Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







СОВРЕМЕННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Бехруз Хайруллаев
Магистрант кафедра физической культуры Азиатского международного университета
xayrullayevbehruz0@gmail.com

Аннотация. В работе рассматриваются современные подходы к организации физического воспитания студентов, включая индивидуализацию, активные методы обучения, цифровые средства и оценивание образовательных результатов. Представлен теоретико-методический анализ научных подходов; практические рекомендации сформулированы без заявления о проведении собственного эксперимента.

Ключевые слова: физическое воспитание, студенты, педагогические технологии, индивидуализация, двигательная активность, цифровое обучение.

Введение

Современная высшая школа рассматривает физическое воспитание как важную составляющую подготовки специалиста, способного поддерживать работоспособность, самостоятельно организовывать двигательную активность и ответственно относиться к здоровью. Однако традиционная модель занятий, ориентированная преимущественно на выполнение единых нормативов, не всегда учитывает различия в подготовленности, мотивации и жизненном опыте студентов. Поэтому актуальным становится поиск педагогических технологий, объединяющих образовательные, оздоровительные и личностно-развивающие задачи.Методическое значение данного направления заключается в возможности перехода от единообразного учебного воздействия к педагогически обоснованному выбору средств и форм занятий. При планировании необходимо учитывать цели конкретного этапа, доступность материальной базы, особенности группы и наблюдаемые изменения в учебной деятельности. Важно, чтобы каждый метод был связан с проверяемым результатом и не применялся только ради формальной новизны.В организации учебного процесса это предполагает постановку доступной цели, предварительное объяснение критериев успеха, последовательное выполнение заданий и обсуждение результатов. Преподаватель может сочетать индивидуальную работу с малыми группами, обеспечивая участие студентов различной подготовленности. Периодическая корректировка заданий помогает поддерживать интерес и формировать самостоятельность, не снижая требований к безопасности [1].

Теоретические основы педагогической модернизации

Педагогическая технология представляет собой последовательную систему целей, содержания, методов, средств и процедур оценки результатов обучения.

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







В физическом воспитании ее отличает необходимость учитывать непосредственную двигательную деятельность, безопасность нагрузки и постепенное формирование устойчивой привычки к упражнениям. Эффективность занятий следует определять не только по изменению контрольных результатов, но и по динамике двигательной компетентности, посещаемости, самостоятельной активности и отношения студентов к физической культуре.Методическое значение данного направления заключается в возможности перехода от единообразного учебного воздействия к педагогически обоснованному выбору средств и форм занятий. При планировании необходимо учитывать цели конкретного этапа, доступность материальной базы, особенности группы и наблюдаемые изменения в учебной деятельности. Важно, чтобы каждый метод был связан с проверяемым результатом и не применялся только ради формальной новизны.В организации учебного процесса это предполагает постановку доступной цели, предварительное объяснение критериев успеха, последовательное выполнение заданий и обсуждение результатов. Преподаватель может сочетать индивидуальную работу с малыми группами, обеспечивая участие студентов различной подготовленности. Периодическая корректировка заданий помогает поддерживать интерес и формировать самостоятельность, не снижая требований к безопасности.

Личностно ориентированное и дифференцированное обучение

Студенческие группы неоднородны по состоянию здоровья, уровню физической подготовленности, двигательному опыту и интересам. Дифференцированный подход предполагает несколько вариантов заданий с сопоставимой педагогической целью, но различными исходными требованиями. Например, при развитии выносливости студенты могут выполнять интервальную ходьбу, равномерный бег или циклические упражнения на тренажере с индивидуально подобранной интенсивностью. Переход к более сложному варианту определяется техникой, переносимостью нагрузки и устойчивостью результатов, а не только календарным планом.Методическое значение данного направления заключается в возможности перехода от единообразного учебного воздействия к педагогически обоснованному выбору средств и форм занятий. При планировании необходимо учитывать цели конкретного этапа, доступность материальной базы, особенности группы и наблюдаемые изменения в учебной деятельности. Важно, чтобы каждый метод был связан с проверяемым результатом и не применялся только ради формальной новизны.В организации учебного процесса это предполагает постановку доступной цели, предварительное объяснение критериев успеха, последовательное выполнение заданий и обсуждение результатов. Преподаватель может сочетать индивидуальную работу с малыми группами, обеспечивая участие студентов различной подготовленности. Периодическая корректировка заданий помогает поддерживать интерес и формировать самостоятельность, не снижая требований к безопасности [2].

Активные методы и игровые технологии

Игровые и командные формы позволяют объединить двигательную практику с решением познавательных и коммуникативных задач. Мини-игры, спортивные эстафеты, ситуационные задания и учебные турниры создают

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







условия для принятия решений, взаимопомощи и развития ответственности. При этом педагог должен управлять соревновательной составляющей: чрезмерная ориентация на победу может снижать включенность менее подготовленных студентов. Целесообразно оценивать качество взаимодействия, соблюдение правил, технический прогресс и личные усилия каждого участника.Методическое значение данного направления заключается в возможности перехода от единообразного учебного воздействия к педагогически обоснованному выбору средств и форм занятий. При планировании необходимо учитывать цели конкретного этапа, доступность материальной базы, особенности группы и наблюдаемые изменения в учебной деятельности. Важно, чтобы каждый метод был связан с проверяемым результатом и не применялся только ради формальной новизны.В организации учебного процесса это предполагает постановку доступной цели, предварительное объяснение критериев успеха, последовательное выполнение заданий и обсуждение результатов. Преподаватель может сочетать индивидуальную работу с малыми группами, обеспечивая участие студентов различной подготовленности. Периодическая корректировка заданий помогает поддерживать интерес и формировать самостоятельность, не снижая требований к безопасности.

Цифровые технологии и смешанное обучение

Цифровые средства расширяют возможности физического воспитания за пределами спортивного зала. Электронные дневники активности, видеоматериалы по технике упражнений, дистанционные консультации и учебные платформы помогают студенту планировать самостоятельные занятия. Видеозапись выполнения двигательного действия может использоваться для самоанализа и обратной связи преподавателя. Вместе с тем цифровые показатели требуют осторожной интерпретации: количество шагов или расчетная частота сердечных сокращений не являются самостоятельным доказательством качества обучения.Методическое значение данного направления заключается в возможности перехода от единообразного учебного воздействия к педагогически обоснованному выбору средств и форм занятий. При планировании необходимо учитывать цели конкретного этапа, доступность материальной базы, особенности группы и наблюдаемые изменения в учебной деятельности. Важно, чтобы каждый метод был связан с проверяемым результатом и не применялся только ради формальной новизны.В организации учебного процесса это предполагает постановку доступной цели, предварительное объяснение критериев успеха, последовательное выполнение заданий и обсуждение результатов. Преподаватель может сочетать индивидуальную работу с малыми группами, обеспечивая участие студентов различной подготовленности. Периодическая корректировка заданий помогает поддерживать интерес и формировать самостоятельность, не снижая требований к безопасности [3].

Формирующее оценивание и обратная связь

Современная система оценивания должна фиксировать индивидуальный прогресс и помогать студенту понимать собственные достижения. Помимо контрольных тестов целесообразно использовать наблюдение за техникой, самооценку, краткие рефлексивные записи и оценку выполнения

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







индивидуального плана. Преподаватель формулирует конкретные рекомендации: какие элементы движения освоены, что необходимо исправить и каким способом можно проверить улучшение. Такая обратная связь способствует осознанности и снижает страх неудачи.Методическое значение данного направления заключается в возможности перехода от единообразного учебного воздействия к педагогически обоснованному выбору средств и форм занятий. При планировании необходимо учитывать цели конкретного этапа, доступность материальной базы, особенности группы и наблюдаемые изменения в учебной деятельности. Важно, чтобы каждый метод был связан с проверяемым результатом и не применялся только ради формальной новизны.В организации учебного процесса это предполагает постановку доступной цели, предварительное объяснение критериев успеха, последовательное выполнение заданий и обсуждение результатов. Преподаватель может сочетать индивидуальную работу с малыми группами, обеспечивая участие студентов различной подготовленности. Периодическая корректировка заданий помогает поддерживать интерес и формировать самостоятельность, не снижая требований к безопасности.

Организация педагогического процесса

Внедрение инноваций требует последовательности. На диагностическом этапе изучаются физическая подготовленность, интересы и возможные ограничения студентов. Далее определяются измеримые учебные результаты, подбираются методы и задания, организуется текущий мониторинг. Завершающий этап включает анализ динамики, обсуждение трудностей и корректировку следующего учебного цикла. Преподавателю важно предусматривать доступные альтернативы для студентов с различными функциональными возможностями и соблюдать действующие медицинские рекомендации.Методическое значение данного направления заключается в возможности перехода от единообразного учебного воздействия к педагогически обоснованному выбору средств и форм занятий. При планировании необходимо учитывать цели конкретного этапа, доступность материальной базы, особенности группы и наблюдаемые изменения в учебной деятельности. Важно, чтобы каждый метод был связан с проверяемым результатом и не применялся только ради формальной новизны.В организации учебного процесса это предполагает постановку доступной цели, предварительное объяснение критериев успеха, последовательное выполнение заданий и обсуждение результатов. Преподаватель может сочетать индивидуальную работу с малыми группами, обеспечивая участие студентов различной подготовленности. Периодическая корректировка заданий помогает поддерживать интерес и формировать самостоятельность, не снижая требований к безопасности [4].

Таблица 1.

Современные педагогические технологии и ожидаемые образовательные результаты

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







Педагогическая технология	Пример применения	Ожидаемый результат
Дифференцированное обучение	Задания с учетом уровня физической подготовленности	Индивидуализация нагрузки и доступность занятий
Игровые методы	Командные задания и подвижные игры	Мотивация и коммуникативные навыки
Цифровые инструменты	Электронный дневник активности и обратная связь	Самоконтроль и осознанное участие
Формирующее оценивание	Критерии прогресса и самооценка	Развитие самостоятельности и устойчивой мотивации

Примечание: таблица носит методический характер и не содержит экспериментальных данных.

Практические условия эффективности

Результативность педагогических технологий зависит от компетентности преподавателя, оснащения спортивных объектов, расписания и культуры обратной связи. Даже современная цифровая платформа не заменяет грамотную методику двигательного обучения. Перспективной является модель, при которой аудиторные занятия дополняются самостоятельной активностью, короткими образовательными заданиями и регулярной оценкой индивидуального прогресса. Особое внимание следует уделять доступности занятий, психологической безопасности и формированию внутренней мотивации.Методическое значение данного направления заключается в возможности перехода от единообразного учебного воздействия к педагогически обоснованному выбору средств и форм занятий. При планировании необходимо учитывать цели конкретного этапа, доступность материальной базы, особенности группы и наблюдаемые изменения в учебной деятельности. Важно, чтобы каждый метод был связан с проверяемым результатом и не применялся только ради формальной новизны.В организации учебного процесса это предполагает постановку доступной цели, предварительное объяснение критериев успеха, последовательное выполнение заданий и обсуждение результатов. Преподаватель может сочетать индивидуальную работу с малыми группами, обеспечивая участие студентов различной подготовленности. Периодическая корректировка заданий помогает поддерживать интерес и формировать самостоятельность, не снижая требований к безопасности.

Заключение

Современные педагогические технологии повышают потенциал физического воспитания студентов при условии их системного и методически обоснованного применения. Дифференциация нагрузки, активные формы обучения, цифровая поддержка и формирующее оценивание позволяют сделать занятия более осмысленными и доступными. Основным критерием успеха следует считать не только выполнение нормативов, но и устойчивое развитие двигательной компетентности, самостоятельности и положительного отношения к физической активности.

Список использованной литературы

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







1. Всемирная организация здравоохранения. Руководящие принципы ВОЗ по физической активности и малоподвижному образу жизни. Женева, 2020.
2. Bailey R. Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes // Journal of School Health. 2006. Vol. 76(8). P. 397–401.
3. Deci E. L., Ryan R. M. Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health // Canadian Psychology. 2008. Vol. 49(3). P. 182–185.
4. Siedentop D., Hastie P. A., van der Mars H. Complete Guide to Sport Education. 3rd ed. Human Kinetics, 2019.