

УДК 796.011.3:004

**ОНЛАЙН-ТЕСТИРОВАНИЕ БЕГОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ
МОСКОВСКОГО АВИАЦИОННОГО ИНСТИТУТА (НАЦИОНАЛЬНОГО
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОГО УНИВЕРСИТЕТА) В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ**

Татьяна Геннадьевна Львова, кандидат педагогических наук, доцент, Московский авиационный институт, Москва

Аннотация

В работе проведено исследование особенностей организации онлайн-тестирования беговых способностей студентов (1-3 курс, бакалавриат и специалист, возраст 18-22 года) в Московском авиационном институте (далее МАИ), занимающихся в отделении общей физической подготовки (ОФП) в осеннем семестре 2022-2023 уч. г. Исследованы возможности проведения беговых тестов и испытаний дистанционно с помощью беговых приложений и интернет-ресурсов, возможности использования которых значительно изменились в 2022 г.

Ключевые слова: студенты, физическая культура, беговая подготовка, дистанционное обучение, гибридное обучение, онлайн-тестирование беговых способностей, мобильные беговые приложения, цифровизация российского спорта.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p284-288

**RUNNING ABILITY ONLINE TESTING OF MOSCOW AVIATION INSTITUTE
(NATIONAL RESEARCH UNIVERSITY) STUDENTS IN PRESENT-DAY
CONDITIONS**

Tatyana Gennadyevna Lvova, the candidate of pedagogical science, docent, Moscow Aviation Institute

Abstract

This research aims to investigate the specifics of running ability online testing organization for students (1-3 course, bachelor and specialist degree, 18-22 years old) in the department of general physical training (GPT) of Moscow Aviation Institute (National Research University) during the autumn semester 2022-2023 academic year. The possibilities of running tests and tests using running applications and Internet resources remotely were investigated, the use of which has significantly changed in 2022.

Keywords: students, physical education, running training, distance education, blended learning, online testing of running abilities, running applications on smartphone, results recording, digitalization of Russian sport.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования определяется необходимостью изучить новые условия организации и проведения тестирования онлайн-тестирования беговых способностей студентов в 2022 году, в условиях ухода с российского рынка некоторых приложений к мобильным устройствам.

В 2020-2021 гг в условиях ковидных и постковидных ограничений практические дистанционные занятия по физической культуре в вузе были успешно организованы преподавателями многих вузов Российской Федерации. Развитие и тестирование выносливости и скорости как физических качеств онлайн осуществлялось в том числе с помощью беговых приложений к мобильным устройствам.

Некоторые вузы еще до пандемии использовались в учебном процессе и при самоподготовке такие приложения, как «Samsung Health», «RunKeeper: GPS бег ходьба», «Runtastic – Бег и фитнес трекер», «Nike+ Run Club» (Гаврюшкин А.Н. с соавт., 2019) [1].

В вузах Санкт-Петербурга даже для студентов спецгрупп удалось организовать online оздоровительные фестивали по северной ходьбе с использованием приложений к мобильным устройствам: Strava, Runtastic, RunKeeper (Коваль Т.Е. с соавт., 2020) [2].

Преподаватели БашГАУ в период пандемии дистанционно организовывали успешные занятия с помощью беговых приложений к мобильным устройствам, таких как «Adidas Running», «Strava», «Google Fit», «Nike» (Яунбаева Н. С., 2021) [3].

После окончания пандемии использование мобильных приложений для занятий физической культурой таких трекеров, как Strava, Adidas Running, Nike Run Club, Runkeeper, оставалось актуальным (Лобанова М. А., 2022) [4].

Среди студентов отделения ОФП кафедры физвоспитания МАИ наибольшей популярностью пользовалось беговое приложение Strava (Львова Т.Г., 2021) [5], как во время пандемии, так и после ее окончания.

Согласно исследованию, проведенному нами в 2020-2021 гг, его использовали 63% студентов. На втором и третьих местах располагались Google Fit и Spotify Running (18,8% и 12,7% соответственно). Далее шли (по убыванию популярности) Mi Fit, RunKeeper, Samsung Health, Nike Run Club, Adidas Running, Apple (Apple Fitness+), Huawei (Huawei Health, Goals-Fitness и Garmin Connect.

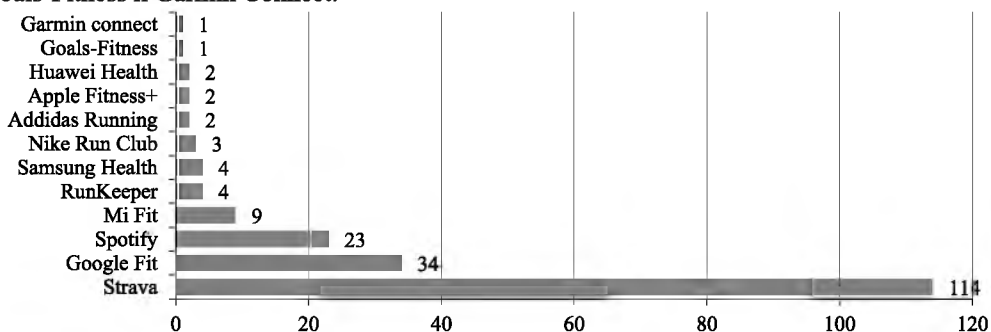


Рисунок 1 – Специализированные приложения для фиксации результатов учебно-тренировочных и контрольных занятий по бегу, используемые студентами МАИ в период дистанционного обучения в 2020-2021 гг (Львова Т.Г., 2021) [5]

Большинство преподавателей вузов в 2020-2021 гг освоили инновационные методы проведения онлайн-занятий по физической культуре, в том числе с использованием беговых приложений, и обучили новым онлайн-методикам студентов. После окончания пандемии предполагалось использовать беговые приложения для мобильных устройств, чтобы оптимизировать учебный процесс, в том числе по организации самостоятельной работы студентов. Весной 2022 г. выбор средств и методов дистанционного обучения значительно изменился. На кризисные явления в сфере цифровизации российского спорта обращает внимание Н.М. Егорова (2022). Анализируя перспективные цифровые технологии в индустрии спорта, она отмечает, что из-за введенных санкций против Российской Федерации многие западные бренды решили покинуть российский рынок. Отмечается, что цифровизация российского спорта имеет все шансы на свое развитие, но при этом существуют серьезные проблемы с импортозамещением. Масштабное внедрение отечественных цифровых технологий в области спорта находится под угрозой [6].

Новые условия потребовали изучения и тестирования оставшихся в российском сегменте интернета беговых приложений.

Мы систематизировали и обобщили возможности организации и проведения онлайн беговых занятий и тестирования беговой подготовки в современных условиях студентов 1–3 курсов, занимающихся в отделении ОФП на кафедре физвоспитания МАИ.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Методы исследования: анализ литературы, педагогическое наблюдение, контент-анализ, методы математической статистики, опрос в Google Forms. Педагогическое наблюдение осуществлялось онлайн с помощью просмотра скриншотов беговых приложений в

личном диалоге одного из мессенджеров; а также оффлайн, при проверке выполнения домашних заданий.

Анонимный опрос в форме анкетирования с использованием сервиса Google Forms был проведен в период с 28.11.2022 по 23.01.2023. Респондентами выступили 100 человек. Все респонденты – студенты, обучавшиеся МАИ по дисциплине «Физическая культура» на кафедре физического воспитания в отделении ОФП у доцента Львовой Т.Г. в 2022-2023 гг. Число студентов 1 курса, прошедших опрос – 74, студентов 2 курса – 11, 3 курса – 15. Большая часть респондентов – студенты в возрасте 18–22 года (85 человек), 13 человек младше 18 лет и 2 старше 22 лет. Было опрошено 80 студентов-мужчин и 20 студентов-женщин.

Данные, полученные в результате анкетирования студентов в Google Forms, были обработаны методами математической статистики и представлены в графической форме.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В осеннем семестре 2022-2023 уч. г. студенты занимались очно. Из-за особенностей расписания и организации учебных занятий студенты могли заменить по желанию очное практическое занятие дистанционным, выполняя дома учебно-тренировочные беговые занятия, беговые тесты и испытания, используя беговые приложения. Результаты фиксировались с помощью карт, скриншоты которых служили отчетами о выполненных заданиях. Студентам предлагалось самим, по выбору, использовать то беговое приложение, которое было доступно осенью 2022 г. на их мобильных устройствах.

По прошествии осеннего семестра 2022-2023 уч. г. с помощью опроса Google Forms мы выяснили, какие специализированные приложения предпочитают использовать студенты во второй половине 2022 г.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Опыт дистанционного обучения по дисциплине «Физическая культура» в школе и/или вузе с начала пандемии Covid-19 по настоящее время имели 67% респондентов. Имелись в виду практические занятия по физической культуре. 33% опрошенных никогда с дистанционным обучением по физической культуре не сталкивались. Это студенты первого курса, которые не находились в период пандемии в условиях локдауна или иных ограничений.

93% из опрошенных студентов ответили, что они умеют пользоваться различными беговыми приложениями, и всего 7% респондентов – что не умеют ими пользоваться.

14% студентов в осеннем семестре 2022-2023 уч. г. не выразили желания заниматься беговой подготовкой дистанционно; они занимались беговой подготовкой на очных занятиях, и не пользовались беговыми приложениями.

86% опрошенных студентов использовали на самостоятельных занятиях по физической культуре беговые приложения. Самое популярное – «Беговой трекер: Бег, Пробегжка», им пользуются 26 респондентов, на втором месте «Adidas running» – 24 респондента. Беговыми приложениями «Samsung Health» и «Nike Run Club» пользуются по 6 студентов, а «Leap fitness», «Strava», «Zepp life» (ранее «Mi fit») по 5 студентов. «Zeороха Бег» использует 4 студента, «Goals-Fitness» – 3 студента. Наименее популярны «Huawei Health», «My health» и «Apple Fitness» ими пользуются всего по 2 студента. 1 студент использует различные приложения, чтоб найти для лучшее для себя.

Результаты исследования показали, что в условиях ухода из российского сегмента интернета лидером (26%) стал «Беговой трекер: Бег, Пробегжка». Оно было размещено в Google Play для Android 20 июня 2019 г., но студенты стали широко использовать его именно в условиях ухода других приложений.

Вторую позицию заняло приложение «Adidas running» (24%), на долю которого приходилось в 2021 г. всего 1,1%.



Рисунок 2 – Беговые приложения, используемые студентами отделения ОФП кафедры физвоспитания МАИ в осеннем семестре 2022-2023 уч. г.

Среди приложений, ранее не использовавшихся студентами, можно также отметить выпшедшее давно «Zeoroxa Бег» (14 июня 2016 г.) и новое беговое приложение «My health – steps, jogging» (17 ноября 2021 г.).

Увеличилось количество пользователей приложений «Samsung Health» (с 2,2% до 6%), «Nike Run Club» (с 1,7% до 6%), «Goals-Fitness» (с 0,6% до 3%)

Сохранили уровень популярности «Apple Fitness», «Huawei» («Huawei Health») и, сменивший название «Zepp life» (ранее «Mi fit»).

Помимо приложения «Strava» стало недоступно мобильное приложение «Spotify Running», которое ранее использовало 12,7% респондентов.

Без особых причин и санкций со стороны приложений студенты перестали пользоваться «Google Fit», занявшим второе место (18,8%) среди всех приложений в исследовании 2020-2021 гг, приложением «RunKeeper» (2,2%) и наименее популярным «Garmin Connect» (0,6%).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Онлайн-беговая подготовка и выполнение онлайн беговых тестов и испытаний, в том числе с учетом требований ВФСК ГТО, с помощью карт беговых приложений к мобильным устройствам по-прежнему актуальны в организации учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» в вузе, несмотря на закончившиеся ковидные ограничения и возвращение в очный формат обучения.

Использование беговых приложений к мобильным устройствам в учебном процессе положительно оценивается как преподавателями, так и студентами. 93% студентов умеют пользоваться беговыми приложениями, что говорит о массовом распространении этих сервисов.

Во второй половине 2022 г. наиболее популярными среди студентов были беговые приложения: «Беговой трекер: Бег, Пробегжка» и «Adidas running».

Уход из интернет-пространства Российской Федерации некоторых популярных сервисов для отслеживания активности спортсменов и возможные риски ухода других сервисов и приложений, доступных в настоящее время, диктуют необходимость создания отечественного аналога таких сервисов, включающих в себя в том числе беговые мобильные интернет-приложения.

Отечественные аналоги сервисов отслеживания активности спортсменов должны отличаться высоким качеством, проводить активную политику завоевания рынка, используя положительно зарекомендовавшие себя организационно-педагогические средства и методы работы с пользователями: включать в себя приложение для мобильных устройств, интернет-сайт, базу данных сохраненных тренировок, и одновременно представлять собой

социальную сеть для спортсменов, в которой они могут сравнивать результаты, ставить цели, общаться и т. д. Сервис должен предусматривать возможность общения подписчиков в специально созданной для сервиса социальной сети. Должны быть предусмотрены возможности создания сообществ, формирования общих целей, сравнения результатов, разработки благоприятных маршрутов (для беговых приложений), проведения массовых онлайн-соревнований, создания спортивных команд или групп студентов преподавателей физической культуры на базе приложения и т. д.

Необходимость создания независимой российской спортивной сети с сервисами отслеживания двигательной активности и со всеми зарекомендовавшими себя положительно разработками очевидна в современных условиях санкций против российского физкультурно-спортивного движения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гаврюшкин А.Н. Применение мобильных приложений для повышения эффективности самостоятельной физической тренировки курсантов системы МВД / А.Н. Гаврюшкин, А.М. Кутимский // Успехи гуманитарных наук. – 2019. – № 6. – С. 92–95.
2. Особенности организации образовательного процесса со студентами специальных медицинских групп в период пандемии / Т.Е. Коваль, Л.В. Ярчиковская, В.П. Демеш, О.В. Миронова, В.Г. Кривошеков // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 10 (188). – С. 177–181.
3. Яунбаева Н.С. Организация работы и учебного процесса на кафедре физической культуры и спорта в БашГАУ в период дистанционного обучения / Н.С. Яунбаева // Физическая культура и спорт в системе высшего и среднего профессионального образования : Материалы IX Международной научно-методической конференции, посвященной году науки и технологий, Уфа, 15 марта 2021 года. – Уфа, 2021. – С. 305–309.
4. Лобанова М.А. Актуальность использования мобильных приложений для занятий физической культурой / М.А. Лобанова // Исследования молодых ученых: материалы XXXI Международной научной конференции (г. Казань, январь 2022 г.) – Казань : Молодой ученый, 2022. – С. 61–65.
5. Львова Т.Г. Беговая подготовка и тестирование беговых способностей студентов Московского авиационного института (национального исследовательского университета) в условиях дистанционного и гибридного обучения в 2020-2021 гг. / Т.Г. Львова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 11(201) – С. 243–250.
6. Егорова Н.М. Цифровизация российского спорта: проблемы и перспективы / Н.М. Егорова // Известия Санкт-Петербургского государственного экономического университета. – 2022. – № 4 (136). – С. 102–106.

REFERENCES

1. Gavryushkin, A.N. and Kutimskiy, A.M. (2019), "Use of mobile applications to improve the effectiveness of independent physical training of cadets of the ministry of internal affairs of Russia", *Modern Humanities Success*, No. 6, pp. 92-95.
2. Koval, T.E., Iarchikovskaia, L.V., Demesh, V.P., Mironova, O.V. and Krivoshchekov, V.G. (2020), "Features of organization of the educational process with students of special medical groups during the pandemic", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (188), pp. 177–181.
3. Yanubaeva, N.S. (2021), "Organization of the work and learning process at the Department of Physical Education and Sport at Bashkir State Agrarian University during the distance learning period", *Proceedings of the IX International Scientific and Methodological Conference dedicated to the Year of Science and Technology, Ufa, March 15, 2021*, Ufa, pp. 305–309.
4. Lobanova, M.A. (2022), "The relevance of using mobile applications for physical education", *Materials of the XXXI International Scientific Conference "Research of young scientists"*, Kazan, January 20-23, 2022, Young Scientist Publ., Kazan, pp. 61–65.
5. Lvova, T.G. (2021), "Running training and running ability testing of Moscow Aviation Institute (National Research University) students during distance and blended learning in 2020-2021", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (201), pp. 243–250.
6. Egorova, N.M. (2022), "Digitalization of Russian sports: problems and prospects", *Proceedings of St. Petersburg State University of Economics*, No.4 (136), pp. 102–106.

Контактная информация: tatyana.lvova@mail.ru

Статья поступила в редакцию 24.03.2023