.

Низкий уровень развития у студенток зарегистрирован в оценке общей выносливости, скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей.

И только показатели гибкости соответствуют ниже среднего уровня, что также является недостаточным для данной возрастной гендерной группы.

Таким образом, уровневая оценка студентов и студенток обоих принимавших участие в исследовании вузов позволяет сделать следующие **выводы**:

1. По результатам анонимного анкетирования зарегистрировано относительно большое количество студентов с позитивным отношением к ценностям физической культуры (14,9%), но низкой мотивацией к кардинальным переменам (63,3%). Также отмечается значительное количество студентов не желающих физически саморазвиваться (10,5%).

2. Суммарное количество студентов положительно относящихся к физической культуре и спорту составляет 81,4% от всей выборки. Также выявлен высокий суммарный процент респондентов с неприятием ценностей физической культуры (14,1% и 4,4%), который в количественном выражении составляет 46 человек, т.е. почти каждый пятый из общего количества анкетированных.

3. В структуре комплексной физической подготовленности студентов I курса Атырауского университета ярко выражена неравномерность развития основных физических качеств, большинство полученных результатов не соответствует возрастным нормативным критериям, что позволяет говорить о недостаточном уровне их сформированности.

4. Отстающими звеньями в комплексной структуре двигательного развития тестируемых юношей являются такие физические качества как: быстрота; общая выносливость; скоростная выносливость и скоростно-силовые способности.

5. В исследуемой выборке девушек фактические среднеарифметические результаты по всем исследуемым кондициям значительно уступают возрастным нормативным требованиям, что соответствует низким уровням сформированности физических качеств и двигательных навыков.

6. Низкие показатели девушек Атырауского университета объясняются, на наш взгляд, слабой мотивацией к достижению результата и отсутствием устойчивых двигательных навыков по ряду тестовых заданий.

7. Следует отметить выявленный дисбаланс в двигательном развитии юношей и девушек Атырауского университета в сторону мужской выборки.

**Методические рекомендации.** В целом, на основании проведенного мониторинга двигательного развития студентов I курса Атырауского университета, необходимо провести коррекцию рабочих программ дисциплины «физическая культура» с учетом выявленных недостатков в уровне двигательного развития студентов, а именно:

– в связи с недостаточным уровнем развития общей выносливости как у юношей так и у девушек, необходимо использовать в учебном процессе большее количество упражнений аэробного и гликолитического характера;

– для повышения уровня сформированности быстроты и скоростной выносливости перераспределить соотношение средств ОФП в сторону скоростного и скоростно-силового двигательного развития;

– на занятиях с девушками Атырауского университета более акцентировано использовать средства развития общей и скоростной выносливости, скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей.

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Азаренкова Н.Р. Двигательная активность как необходимость для студентов / Н.Р. Азаренкова. – Текст непосредственный // Молодой ученый. – 2020. - №20 (310). – С. 480-481. – URL: <https://moluch.ru/archive/310/70001>.
2. Мухамбет Ж.С. Двигательная активность студентов вузов республики Казахстан / Жасын Серикбайулы Мухамбет, В.Н. Аксиевич – Текст непосредственный // Образование и воспитание. – 2022 - №2 (38). – С. 45-50. – URL: <https://moluch.ru/th/4/archive/219/7224>.
3. Burov, A.E. Retrospective analysis of the level of physical preparedness of the student population / A.E. Burov, O.A. Yerokhina O.V. Fedorova // In the World of Scientific Discoverie (Humanities & Social Sciences). 2014. № 9.4 (57). P. 1370-1379.
4. Avsiyevich V. N., Mukhambet Z. S., Robak I. Y., Chernukha O. V., & Zakharchenko N. V. Social implication of sport loads as a motivator for sports activity in the student environment of higher education institution // Retos, 2021, #39 – P. 755-763

<https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.74629>

5. Популяционный мониторинг двигательного развития и отношения к физическому саморазвитию студенческой молодежи России и Казахстана / А.Э. Буров, А.Д. Джандауова // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2018. № 4 (55). С. 97-

104.

6. Буров, А.Э. Тестирование профессионально важных качеств в физической культуре: практикум / А.Э. Буров, А.С. Аралбаев, Н.М. Мамбетов. - Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2026. - 478 с. - ISBN 978-5-4497-4659-7. - Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/153577.html> (дата обращения: 02.09.2025). - Режим доступа: для авторизир. пользователей