

УДК 796.011.3

**ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ЦИФРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ ДИСЦИПЛИНАМ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА», «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И СПОРТ»,  
«ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ»**

*Олег Николаевич Логинов*, кандидат педагогических наук, доцент, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, г. Москва, Московский государственный технический университет гражданской авиации, г. Москва; *Татьяна Евгеньевна Сими́на*, кандидат педагогических наук, доцент, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, г. Москва, МИРЭА – Российский технологический университет, г. Москва; *Михаил Евгеньевич Силаев*, старший преподаватель, доцент, Московское военное командное училище, Москва; *Николай Александрович Кушнер*, старший преподаватель, заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, Академия гражданской защиты МЧС России, Московская область, Химки

**Аннотация**

Целью данного исследования являлось определение особенностей обучения представителей поколения «Z» и выявление эффективных методов при преподавании предметов «Физической культуры» и «Элективные дисциплины физической культуры и спорта». Исследование проводилось на основе изучения опыта преподавания вышеуказанных учебных дисциплин в вузе МЧС России, экономическом и техническом вузах г. Москвы. В ходе исследования применялись методы педагогического наблюдения, анкетирования, опроса, обобщения и анализа данных. Педагогическая интерпретация и обобщение в ходе исследований данных позволяет сформулировать теоретические и практические выводы о достаточной эффективности применяемых подходов в решении поставленных задач в области дидактики и в воспитании обучаемых цифрового поколения. 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% респондентов отмечено улучшение психических качеств и когнитивных функций.

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

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p264-269

**FEATURES OF TEACHING THE DIGITAL GENERATION IN THE DISCIPLINES  
"PHYSICAL CULTURE", "PHYSICAL TRAINING AND SPORT", "ELECTIVE  
DISCIPLINES IN PHYSICAL CULTURE AND SPORT"**

*Oleg Nikolaevich Loginov*, the candidate of pedagogical sciences, docent, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow, Moscow State Technical University of Civil Aviation, Moscow; *Tatiana Evgenievna Simina*, the candidate of pedagogical sciences, docent, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow, MIREA-Russian technological University, Moscow; *Mikhail Evgenievich Silaev*, the senior teacher, docent, Moscow Military Command School; *Nikolai Alexandrovich Kushner*, the senior teacher, Honored Worker of Physical Culture of the Russian Federation, Academy of Civil Protection of the Ministry of Emergency Situations of Russia, Moscow region, Khimki

**Abstract**

The purpose of this study was to determine the peculiarities of training representatives of the generation "Z" and to identify effective methods in teaching the subjects "Physical Education" and "Elective disciplines of physical culture and sports". The study was conducted on the basis of studying the experience of teaching the above academic disciplines in the higher education institution of the Ministry of Emergency Situations of Russia, economic and technical universities in Moscow. In the course of the study, methods of

pedagogical observation, questioning, questioning, generalization and data analysis were used. Pedagogical interpretation and generalization in the course of data research allows us to formulate theoretical and practical conclusions about the sufficient effectiveness of the approaches used in solving the tasks set in the field of didactics and in educating students of the digital generation. The significance of the functioning of specially selected methods of teaching the subjects "Physical Education" "Elective disciplines in physical culture and sports" with the categories of students of the digital generation is confirmed by the fact that 93.5% of students noted their interest in studying these academic disciplines conducted in the form of gamification. 81.3% of respondents showed an improvement in mental qualities and cognitive functions.

**Keywords:** digital generation, pedagogical methods, physical exercises, mental qualities, social communications.

## ВВЕДЕНИЕ

Согласно теории поколений, предложенной Нейлом Хоувом и Вильямом Штраусом в конце XX века, с периодичностью около 20 лет происходит смена поколений. Менталитет каждого поколения определяется доминирующим культурно-историческим контекстом на возраст 12–14 лет. В настоящий момент в вузах обучается в основном поколение «Z», т. е. студенты, рожденные после 2000 года.

Основными особенностями этого поколения, по определению психолога Марка Сандомирского, являются: предпочтение общения с гаджетами, общению с людьми, в том числе и с ближайшими родственниками (так как интернет для них более авторитетен, чем авторитет родителей); преобладание «клипового мышления». Это поколение прекрасно ориентируется в виртуальном мире, но слабо готово к действительности. Отсутствие привычки читать, в том числе и классическую художественную литературу (для «зуммеров» чтение представляется долгим, монотонным и неинтересным процессом), серьезно сказывается на познавательных психических процессах, таких как представление, воображение, внимание, память (особенно долговременная), устная речь, эмоциональная сфера. Следствием всего этого являются и присущие данному поколению особенности психических свойств личности, их темперамент, направленность, характер и способности. Слепое доверие к информации в интернете, делает поколение «Z» заложниками различных структур и компаний – поставщиков информации, имеющих возможность манипулировать потребителями данной информации посредством интернета. Все это приводит к неутешительным выводам и к тому, что, как выразился Патриарх всея Руси Кирилл, «...происходит стремительное расчеловечивание людей». Серьезное беспокойство Патриарха вызывает и применение дистанционных технологий в образовании: многие педагоги уже отмечают существенное снижение его качества, отметил он. Кроме того, по его словам, «дистанционное обучение практически сводит на нет воспитательную составляющую процесса». С уходом людей в виртуальный мир деградирует традиционный институт семьи. Появляются такие понятия, как суррогатная семья, серийный, гостевой брак и т. д. Это приводит к определенной примитивности психических эмоциональных процессов, к примитивности чувств. Настоящее время характеризуется информационной дезориентацией, размытостью жизненно важных приоритетов и социальных ориентиров, уходом от традиционных ценностей, жизненно важных принципов. А между тем, еще Ян Амос Коменский обращал внимание «...в каком смысле о человеке говорится, что он усовершенствует поле, огород, виноградник и какое-либо искусство и, наконец, свое собственное тело, – в том же смысле можно говорить, что он усовершенствует и душу свою или свое природное дарование» [4].

Задача педагогов, в том числе, и в высшем образовании, независимо от преподаваемых ими дисциплин, помочь обучающимся задуматься о важности таких понятий как здоровье, физическое и психическое благополучие, духовность, семья и т. д. В этом важном деле огромную помощь как педагогам, так и обучаемым поколения «Z», может оказать физическая культура и спорт. 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 [3].

### ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В настоящее время принято следовать в фарватере тренда отказываться от репродуктивных методов обучения, меняя роль преподавателя, который как бы становится навигатором и коммуникатором, организатором взаимодействия со студентами в процессе учебного процесса. Однако, «...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» [7]. Осуществляется и перестройка самого учебного процесса. Так, инновации в управлении и учебном процессе образовательного учреждения на базе IT-технологий являются ключевым механизмом, который позволяет создавать преимущества в конкурентной среде [2, 7].

В методы подачи теоретического материала по предмету «Физическая культура», «Физическая подготовка и спорт» мы внесли ряд существенных изменений на фоне внедрения цифровых технологий во все сферы жизни страны, что способствовало развитию информатизации учебного заведения. «Под информатизацией университета мы понимаем комплекс мер, направленных на улучшение деятельности университета как системы управления, систему мотивации к труду, корпоративную культуру» [5]. При проведении лекций по предмету «Физическая культура» важнейший акцент делался на методы, способствующие повышению мотивации обучаемых к сознательному подходу получения знаний в области физической культуры и спорта, так как наша учебная дисциплина напрямую связана с возможностью улучшения состояния здоровья, коррекции физических качеств и совершенствования двигательных умений и навыков. 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. Длительное нахождение в неподвижной, статической позе негативно сказывается на осанке, а гипокинезия и гиподинамия существенно ухудшают состояние основных функциональных систем организма – сердечно-сосудистой и дыхательной.

Одна из особенностей цифрового поколения – это «клиповость» мышления, т. е. способность воспринимать мир через короткие, яркие и красочные образы. Поэтому нами широко использовались видеоматериалы по темам лекций, в том числе исторические. При проведении лекций преподаватели старались избегать наставничества, а передачу информации осуществляли в виде беседы, советов и т. д.

Коллективом кафедры физического воспитания РЭУ им. В.Г. Плеханова наработан определенный опыт проведения теоретических занятий в дистанционном режиме. Серьезная подвижка произошла весной 2020 г. после введения режима самоизоляции. Лекции проводились на платформе Webinar в режиме online, домашнее задание студенты получали и отправляли с использованием интернета. Результаты работы на учебных занятиях оперативно фиксировались в электронных журналах в системе 1С, информация через личный кабинет становилась доступной для студентов и деканата. «В вузе необходимо ввести электронный журнал, с которым должны работать не только преподаватели, но и студенты и родители, в котором можно посмотреть расписание, отметки и задания, а также с помощью сообщений вести переписку с преподавателями, таким образом сформировать электронную культуру преподавателя» [1].

Вместе с тем важным является то, что практическое выполнение физических упражнений в наше время связано с рядом серьезных объективных причин. Прежде всего – это слабое здоровье обучаемого контингента. Проведенные исследования в разных вузах свидетельствуют о наличии ограничений и о полном запрете выполнения физических упражнений в среднем у 25–45% и 8–15% студентов, соответственно. Иначе говоря, мы имеем нездоровую молодежь. Ситуацию можно назвать катастрофической. Состояние учебного процесса в целом, за редким исключением, в общеобразовательных учреждениях по

предмету «Физическая культура» не выдерживает критики. Результат – вот что определяет правильность и эффективность выбранной методики обучения, в частности, по дисциплине «Физическая культура».

Так, например, установлено, что студенты первого курса очень слабы как в плане физической подготовленности, так и в плане используемого арсенала двигательных умений и навыков. В таких условиях крайне сложно осуществлять реализацию учебного процесса по предмету «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» – практическому разделу физической культуры. У цифрового поколения отмечается снижение показателей физического развития, у многих избыточная масса тела, но самое главное – это отсутствие желания заниматься физическими упражнениями у большинства студентов. Здесь от гражданской позиции преподавателя зависит многое, если не все. Так, Анна Попова – заместитель декана факультета политологии МГУ указывает, что «Геймификация – едва ли не единственная возможность завоевать внимание поколения «Z»». Мы абсолютно согласны с этим утверждением, хотя и считаем, что это утверждение актуально в отношении и к другим поколениям. «Общеизвестно, что в физическом воспитании среди множества упражнений и форм их проведения большой популярностью пользуются подвижные игры и эстафеты» [6]. Внесение новых игровых интерпретаций повышает внимание обучаемых, способствует появлению дополнительного интереса к занятиям. В этой связи велика роль использования подвижных игр в восстановлении жизненного тонуса. При утомлении, нарушении устойчивости внимания, вызванных работой высокой интенсивности или работой, имеющей однообразный характер, применение подвижных игр содействует восстановлению истощенных нервных клеток, вновь повышает внимание и восстанавливает работоспособность. Подвижные игры относятся к игровой деятельности, в которой ярко выражена роль движения. Мы вообще считаем, что учебные занятия физической культурой должны выполнять задачу по генерации положительных эмоций у обучаемого контингента, т. е. таким образом реализовываться гедонистическая функция физической культуры. Если студентам занятия физической культурой доставляет радость, то это способствует их очень серьезной мотивации и к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

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. В результате анкетирования выявлено, что для 75,3% респондентов здоровье является значимой ценностью, а для 64,1% важным является развитие основных физических качеств. Обучаемые цифрового поколения 93,5% из исследуемых групп отметили заинтересованность в изучении дисциплин физической культуры, проводимых в форме геймификации и 81,3% учащихся отметили у себя улучшение психических качеств и когнитивных функций: долговременную и оперативную память, устойчивость и распределение внимания, отметили положительный опыт горизонтальных коммуникаций и навыка работы в команде по решению двигательных задач.

Регулярность использования физических упражнений очень важна для укрепления здоровья. В этой связи очень показательны сравнительные схемы динамики изменения состояния здоровья студентов гражданских вузов с динамикой изменения состояния здоровья курсантов военных вузов 1–4 курса. У студентов гражданских вузов динамика отрицательная, а у курсантов военных вузов – положительная, т. е. студенты гражданских вузов «теряют» здоровье, а курсанты военных вузов «укрепляют» здоровье от курса к курсу. На

основе анализа этих схем студенты самостоятельно приходили к выводу, что режим дня и здоровый образ жизни, особенно двигательная активность, регулярные занятия физической культурой и спортом – залог сохранения и укрепления здоровья. Таким образом, мы ориентируем наш обучаемый контингент на конечный результат – укрепление здоровья.

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом можно констатировать, что поколение «Z» имеет ряд присущих ему специфических особенностей, проявляющихся на психофизиологическом, личностном и социально-психологическом уровнях. Для решения дидактических задач необходим поиск новых методов педагогического и психологического воздействия на обучаемых этого контингента. Воспитательные задачи в работе с этим поколением требуют еще больших усилий и креатива со стороны педагогов физического воспитания, в результате решения которых у молодежи должен быть сформирован комплекс социальных и традиционных ценностей.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Айбазова М.Ю. Формирование информационной компетентности выпускников вузов как условия подготовки для цифровой экономики / М.Ю. Айбазова, А.А. Карасова // *Alma Mater (Вестник высшей школы)*. – 2018. – № 2. – С. 62–69.
2. Багаутдинова Н.Г. Новые конкурентные преимущества в условиях цифровизации / Н.Г. Багаутдинова, Р.А. Никулин // *Инновации*. – 2018. – № 8. – С. 80–83.
3. 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.
4. Коменский Ян Амос. Учитель учителей : педагогические статьи / Я.А. Коменский. – Москва : Карапуз, 2008. – 285 с.
5. Корнилов Ю.В. Сетевые и мультимедиа технологии как средство оптимизации учебного процесса / Ю.В. Корнилов // *Информатика и образование*. – 2007. – № 12. – С.107–108.
6. 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.
7. 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.

### REFERENCES

1. Aibazova, M.Yu. and Karasova A.A. (2018), “Formation of information competence of university graduates as conditions for training for the digital economy”, *Alma Mater (Bulletin of Higher School)*, No. 2. pp. 62–69.
2. Bagautdinova, N.G. and Nikulin, R.A. (2018), “New competitive advantages in the context of digitalization”, *Innovations*, No. 8, pp. 80–83.
3. 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.
4. Comenius, Jan Amos (2008), *Teacher of teachers*, Karapuz, Moscow.
5. Kornilov, Yu.V. (2007), “Network and multimedia technologies as a means of optimizing the educational process”, *Informatics and education*, No. 12. pp.107–108.
6. 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.
7. 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*: Belgorod: Agency for Advanced Scientific Research (APNI). pp.13–18.