

УДК 378.14

DOI 10.5930/1994-4683-2026-5-40-46

## Геймирование как инструмент обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт» в вузе

Усольцева Светлана Леонидовна<sup>1,2</sup>, кандидат педагогических наук, доцент  
Рямова Ксения Александровна<sup>1,2</sup>, кандидат педагогических наук, доцент  
Лагунова Любовь Владимировна<sup>1,2</sup>, кандидат педагогических наук, доцент  
Филиппов Андрей Рудольфович<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Уральский государственный медицинский университет, Екатеринбург

<sup>2</sup>Уральский государственный университет путей сообщения, Екатеринбург

**Аннотация.** С учетом перехода на новые государственные образовательные стандарты учебно-воспитательный процесс приобретает все более эксплицитный характер интерактивного общения между его субъектами (преподаватель-студент), строясь на взаимодействии и сотрудничестве.

**Цель исследования** – разработка и реализация учебно-методического комплекса «Физическая культура и спорт» с использованием интерактивного метода «геймирование» как инструмента обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт».

**Методы и организация исследования.** Применяли анализ и обобщение научно-методической литературы и федеральных государственных образовательных стандартов по дисциплине «Физическая культура и спорт», тестирование, анкетирование, методы математической статистики. Исследование проводили на базе Уральского государственного медицинского университета со студентами 1–3 курсов.

**Результаты исследования.** Выявлено, что разработанный учебно-методический комплекс «Физическая культура и спорт» востребован студентами, вызывает положительную мотивацию к дальнейшему и более углубленному изучению данной дисциплины. В процессе обучения у студентов формируются навыки общения, потребность в самосовершенствовании, активная жизненная позиция, умение работать в коллективе. Разработка и использование учебно-методического комплекса делает процесс обучения не только современным и продуктивным, но и позволяет интенсифицировать познавательную-развивающую деятельность и субъективное отношение к студенту.

**Ключевые слова:** физическая культура в вузе, учебно-методический комплекс «Физическая культура и спорт», интерактивные методы обучения, геймирование

**Для цитирования:** Геймирование как инструмент обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт» в вузе / Усольцева С. Л., Рямова К. А., Лагунова Л. В., Филиппов А. Р. DOI 10.5930/1994-4683-2026-5-40-46 // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2026. № 5 (255). С. 40–46.

## Gaming as a teaching tool for the discipline "Physical Education and Sports" in higher education

Usoltseva Svetlana Leonidovna<sup>1,2</sup>, candidate of pedagogical sciences, associate professor  
Ryamova Ksenia Aleksandrovna<sup>1,2</sup>, candidate of pedagogical sciences, associate professor  
Lagunova Lyubov Vladimirovna<sup>1,2</sup>, candidate of pedagogical sciences, associate professor  
Filippov Andrey Rudolfovich<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Ural State Medical University, Ekaterinburg

<sup>2</sup>Ural State University of Railway Transport, Ekaterinburg

**Abstract.** Taking into account the transition to the new state educational standards, the educational process is acquiring an increasingly explicit character of interactive communication between its subjects (teacher-student), based on interaction and cooperation.

**The purpose of the study** is the development and implementation of the educational and methodological complex "Physical Education and Sports" using the interactive method of 'gamification' as a tool for teaching the discipline "Physical Education and Sports".

**Research methods and organization.** Analysis and generalization of scientific and methodological literature and federal state educational standards in the discipline "Physical Education and Sports", testing, surveying, and methods of mathematical statistics were applied. The study was conducted at the Ural State Medical University with students of the 1st–3rd years.

**Research results.** It has been revealed that the developed educational and methodological complex "Physical Education and Sports" is in demand among students and generates positive motivation for further and more in-depth study of this discipline. During the learning process, students develop communication skills, a need for self-improvement, an active life position, and the ability to work in a team. The development and use of the educational and methodological complex make the learning process not only modern and productive but also allow for the intensification of cognitive and developmental activities and the subjective attitude towards the student.

**Keywords:** physical education at the university, educational and methodological complex "Physical Education and Sports", interactive teaching methods, gamification

**Для цитирования:** Usoltseva S. L., Ryamova K. A., Lagunova L. V., Filippov A. R. (2026), "Gaming as a teaching tool for the discipline "Physical education and sport" in higher education", *Scientific Notes of P.F. Lesgaft University*, No. 5 (255), pp. 40–46, DOI 10.5930/1994-4683-2026-5-40-46.

**Введение.** Современные условия жизнедеятельности человека во всех сферах связаны с компьютеризацией, информатизацией, автоматизацией и модернизацией всех процессов. Эти процессы, с одной стороны, способствуют плодотворной деятельности и повышают мобильность человека, но, с другой стороны, отрицательно сказываются на физической активности всех групп населения. Студенты, составляющие значительную часть нашего общества и являющиеся социально-экономическим потенциалом страны, страдают от негативного влияния этих процессов, что приводит к снижению уровня здоровья и, как следствие, к ухудшению качества жизни.

В связи с этим перед вузами стоит задача подготовить высококвалифицированных специалистов, обладающих не только профессиональными компетенциями, но и высоким уровнем здоровья. Главная роль в развитии и сохранении функциональных возможностей, кондиционных физических качеств, соответствия количества двигательной активности потребностям организма, а значит, и повышении уровня здоровья во время обучения в вузе, отводится дисциплине «Физическая культура и спорт».

Согласно методическим рекомендациям Минобрнауки, «...для обеспечения формирования у обучающихся необходимых двигательных навыков, реализацию модулей по физической культуре и спорту рекомендуется осуществлять в форме контактной работы с обучающимися» [1, п. 2.1.1].

Однако, с учетом перехода на новые государственные образовательные стандарты, учебно-воспитательный процесс приобретает все более выраженный характер интерактивного общения между его субъектами (преподаватель-студент), строясь на взаимодействии и сотрудничестве. Соответственно, разработка и внедрение продуктивных педагогических технологий становится неотъемлемой частью модернизации образовательной сферы, что позволит расширить уровень получаемых студентами как теоретических знаний, так и практических умений и навыков. Современные педагогические технологии должны включать креативность, продуктивность, мобильность, быть направлены на развитие научного мышления и способствовать активизации учебной деятельности студенческой молодежи.

С развитием новых технологий в образовательной среде широкое распространение получили методы интерактивного обучения, что обусловило необходимость их внедрения, в том числе и по дисциплине «Физическая культура и спорт».

Таким образом, актуальность данного исследования определяется необходимостью разработки и внедрения в учебный процесс современных интерактивных методов обучения, позволяющих повысить качество методико-практического обеспечения при освоении дисциплины «Физическая культура и спорт».

**Цель исследования** – разработка и реализация учебно-методического комплекса «Физическая культура и спорт» с использованием интерактивного метода «геймирование» как инструмента обучения по данной дисциплине.

**Методика и организация исследования.** Исследование проводилось на базе Уральского государственного медицинского университета (УГМУ) со студентами, обучающимися на 1–3 курсах. На основании федеральных государственных образовательных стандартов дисциплина «Физическая культура и спорт» в УГМУ представлена в учебном плане в количестве 400 часов и включает два модуля. Первый модуль – «Физическая культура и спорт» – содержит теоретическую часть. Второй модуль – Элективный курс «Физическая культура и спорт» – предполагает непосредственно контактную работу со студентами. Наполнение курсов соответствует рабочим программам дисциплины.

Помимо этого, для ее реализации разработан современный учебно-методический комплекс изучения дисциплины «Физическая культура и спорт», созданный на основе интерактивного метода «геймирование» в рамках единой электронной информационно-образовательной среды на базе платформы «Медспейс» (MEDSPACE). Он включает курсы: «Теоретические основы физической культуры» и «Элективный курс „Физическая культура и спорт“», которые взаимодополняют друг друга и активизируют самостоятельную работу студентов. Для этого были использованы различные формы и методы обучения (традиционные и интерактивные): текст лекций, презентации, ссылки на разнообразные видеоуроки, методические и практические задания. Основу курсов составляют геймированные обучающие задания. Контрольный модуль включает тестовые задания различного уровня сложности, шкалу прогресса и оценку в баллах. Для определения эффективности предложенного учебно-методического комплекса нами была разработана анкета обратной связи.

**Результаты исследования.** Внедрение современных интерактивных методов обучения в учебный процесс при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт» предполагает применение методов, направленных на личностно-ориентированную деятельность студентов. Модернизация данного процесса обусловлена, в том числе, и особенностями усвоения учебного материала. Так, например, при чтении лекции усвоение материала составляет только 10%, при просмотре презентации – 40%, а при непосредственной контактной работе с преподавателем на занятии и соответствующей предварительной самостоятельной подготовке студента – до 90% [2]. Основной особенностью интерактивных методов является повышенный уровень активности всех участников взаимодействия, при этом изменяется роль и задачи преподавателя: направлять и помогать в процессе освоения материала; оказывать помощь в поиске различных способов решения поставленных задач; поддерживать интерес и мотивацию студентов; поощрять инициативность, креативность, творчество и самостоятельность студентов.

Таким образом, внедрение интерактивного обучения в учебный процесс по физической культуре в вузах отвечает современным требованиям федеральных государственных образовательных стандартов и становится неотъемлемой частью модернизации и интенсификации физкультурного образования [3]. Под интенсификацией понимается передача определенного объема учебного материала студентам при сохраняющейся продолжительности обучения без снижения требований к качеству знаний.

Изучение зарубежной и отечественной научной литературы по данной тематике показало, что в настоящее время во многих странах в сфере образования все чаще начинают применять такой интерактивный метод, как геймирование. Геймирование – это применение игровых элементов в неигровом контексте [4]. Данный метод предполагает использование стандартного набора средств, таких как: накопление баллов, списки лидеров, различные награды, разный уровень сложности за-

даний [4, с. 183]. В процессе апробации этого метода в образовательной среде ученые отмечают, что использование геймифицированных заданий позволяет повысить мотивацию и успешное освоение подаваемого материала у обучающихся [5, 6]. В связи с этим при составлении учебно-методического комплекса основным интерактивным методом обучения нами также использовался метод геймификации.

Содержание курса «Теоретические основы физической культуры» представлено восемнадцатью модулями. Вводный модуль включает подробную инструкцию и рекомендации к изучению курса. Далее каждый модуль соответствует названию темы, всего 16 тем (рис. 1). Темы необходимо проходить в порядке их расположения на сайте. Заключительный модуль представлен итоговым тестом по всем пройденным темам. Учитывая, что в УГМУ получают образование иностранные студенты, которые на протяжении трех курсов изучают дисциплины на английском языке, для них на курсе также размещен весь необходимый материал на английском языке.

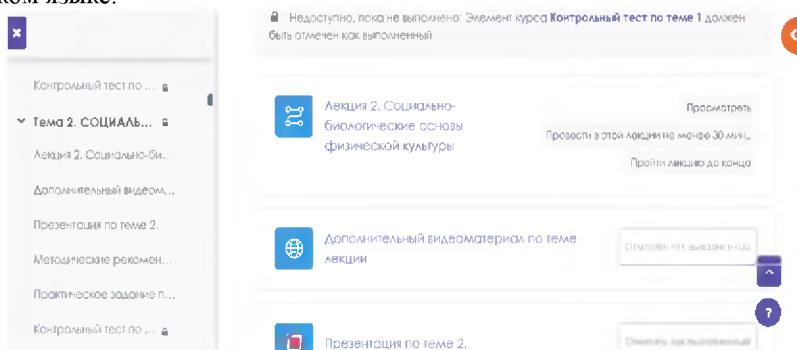


Рисунок 1 – Пример наполнения модуля по теме 2.

Элективный курс «Физическая культура и спорт» разработан в соответствии с рабочей программой и включает методико-практический и практический разделы. В его содержание входит шесть модулей. Во вводном модуле размещена подробная инструкция по работе с данным курсом (рис. 2).

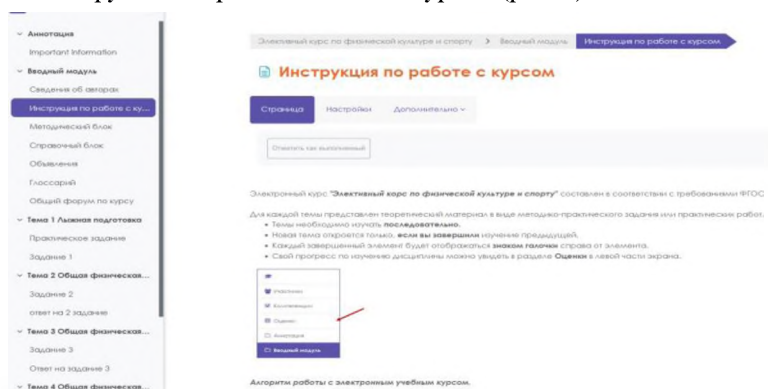


Рисунок 2 – Пример наполнения вводного модуля

В каждом следующем модуле размещено практическое задание, направленное на самостоятельную практическую работу студентов. Им предлагается в домашних условиях провести для себя практическое занятие с соблюдением структуры занятия.

Помимо выполнения упражнений студенты должны следить за эффективностью физической нагрузки с помощью пульсометрии. По окончании выполнения упражнений им необходимо зафиксировать это в предложенной форме, которая помимо выполняемых упражнений содержит графу для записи пульса. Они проводят расчеты по формуле для определения границ своей тренировочной зоны и анализируют полученные данные о ЧСС в процессе занятия. После проведенных расчетов делают вывод о соответствии полученной физической нагрузки их должной тренировочной зоне. Для более четкого понимания студентами требований к заданию предложены примеры расчетов, заполнения таблицы и вывода.

Полученные в ходе изучения данного курса методико-практические знания и умения студенты закрепляют на практических занятиях. Для этого преподаватели формируют мини-группы, в которых студенты выбирают направленность занятия (ОФП, баскетбол, волейбол, аэробика и пр.), разбирают части урока, готовят конспект (преподаватель при необходимости корректирует), необходимый инвентарь и непосредственно под контролем преподавателя проводят занятие с группой.

В контрольном модуле размещены оценочные таблицы и условия выполнения контрольных тестов, необходимые для определения теоретической, физической и спортивно-технической подготовленности студентов.

Для определения эффективности разработанного учебно-методического комплекса «Физическая культура и спорт» было проведено анкетирование студентов. Положительно оценили учебно-методический комплекс 89 % опрошенных. Еще 86 % респондентов отметили практическую ценность предложенного материала, позволившую скорректировать самостоятельную работу. 14 % студентов затруднились с ответом. Навигация курсов удобна и понятна для 90 % студентов. Комфортным для усвоения информации (порядок разбивки по темам и уровню сложности) курс оказался для 92 %. На вопрос «Хотели бы вы после первого знакомства пройти весь курс полностью?» 88 % опрошенных дали положительный ответ. Возможность и удобство отслеживания своего прогресса обучения отметили 94 % студентов. Посоветовали бы данный учебно-методический комплекс своим друзьям и одногруппникам 85 % респондентов.

Для оценки реализации курса был проведен анализ успеваемости студентов по дисциплине «Физическая культура и спорт», поскольку эти данные объективно показывают динамику уровня теоретической и практической подготовленности (табл. 1).

Таблица 1 – Сравнительный анализ результатов успеваемости по дисциплине при традиционном обучении и с применением учебно-методического комплекса «Физическая культура и спорт»

Количество студентов	Традиционное обучение (n = 4021) 2021–2022 уч. год		Обучение с применением учебно-методического комплекса «Физическая культура и спорт» (n = 4078) 2023–2024 уч. год	
	теоретический курс	элективный курс	теоретический курс	элективный курс
	% успеваемости	% успеваемости	% успеваемости	% успеваемости
Количество студентов, сдавших зачет с первого раза	86,8 %	83,8 %	95,1 %	94,9 %
Качество знаний	60,1 %	48,0 %	74,5 %	58,1 %
Коэффициент эффективности	1,3	1,0	1,5	1,4

Учитывая требования вуза к полной ликвидации задолженностей, для расчетов успеваемости были взяты только студенты, получившие зачет по дисциплине с первого раза. Также было оценено качество полученных знаний.

Таким образом, результаты констатирующего эксперимента показали, что применение учебно-методического комплекса позволило качественно улучшить теоретическую подготовленность студентов, что сказалось на результатах успеваемости по элективному курсу дисциплины «Физическая культура и спорт».

**Выводы.** В соответствии с поставленными задачами исследования выявлено, что внедрение интерактивного обучения в учебный процесс по физической культуре в вузах становится неотъемлемой частью модернизации и интенсификации физкультурного образования. Использование геймированных заданий позволяет повысить мотивацию студентов и успешность освоения материала. Проведенный анализ показал, что разработанный учебно-методический комплекс по дисциплине «Физическая культура и спорт», представленный курсами «Теоретические основы физической культуры» и «Элективный курс «Физическая культура и спорт»», созданный с использованием различных интерактивных методов обучения, в том числе геймирования, для студентов медицинского вуза, в рамках единой электронной информационно-образовательной среды платформы «Медспейс» (MEDSPACE), востребован студентами и вызывает положительную мотивацию к дальнейшему, более углубленному изучению дисциплины. При использовании интерактивных методов обучения студент становится активным участником деятельности, а преподаватель обеспечивает условия для проявления инициативности, исполняя роль модератора. В процессе обучения у студентов формируются навыки общения, потребность в самосовершенствовании, активная жизненная позиция, умение работать в коллективе. Разработка и использование учебно-методического комплекса делает процесс обучения не только современным и продуктивным, но и позволяет интенсифицировать познавательную-развивающую деятельность и субъективное отношение к студенту.

#### Список источников

- 1 Методические рекомендации для образовательных организаций высшего образования по организации деятельности кафедр физического воспитания, в том числе по вопросам научно-методического обеспечения студенческого спорта (утв. Минобрнауки России 01.12.2023, Минспортом России 05.12.2023, Минпросвещения России 06.12.2023. URL: <https://sudact.ru/law/metodicheskie-rekomendatsii-dlia-obrazovatelnykh-organizatsii-vysshego-obrazovaniia/> (дата обращения: 21.08.2025).
- 2 Интерактивное обучение в физическом воспитании вуза (на основе использования рабочей тетради) / Николаева И. В., Николаев, П. П., Шиховцова, Л. Г., Шиховцов, Ю. В. // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2014. Т. 20. С. 3181–3185. URL: <http://e-koncept.ru/2014/54900.htm> (дата обращения: 21.08.2025).

#### References

- 1 Ministry of Education and Science of Russia, Ministry of Sports of Russia, Ministry of Education of Russia (2023), "Methodological recommendations for educational institutions of higher education on the organization of the activities of physical education departments, including scientific and methodological support for student sports", URL: <https://sudact.ru/law/metodicheskie-rekomendatsii-dlia-obrazovatelnykh-organizatsii-vysshego-obrazovaniia/>.
- 2 Nikolaeva I. V., Nikolaev P. P., Shikhovtsova L. G., Shikhovtsov YU. V. (2014), "Interactive learning in physical education at the university (based on the use of a workbook)", *Scientific and methodological electronic journal "Concept"*, no 20, pp. 3181–3185, URL: <http://e-koncept.ru/2014/54900.htm>.

- 3 Интерактивные технологии в дистанционном обучении: исследование качества учебного процесса студентов факультета физической культуры и спорта / Ю. А. Веселовская, Н. В. Сидорова, Н. Г. Кузина, И. В. Столярова // Теория и практика физической культуры. 2018. № 2. С. 12–14. EDN: YMTGBZ.
- 4 Game-Based Learning and Gamification in Physical Education: A Systematic Review / R. Camacho-Sánchez, A. Manzano-León, J. M. Rodríguez-Ferrer, J. Serna, P. Lavega-Burgués. DOI 10.3390/educsci13020183 // Education Sciences. 2023. Vol. 13 (2). P. 183. EDN: SMAOVY.
- 5 Chung-Ho Su. The effects of students' motivation, cognitive load and learning anxiety in gamification software engineering education: a structural equation modeling study. DOI 10.1007/s11042-015-2799-7 // Multimed Tools Appl. 2016. Vol. 75 (16). P. 10013–10036.
- 6 Реан А. А., Шевченко А. О., Ставцев А. А. Цифровая геймификация как инструмент позитивной педагогики // Педагогика. 2022. № 10. С. 17–27. EDN: KDIKQZ.
- 3 Veselovskaya YU. A., Sidorova N. V., Kuzina N. G., Stolyarova I. V. (2018), "Interactive Distance Education Technologies: Physical Education And Sports Educational Process Quality Analysis", *Theory and practice of physical education*, No 2, pp. 12–14.
- 4 Camacho-Sánchez R., Manzano-León A., Rodríguez-Ferrer J. M., Serna J., Lavega-Burgués P. (2023), "Game-Based Learning and Gamification in Physical Education: A Systematic Review", *Education Sciences*, Vol. 13 (2), pp. 183, URL: <https://doi.org/10.3390/educsci13020183>.
- 5 Chung-Ho Su (2016), "The effects of students' motivation, cognitive load and learning anxiety in gamification software engineering education: a structural equation modeling study", *Multimed Tools Appl*, vol. 75, issue 16, pp. 10013–10036, URL: <http://doi.org/10.1007/s11042-015-2799-7>.
- 6 Rean A. A., Shevchenko A. O., Stavtsev A. A. (2022), "Digital gamification as an instrument of positive pedagogy", *Pedagogy*, No 10, pp. 17–27.

**Информация об авторах:**

**Усольцева С.Л.**, доцент кафедры физической культуры, ORCID: 0000-0002-5151-8083, SPIN-код: 5682-4385.

**Рямова К.А.**, доцент кафедры физической культуры, ORCID: 0000-0001-6755-4698, SPIN-код: 1185-7158.

**Лагунова Л.В.**, доцент кафедры физической культуры, ORCID: 0009-0005-4058-624X, SPIN-код: 4274-0318.

**Филиппов А. Р.**, старший преподаватель кафедры физической культуры, ORCID: 0009-0006-3939-4352, SPIN-код: 5945-9146.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

*Поступила в редакцию 24.03.2026.*

*Принята к публикации 11.04.2026.*