

3. Butler M. IAAF World athletics championships. Oregon 2022. Statistics handbook. Produced by the World Athletics Communications Department, 2022.– 900 p.

#### REFERENCES

1. *Athletics at the 2020 Summer Olympics*, available at: [https://en.wikipedia.org/wiki/Athletics\\_at\\_the\\_2020\\_Summer\\_Olympics](https://en.wikipedia.org/wiki/Athletics_at_the_2020_Summer_Olympics) (date accessed: 17.03.2023).

2. Butler, M. (2021), *Athletics statistics book. Games of the XXXII Olympiad Tokyo 2020*, Produced in collaboration with ATFSE Monaco.

3. Butler, M.(2022), *IAAF World athletics championships. Oregon 2022. Statistics*, handbook, Produced by the World Athletics Communications Department.

**Контактная информация:** thesis@internet.ru

*Статья поступила в редакцию 12.04.2023*

УДК 796.011.3

### АНАЛИЗ ВОСПРИЯТИЯ СОВРЕМЕННОЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖЬЮ НОВЫХ ПОДХОДОВ К ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

*Татьяна Евгеньевна Сими́на*, кандидат педагогических наук, доцент, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, г. Москва, РТУ МИРЭА – Российский технологический университет, г. Москва; *Олег Николаевич Логинов*, кандидат педагогических наук, доцент, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, г. Москва; *Московский государственный технический университет гражданской авиации*, г. Москва; *Светлана Юрьевна Татарова*, кандидат педагогических наук, доцент, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, г. Москва, РТУ МИРЭА – Российский технологический университет, г. Москва; *Елена Юрьевна Сысоева*, старший преподаватель, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, г. Москва; *Елена Григорьевна Стадник*, старший преподаватель, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, г. Москва; *Наур Магомеднабиевич Нуцалов*, старший преподаватель, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, г. Москва

#### Аннотация

Цель исследования. Целью данного исследования является поиск новых подходов к организации образовательного процесса в преподавании предметов «Физической культуры» и «Элективных дисциплин по физической культуре и спорту», формирование значимой мотивации к занятиям физической культурой и спортом, воспитание ответственного отношения к своему здоровью у цифрового поколения «Z». Материалы и методы. Анализ имеющегося опыта преподавания учебной дисциплины «Физическая культура» в вузах г. Москвы. Использовались следующие методы: педагогического наблюдения, педагогический эксперимент, анкетирования и анализа данных. Результаты. Анализ полученных данных и их педагогическая интерпретация в ходе исследований позволяет сделать выводы о достаточной эффективности применяемых подходов в решении обозначенных задач в области обучения и воспитании представителей цифрового поколения. Заключение. Значимость функционирования специально подобранных методов преподавания предметов «Физическая культура» «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» с категориями обучаемых цифрового поколения подтверждается тем, что 93,5% учащихся отметили заинтересованность в изучении указанных учебных дисциплин, проводимых в форме геймификации, у 81,3% отмечено улучшение психических качеств: долговременная и оперативная память, устойчивость и распределения внимания, улучшились коммуникативные способности и навыки работы в команде.

**Ключевые слова:** цифровое поколение, педагогические методы, физические упражнения, психические качества, социальные коммуникации.

## ANALYSIS OF THE PERCEPTION OF MODERN STUDENTS OF NEW APPROACHES TO THE ORGANIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS IN PHYSICAL EDUCATION

*Tatiana Evgenievna Simina, the candidate of pedagogical sciences, docent, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow, MIREA-Russian technological University, Moscow; Oleg Nikolaevich Loginov, the candidate of pedagogical sciences, docent, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow, Moscow State Technical University of Civil Aviation, Moscow; Svetlana Yurevna Tatarova, the candidate of pedagogical sciences, docent, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow, MIREA-Russian technological University, Moscow; Elena Yurievna Sysoeva, the senior teacher, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow; Elena Grigoryevna Stadnik, the senior teacher, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow; Naur Magomednabievich Nutsalov, the senior teacher, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow*

### ВВЕДЕНИЕ

В настоящий момент в вузах обучается в основном поколение «Z», т. е. студенты, рожденные после 2000 года. Отличительной особенностью поколения «Z» является активное увлечение гаджетами в ущерб живому общению с людьми, в том числе, и с ближайшими родственниками. «Клиповое мышление» и низкий уровень читательской грамотности молодых людей ограничивают их познавательные психические процессы, такие как внимание, представление, воображение, память, что, в свою очередь, напрямую деформирует психические свойства личности, такие как направленность, темперамент, характер. Страдает также и их устная речь. Весьма характерно для этого поколения, за решением каких-либо информационных вопросов обращаться к интернету, что не способствует развитию их аналитического аппарата и логического мышления. Наблюдается примитивизация психической эмоциональной сферы, приводящая к примитивности чувств. Социальные ориентиры, традиционные человеческие ценности подвергаются глубокой ревизии, исчезают или меняются жизненно важные человеческие принципы. Представители профессорско-преподавательского состава, в силу своей жизненной опытности и зрелости, какие бы дисциплины ни преподавали, должны подсказывать молодому поколению о необходимости заботы о здоровье, о своем физическом состоянии, о важности их духовного развития, о приверженности традиционным ценностям, в том числе и семейным. Личностному росту молодежи, их саморазвитию способствуют активные занятия физической культурой и спортом. В отношении саморазвития и личностного роста физическая культура и спорт позволяют приобрести многое: формировать необходимые для жизни двигательные умения и навыки, набирать опыт взаимодействия с другими людьми, преодолевать трудности, культивировать в себе привычку ставить и достигать цели [1]. В этой связи является важным показать современному поколению «Z» возможности практического применения в реальной жизни умений и навыков, сформированных в процессе занятий физической культурой.

### ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В данном исследовании приняли участие 178 студентов (53 юноши и 125 девушек) 1 и 2 курсов (экономического и технического университетов). Использовались следующие методы: педагогического наблюдения, педагогического эксперимента, анкетирования, анализа данных и опыта преподавания учебной дисциплины в вузах г. Москвы.

### РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В результате проведенного исследования установлено, что 79,8% респондентов имеют основную группу для занятий физической культурой, у 14% – подготовительная

группа и у 6,2% – специальная медицинская группа или освобождение от практических занятий. Выявлено, что в школе активно занимались физической культурой и спортом 65,2% респондентов, непродолжительное время занимались – 16,8%, а 18% совсем не занимались никаким видом спорта. Самым значимым мотивом при занятиях физической культурой в вузе для 75,3% студентов является укрепление здоровья, что свидетельствует о ценности данного показателя для современных молодых людей. Вторым мотивом, по значимости, для 66,3% студентов является получение зачета по учебным дисциплинам «Физическая культура» и «Элективным дисциплинам по физической культуре и спорту». Третьим важным мотивом для 64% студентов является повышение уровня физической подготовленности. Реализация собственных амбиций, получение новых знаний и умений, общение с новыми друзьями являются важными мотивами для 21,9%, 19,1% и 16,9%, соответственно.

Регулярно посещают учебные занятия по физической культуре в вузе 66,3% респондентов, не регулярно «от случая к случаю» – 29,2% молодых людей и совсем не посещают 4,5%. Из основных факторов, препятствующих регулярному посещению занятий, студенты отметили: неудобное расписание (57,3%), отсутствие свободного времени (40,4%).

С 2014 года на базе Российского экономического университета функционирует современный плавательный бассейн, построенный по программе «500 бассейнов для ВУЗов», в котором проводятся учебные занятия для студентов по дисциплинам физической культуры. Наличие собственного бассейна в университете является весомым и убедительным аргументом для студенческой молодежи в деле оздоровления и повышения своего уровня плавательной подготовленности.

Несмотря на то, что родители у современного поколения «Z» пользуются меньшим авторитетом, чем доступная и получаемая информация из интернета, мы посчитали важным определить владеют ли родители современных молодых людей навыком плавания. Так, 90,4% студентов положительно ответили на данный вопрос, а 9,6% студентов указали на отсутствие навыка плавания у своих родителей. Вместе с тем, именно пример родителей и их уровень образованности в данном вопросе могут способствовать повышению уровня плавательной подготовленности как у детей дошкольного и школьного возрастов, так и у современной студенческой молодежи. Установлено, что лишь у 14% респондентов при обучении в школе проводились занятия по плаванию в режиме учебных занятий, а 22,5% респондентов указали на то, что посещали бассейн и обучались плаванию самостоятельно. Вследствие указанных фактов, при опросе об уровне плавательной подготовленности было выявлено, что 87,1% опрошенных студентов владеют навыком плавания и проплывают при этом 25 и более метров, а 12,9% студентов указали на отсутствие у себя навыка плавания. Но, как показывает многолетняя практика проведения учебных занятий по плаванию, предварительный опрос и последующая проверка плавательной подготовленности занимающихся на первых практических занятиях в воде свидетельствует об увеличении числа не умеющих плавать студентов в 1,5–2 раза. Таким образом одной из важных задач при обучении молодых людей в вузе является освоение ими необходимого в жизни навыка плавания, а также повышение его уровня.

Высоким оздоровительным, рекреационным и тренирующим эффектом для людей всех возрастов обладает навык передвижения на лыжах. При передвижении на лыжах в работу активно включается верхний плечевой пояс, гармонично укрепляются основные мышечные группы, тренируются сила, координация и выносливость, повышается сопротивляемость организма к различным респираторным инфекциям, повышаются функциональные возможности основных систем организма. «К тому же умение кататься на лыжах могут стать полезным в быту, в военной подготовке и в целом в жизни на территории России, особенно в северных и центральных областях европейской части» [4]. Приобщая молодое поколение к двигательной активности, в том числе личным примером, было выявлено, что только 19,1% родителей студентов любят ходить на лыжах, а 21,9% респондентов

отметили, что родители иногда совершают прогулки на лыжах. У 60,1% респондентов при обучении в школе проводились занятия по лыжной подготовке, а у 39,9% – таких занятий не было. При этом, 40,4% опрошенных указали на то, что в школе имелась лыжная база и на время учебного занятия они обеспечивались необходимым лыжным инвентарем. Результатом такого подхода явилось то, что 55,6% студентов отметили, что умеют хорошо передвигаться на лыжах, 24,7% – «немного умеют» и у 19,7% студентов данный навык отсутствует. Общеизвестно, если не прикладывать соответствующих усилий в процессе формирования и развития двигательных навыков в дошкольном и школьном возрастах, то в более взрослом возрасте сформировать такие прикладные навыки будет намного сложнее. К организации занятий по лыжной подготовке в условиях университета лишь треть студентов (33,7%) относится положительно, 20,8% – имеют нейтральное отношение и 45,5% – негативное.

Современное поколение активно использует в повседневной жизни различные гаджеты, планшеты и электронные устройства, зачастую попадая в зависимость от них. Однако в результате опроса было выявлено, что только 11,8% студентов испытывают дискомфорт и тревогу из-за отсутствия использования гаджета во время занятия физическими упражнениями.

При выборе форм занятия физическими упражнениями 52,8% студентов отдали предпочтение индивидуальным тренировкам, 31,5% – командным и игровым видам спорта, 13,5% – предпочли киберспорт, и 2,2% студентов выбрали шашки, шахматы, бильярд. Данный момент также возможно брать во внимание при организации элективных дисциплин по физической культуре и спорту.

Важное значение при подаче учебного материала по дисциплинам физической культуры и приобщении к регулярным занятиям является личность преподавателя, его пример и способ подачи материала. «...Преподаватель остается, безусловно, ключевым, но все же одним из участников образовательного процесса, и не с мелом в руке возле доски, а с пультом у проектора или у компьютера в информационной среде» [3]. В настоящее время постепенно осуществляется перестройка и самого учебного процесса. Так, 60,7% студентов считают роль преподавателя весьма значительной для качественного освоения дисциплин по физической культуре, а 23,0% студентов затруднились с ответом и лишь 16,3% студентов считают, что личность преподавателя не оказывает существенного влияния на отношение студентов к дисциплинам по физической культуре. Поэтому от гражданской позиции преподавателя, от его отношения к выполнению своих функциональных обязанностей зависит многое, если не все.

На лекциях по предмету «Физическая культура» ставится задача замотивировать обучающийся контингент на сознательное отношение к получению теоретических знаний в области физической культуры и спорта. Для улучшения работы аналитического аппарата и развития критического мышления мы предлагаем сравнить нормативы физической подготовленности, утвержденные для студентов того же курса обучения советского периода с современными норматив. Интересным является, что ранее самостоятельно только 13,9% студентов сравнивали нормативы ГТО советского времени с современными и лишь 11,7% примеряли советские нормативы ГТО на себя. Также на практических занятиях студентам предлагалось по ряду физических упражнений, отражающих состояние таких физических качеств, как выносливость, быстрота, сила, ловкость, «примерить» советские и современные нормативы на себя. Совместно со студентами мы разбирались в причинах деградации физической подготовленности современной молодежи. Важно, чтобы обучаемые сами приходили к выводу, что бесконечное нахождение в интернете и социальных сетях негативно сказывается на их физическом состоянии и будущих перспективах здоровья.

На основе анализа режима дня, объема двигательной активности студенты самостоятельно приходили к выводу, что соблюдение режима дня и поддержание здорового образа жизни, особенно двигательной активности, регулярных занятий физической культурой и

спортом является залогом сохранения и укрепления здоровья. Таким образом, мы сподвигаем наш обучаемый контингент придерживаться здорового образа жизни.

Учитывая особенности когнитивной сферы «зуммеров», в лекционном материале нами широко использовались графики, таблицы, схемы, презентации. Такая подача учебного материала, благодаря яркому, красочному формату, способствовала высокой скорости восприятия информации студентами.

Практическое выполнение физических упражнений в наше время связано с рядом серьезных объективных причин. Прежде всего – это слабое здоровье обучаемого контингента. «Весьма важным элементом системы проверки и оценки является методика составления батареи тестов из разнохарактерных контрольных упражнений. В настоящее время механизм отбора контрольных упражнений в проверочные комплексы для студентов университета разработан крайне фрагментарно» [5].

Педагогические технологии, реализуемые на занятиях по предметам «Физическая культура», «Физическая подготовка и спорт», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» включают в себя прежде всего аспект геймификации, цифровой аспект. К решению поставленных задач в области дидактики и в воспитании обучаемых цифрового поколения использовались методы, учитывающие особенности поколения «Z» психофизиологические: состояния здоровья и развития организма, особенности когнитивной сферы, особенности эмоциональной сферы. Обучаемые цифрового поколения 93,5% из исследуемых групп отметили заинтересованность в изучении дисциплин физической культуры, проводимых в форме геймификации, а 81,3% учащихся улучшили психические качества: долговременную и оперативную память, устойчивость и распределения внимания, отметили положительный опыт горизонтальных коммуникаций и навыка работы в команде по решению двигательных задач. «Общеизвестно, что в физическом воспитании среди множества упражнений и форм их проведения большой популярностью пользуются подвижные игры и эстафеты» [2]. Внесение новых игровых интерпретаций повышает внимание обучаемых, способствует появлению дополнительного интереса к занятиям. Важно, чтобы учебные занятия по дисциплинам физической культуры стимулировали выработку у поколения «Z» комплекса положительных эмоций, а общение и коммуникации в процессе занятий приносили радость и удовлетворение потребности в общении. Если студентам занятия физической культурой будет доставлять радость, то это будет способствовать их серьезной мотивации и к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

В результате проведенной работы со студенческой молодежью к концу учебного семестра 33,7% студентов отметили у себя улучшение уровня развития основных физических качеств, 26,4% студентов указали на значительные положительные изменения в состоянии своего здоровья и способность переносить физические нагрузки, 15,7% студентов отметили повышение у себя стрессоустойчивости, а у 12,9% – улучшились сон и аппетит.

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, можно с уверенностью сказать, что решения дидактических задач при обучении современного поколения «Z» дисциплинам физической культуры необходим поиск новых методов педагогического и психологического воздействия на обучаемых. При наличии соответствующей материальной базы в университете максимально расширять спектр используемых средств и видов двигательной активности в системе учебных занятий физической культурой. Необходимо так продумать учебное расписание, чтобы рационально использовать все имеющиеся для этого ресурсы. Важно чтобы за период обучения в университете все студенты имели возможность обучиться или повысить свой уровень плавательной подготовленности, пройти занятия по лыжной подготовке. Активно популяризовать, анонсировать и освещать в студенческой среде различные виды двигательной активности посредством участия студентов в различных соревнованиях и состязаниях.

Воспитательные задачи в работе с этим поколением требуют еще больших усилий и креатива со стороны педагогов физического воспитания. Это большой и кропотливый труд,

в результате которого у молодежи должен быть сформирован комплекс знаний и умений, позволяющий поколению «Z» активно и успешно реализовываться в современном обществе.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Васильева Н.В. Отношение представителей поколения Z к физической культуре и спорту в вузе / Н.В. Васильева, Н.А. Матвеева // Вестник ЧГПУ им. И.Я. Яковлева. – 2021. – № 1 (110). – С. 105–110.
2. Использование игрового подхода при формировании навыка плавания у студенческой молодежи / О.Н. Логинов, Т.Е. Сими́на, Е.Г. Стадник, Н.А. Кушнер // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 2 (156). – С. 130–134.
3. Савельева В.В. Цифровые технологии в учебном процессе / В.В. Савельева, С.Е. Савельева // Наука в условиях пандемии: трансформации, коммуникации, стратегии : сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции 11.02.2021г. – Белгород : Агентство перспективных научных исследований (АПНИ), 2021. – С.13–18.
4. Чибриков Э.А. Лыжная подготовка: рекомендации к организации самостоятельных занятий для студентов / Э.А. Чибриков, С.А. Якушин, Д.Г. Подрубный, М.Э. Чибрикова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 5 (171). – С. 377–380.
5. Шалупин В.И. Физическая культура: учебно-методическое пособие по изучению раздела дисциплины «Интегральная система построения учебного процесса по физической культуре студентов МГТУ ГА» / В.И. Шалупин, Д.В. Романюк, В.В. Карпушин. – Москва.: МГТУ ГА, 2017. – 40 с.

#### REFERENCES

1. Vasilyeva, N.V. and Matveeva, N.A. (2021), “Attitude of representatives of generation Z to physical culture and sports at the university”, *I. Ya. Yakovlev Chuvash State Pedagogical University Bulletin*, No. 1 (110). pp. 105–110.
2. Loginov, O.N., Simina, T.E., Stadnik, E.G. and Kushner, N.A. (2018), “The use of a game approach in the formation of swimming skills among students”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (156). pp. 130–134.
3. Savelyeva, V.V. and Savelyeva, S.E. (2021), “Digital technologies in the educational process”, *Science in a pandemic: transformations, communications, strategies: a collection of scientific papers based on the materials of the International Scientific and Practical Conference 02.11.2021*, LLC Agency for Advanced Scientific Research (APNI). Belgorod, pp.13–18.
4. Chibrikov, E.A. Yakushin, S.A., Podrubny, D.G. and Chibrikova, M.E. (2019), “Ski training: recommendations for the organization of self-study for students”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 5 (171). pp. 377–380.
5. Shalupin, V.I., Romanyuk, D.V. and Karpushin, V.V. (2017), *Physical culture: teaching aid for the study of the section of the discipline "Integral system for building the educational process in physical culture for students of MSTU GA"*, Moscow.

**Контактная информация:** besputa3@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 05.04.2023*

УДК 796.015.1

### К ТЕОРИИ О СТРУКТУРЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ СТРУКТУР

*Сергей Александрович Синенко, кандидат педагогических наук, преподаватель, Александр Аркадьевич Саутин, кандидат педагогических наук, начальник кафедры, Владимир Павлович Крысанов, кандидат военных наук, доцент, Ленинградского областного филиала Санкт-Петербургского университета МВД России, Санкт-Петербург*

#### Аннотация

Выполнение любых профессиональных обязанностей требует от сотрудника силовых структур высокого уровня владения двигательными способностями, которые необходимы для успешной