

<sup>1</sup>Темирбай Н.М.<sup>✉</sup>, <sup>1</sup>Калдыбаева А.Т., <sup>2</sup>Байкулова А.М.

<sup>1</sup>Кыргызский государственный университет имени И. Арабаева, г. Бишкек, Кыргызстан

<sup>2</sup>Казахский национальный женский педагогический университет, г. Алматы, Казахстан

## МОДЕЛЬ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ

Темирбай Нуржан Маратулы, Калдыбаева Айчурок Токтополотовна, Байкулова Айгерим Мейрхановна

### Модель совершенствования физического воспитания студентов в вузе

**Аннотация.** В исследовании представлено теоретическое обоснование модели совершенствования физического воспитания студентов в вузе. Актуальность исследования обусловлена снижением уровня физического здоровья и мотивации к физкультурно-спортивной деятельности у современной студенческой молодежи, что требует переосмысливания традиционных подходов к организации физического воспитания. На основе анализа противоречий между требованиями к физической подготовленности выпускников и недостаточной эффективностью действующей системы, авторами разработана структурно-функциональная модель, включающая целевой, содержательный, организационно-процессуальный и резульвативно-оценочный компоненты. Теоретико-методологическую основу модели составляют личностно-ориентированный, деятельностный, компетентностный, системный и здоровьесберегающий подходы. Содержательный компонент включает два взаимосвязанных блока: направления физического воспитания (теоретическую, методическую, физическую и профессионально-прикладную подготовку) и его компоненты (когнитивный, мотивационно-ценностный, деятельностный). Определены педагогические условия: создание здоровьесберегающей среды, внедрение инновационных технологий, интеграция учебной и внеучебной деятельности, вариативность содержания, междисциплинарные связи. Предложена система критериев и уровней сформированности физической культуры личности студента. Эффективность модели обеспечивается комплексным воздействием, системным подходом, учётом индивидуальных особенностей и современных образовательных тенденций. Научная новизна заключается в разработке модели, ориентированной на формирование физической культуры личности как интегративного качества выпускника, готового к здоровьесберегающей профессиональной деятельности и полноценной социальной жизни.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, структурно-функциональная модель, студенты университета, педагогические условия, физическая культура личности.

Темирбай Нуржан Маратулы, Калдыбаева Айчурек Токтополотовна, Байкулова Айгерим Мейрхановна

### Жоғары оқу орнында студенттердің дene тәрбиесін жетілдіру моделі

**Аңдатпа.** Зерттеуде университеттегі студенттердің дene тәрбиесін жетілдіру моделінің теориялық негізdemесі келтірілген. Зерттеудің өзектілігі дene шынықтыруды үйімдастырудың дәстүрлі тәсілдерін қайта қарастыруды талап ететін қазіргі студент жастардың физикалық денсаулығы мен дene шынықтыру-спортық іс-әрекетке деген ынтымын төмөндеуімен байланысты. Түлектердің дene шынықтыру дайындығына қойылатын талаптар мен жұмыс істеп тұрған жүйенің тиімділігінің жеткіліксіздігі арасындаға қайшылықтарды талдау негізінде авторлар мақсатты, мазмұнды, үйімдастырушылық-процесстік және нәтижелі-бағалау компоненттерін қамтитын құрылымдық-функционалдық модель әзірледі. Модельдің теориялық және әдіснамалық негізі тұлғаға бағыталған, белсенділік, құзыреттілік, жүйелік және денсаулық сақтау тәсілдері болып табылады. Мазмұндық компонент өзара байланысты екі блокты қамтиды: дene тәрбиесінің бағыттары (теориялық, әдістемелік, физикалық және кәсіптік-қолданбалы дайындық) және оның компоненттері (когнитивті, мотивациялық-құндылық, белсенділік). Педагогикалық жағдайлар анықталды: денсаулық сақтау ортасын құру, инновациялық технологияларды енгізу, оқу және сабактан тыс іс-әрекеттерді интеграциялау, мазмұнның өзгеріштілік, пәнаралық байланыстар. Студенттің жеке басының дene шынықтыруының критерийлері мен деңгейлерінің жүйесі ұсынылған. Модельдің тиімділігі көшенді әсермен, жүйелі тәсілмен, жеке ерекшеліктер мен заманауи білім беру тенденцияларын ескере отырып қамтамасыз етіледі. Ғылыми жағалық - денсаулықты сақтайдын кесібі қызметке және толықжанды өлеуметтік өмірге дайын түлектің интегративті сапасы ретінде жеке тұлғаның дene шынықтыруын қалыптастыруға бағыталған модель жасау.

**Түйін сөздер:** дene тәрбиесі, құрылымдық-функционалдық модель, университет студенттері, педагогикалық шарттар, тұлғаның дene мәдениеті.

Temirbay Nurzhan Maratuly, Kaldybaeva Aichurok Toktopolotovna, Baikulova Aigerim Meirkanova

### **Model for improving physical education of students in higher education**

**Abstract.** The study provides a theoretical justification for the model of improving the physical education of students at the university. The relevance of the study is due to a decrease in the level of physical health and motivation for physical culture and sports activities among modern students, which requires a rethinking of traditional approaches to the organization of physical education. Based on the analysis of contradictions between the requirements for the physical fitness of graduates and the insufficient effectiveness of the current system, the authors have developed a structural and functional model that includes targeted, substantive, organizational, procedural, and performance-evaluation components. The theoretical and methodological basis of the model consists of personality-oriented, activity-based, competence-based, systemic, and health-saving approaches. The content component includes two interrelated blocks: the areas of physical education (theoretical, methodological, physical, and professionally applied training) and its components (cognitive, motivational, value, and activity). The pedagogical conditions are defined: the creation of a health-saving environment, the introduction of innovative technologies, the integration of educational and extracurricular activities, the variability of content, and interdisciplinary connections. A system of criteria and levels of formation of physical culture of the student's personality is proposed. The effectiveness of the model is ensured by a comprehensive impact, a systematic approach, taking into account individual characteristics and modern educational trends. The scientific novelty lies in the development of a model focused on the formation of personal physical culture as an integrative quality of a graduate who is ready for a health-saving professional activity and a full-fledged social life.

**Key words:** physical education, structural-functional model, university students, pedagogical conditions, physical culture of personality.

**Введение.** Современная система высшего образования переживает период кардинальных трансформаций, обусловленных глобальными социально-экономическими процессами, технологическим прогрессом и изменением парадигм образовательной деятельности. Интенсификация учебного процесса, рост информационных потоков, цифровизация образовательной среды, а также пандемийные ограничения, значительно увеличившие долю дистанционного обучения, привели к существенному изменению образа жизни студенческой молодежи, характеризующемуся преобладанием малоподвижных форм деятельности и снижением физической активности. Одновременно возрастающие требования к качеству подготовки специалистов, усложнение профессиональных задач и необходимость формирования универсальных компетенций актуализируют потребность в физически развитых, стрессоустойчивых и адаптированных к высоким нагрузкам выпускниках. В данном контексте проблема совершенствования физического воспитания студентов приобретает стратегическую значимость, поскольку существующие традиционные подходы к организации физкультурно-образовательного процесса демонстрируют несоответствии современным вызовам и не обеспечивают формирование необходимого уровня физической культуры личности будущих специалистов [1-3].

Актуальность исследования определяется наличием противоречий в сфере физического воспитания студенческой молодежи. Первое противоречие заключается в несоответствии между декларируемыми государственными приоритетами

формирования здорового образа жизни населения, закрепленными в стратегических документах, и реальным состоянием физического здоровья выпускников высших учебных заведений. Второе противоречие проявляется между возрастающими требованиями рынка труда к универсальным компетенциям специалистов, включающим способность поддерживать оптимальный уровень физической подготовленности, и недостаточной эффективностью существующей системы физического воспитания в формировании данных компетенций.

Рассматриваемые противоречия приобретают особую остроту в условиях Республики Казахстан, где стратегические приоритеты государственного развития непосредственно связаны с физическим воспитанием молодежи. Принятая в 2023 году Концепция развития физической культуры и спорта на период до 2029 года законодательно закрепляет здоровье населения как ключевой фактор национальной конкурентоспособности, предусматривая увеличение доли систематически занимающихся физической культурой казахстанцев с 39 % до 50 %, а среди детей и подростков - с 27 % до 45 % [4]. Однако реализация данных целевых индикаторов в системе высшего образования сталкивается с серьезными препятствиями, обусловленными устаревшими методологическими подходами и организационными механизмами физического воспитания в вузах. Проведенные в последние годы отечественными исследователями (И.Ф. Андрушишин, С.И. Хаустов, А.С. Балтина, А.Ж. Тастанов, Е.К. Уанбаев и др.) работы по изучению личностно-ориентированного

образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура» убедительно демонстрируют, что достижение государственных приоритетов в области здоровья населения невозможно без кардинального пересмотра существующей практики физического воспитания студенческой молодежи, требующего перехода от унифицированных программ к индивидуализированным траекториям физического развития, учитывающим психофизиологические особенности, мотивационные предпочтения и профессиональную специфику будущих специалистов [5-9].

Эмпирические данные подтверждают критическое состояние проблемы: согласно результатам медицинских исследований, проведенных в ведущих университетах страны, около 30 % выпускников вузов демонстрируют профессиональную непригодность по состоянию здоровья, при этом 60 % студентов имеют хронические заболевания. Дополнительно 18,6 % обучающихся находятся в состоянии постоянного стресса, что в сочетании с трудовой занятостью во внеучебное время (17,28 % юношей и 14,62 % девушек) существенно усугубляет психофизическое состояние студенческой молодежи [10].

Анализ состояния физического воспитания в казахстанских вузах выявляет его фрагментарность, недостаточную интеграцию с профессиональной подготовкой и слабую мотивационную составляющую, что проявляется в неспособности студентов к самостоятельной организации физкультурно-оздоровительной деятельности и формированию устойчивых навыков здорового образа жизни.

Объективная потребность в преодолении существующих противоречий между социальным заказом на формирование физически активной, здоровой личности выпускника и ограниченными возможностями традиционной системы физического воспитания обуславливает актуальность разработки научно обоснованной модели совершенствования физического воспитания студентов, учитывающей национальные особенности развития системы высшего образования Республики Казахстан, современные тенденции цифровой трансформации образования и императивы компетентностного подхода к подготовке конкурентоспособных специалистов.

**Цель исследования:** теоретическое обоснование и разработка структурно-функциональной модели совершенствования физического воспитания студентов в вузе, ориентированной на формирование физической культуры личности как интегративного качества выпускника, обеспечивающего его готовность к здоровьесберегающей профессиональной деятельности и полноценной социальной жизни.

### Задачи исследования:

1. Проанализировать современное состояние физического воспитания студентов в высших учебных заведениях и выявить существующие противоречия между возрастающими требованиями к физической подготовленности выпускников и эффективностью действующей системы физического воспитания.

2. Разработать структурно-функциональную модель совершенствования физического воспитания студентов, интегрирующую целевой, содержательный, организационно-процессуальный и результативно-оценочный компоненты.

**Материалы и методы.** Теоретический анализ научной литературы и изучение практики физического воспитания в высших учебных заведениях позволили выявить комплекс противоречий, характеризующих современное состояние данной сферы образовательной деятельности. Исследование показало, что традиционная система физического воспитания студентов не в полной мере соответствует требованиям современного общества и потребностям личностного развития обучающихся.

Установлено противоречие между социальным заказом на формирование всесторонне развитой, физически активной личности выпускника и преимущественной ориентацией образовательной практики на развитие отдельных двигательных навыков без учета целостности процесса формирования физической культуры личности. Выявлено несоответствие между необходимостью подготовки студентов к пожизненному ведению здорового образа жизни и ограниченностью временных рамок педагогического воздействия в рамках учебной дисциплины.

Обнаружено противоречие между потребностью в индивидуализации процесса физического воспитания с учетом личностных особенностей, интересов и способностей студентов и унифицированным характером содержания и методов образовательной деятельности. Установлено несоответствие между возможностями современных педагогических технологий и информационно-коммуникационных средств для совершенствования физического воспитания и их недостаточной интеграцией в образовательный процесс.

Выявлено противоречие между необходимостью обеспечения преемственности между различными уровнями образования в области физического воспитания и фрагментарностью педагогических воздействий на разных этапах обучения. Обнаружено несоответствие между потребностью в интеграции теоретических знаний, практических умений и ценностных ориентаций в области физической

культуры и раздельным формированием данных компонентов в образовательной практике.

Установлено противоречие между требованиями к формированию профессионально-прикладной физической подготовленности выпускников различных специальностей и универсальным характером содержания физического воспитания, не учитывающим специфику будущей профессиональной деятельности студентов.

Анализ состояния материально-технической базы и кадрового обеспечения выявил недостаточность ресурсов для реализации инновационных подходов к физическому воспитанию и необходимость модернизации образовательной среды вузов. Результаты проведенного анализа обосновывают целесообразность разработки комплексной модели совершенствования физического воспитания студентов, направленной на преодоление выявленных противоречий и повышение эффективности образовательного процесса.

В научном исследовании модель представляет собой абстрактное, упрощенное отображение реального объекта, процесса или явления, отражающее его наиболее существенные свойства и взаимосвязи. Модель выполняет важную эвристическую функцию, позволяя исследователям получать новые знания об изучаемом явлении путем анализа его упрощенного аналога [11]. В контексте педагогического исследования модель служит инструментом познания педагогической действительности, предоставляя возможность прогнозировать результаты образовательного процесса и определять оптимальные пути достижения

поставленных целей. Конструирование модели совершенствования физического воспитания студентов в вузе позволяет системно представить данный процесс, выделить его ключевые компоненты, установить функциональные связи между ними и определить условия эффективной реализации (Рисунок 1).

При проектировании модели совершенствования физического воспитания студентов в вузе использовались методы анализа и синтеза научно-педагогической литературы, сравнительно-сопоставительного анализа отечественного и зарубежного опыта, систематизации и обобщения теоретических подходов, структурно-функционального моделирования и метод восхождения от абстрактного к конкретному. Выбор данных методов исследования обусловлен необходимостью комплексного теоретического анализа проблемы физического воспитания студентов: анализ и синтез литературы позволили выявить современное состояние проблемы и определить научные подходы к ее решению; сравнительно-сопоставительный анализ опыта обеспечил изучение эффективных практик организации физического воспитания; систематизация и обобщение теоретических подходов способствовали формированию методологической основы модели; структурно-функциональное моделирование дало возможность создать целостную систему взаимосвязанных компонентов; метод восхождения от абстрактного к конкретному обеспечил логическую последовательность разработки модели от общих теоретических положений к конкретным структурным элементам и их функциональным связям.

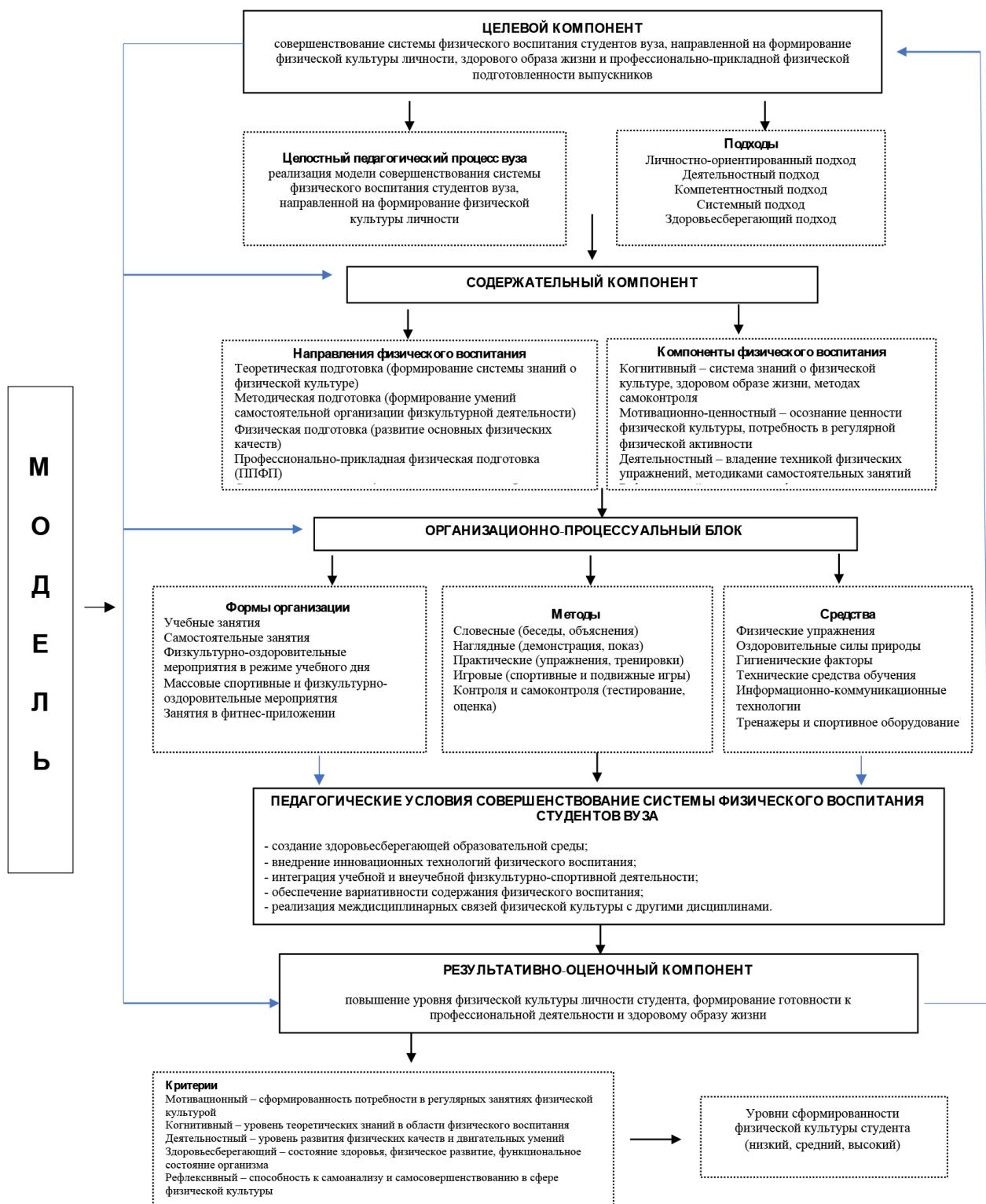


Рисунок 1 – Модель совершенствования физического воспитания студентов в вузе

В структуре разрабатываемой модели целевой компонент занимает фундаментальное положение, выполняя системообразующую функцию и определяя вектор всего процесса совершенствования физического воспитания студентов в образовательной среде вуза. Архитектоника содержательного компонента отражает многомерность феномена физического воспитания, выявленную в ходе теоретического анализа, и представлена в виде взаимосвязанных блоков, включающих направления и компоненты физического воспитания. Организационно-процессуальный блок сконструирован на основе комплексного изучения эффективных механизмов совершенствования физического воспитания в современных условиях и представляет собой совокупность форм, методов и средств, обеспечивающих формирование физической культуры личности студента. Результативно-оценочный компонент интегрирован в модель для обеспечения измеримости достигаемых результатов и организации систематического мониторинга динамики развития физических качеств, двигательных навыков и компетенций студентов в области физической культуры.

**Результаты.** Целевой компонент в структуре разрабатываемой модели совершенствования физического воспитания студентов в вузе имеет фундаментальное значение, выполняя системообразующую функцию и определяя направленность всей педагогической системы, обуславливая выбор содержания, форм, методов и средств педагогического воздействия, а также критерии оценки эффективности реализуемой модели. Целевая ориентация модели детерминирована социальным заказом общества, отраженным в государственном общеобязательном стандарте высшего и послевузовского образования, стратегических документах в области развития физической культуры и спорта, и направлена на совершенствование системы физического воспитания студентов вуза, обеспечивающей формирование физической культуры личности, здорового образа жизни и профессионально-прикладной физической подготовленности выпускников [12].

Многоаспектность целевого компонента обусловлена комплексностью процесса физического воспитания, который интегрирует образовательный, воспитательный, развивающий и оздоровительный аспекты. Образовательный аспект предполагает формирование системы теоретических знаний в области физической культуры и здорового образа жизни, а также двигательных умений и навыков. Воспитательный аспект ориентирован на формирование ценностно-мотивационного отношения к физической культуре, потребности

в регулярной двигательной активности и самосовершенствовании. Развивающий аспект направлен на совершенствование физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координационных способностей) и функциональных возможностей организма. Оздоровительный аспект обеспечивает укрепление здоровья, повышение уровня физической и умственной работоспособности, профилактику заболеваний.

Целевой компонент модели реализуется в контексте целостного педагогического процесса вуза, что обеспечивает интеграцию физического воспитания с профессиональным образованием и формирование готовности выпускников к здоровьесберегающей профессиональной деятельности. Данное положение актуализирует профессионально-прикладную направленность физического воспитания, которая предполагает учет специфики будущей профессиональной деятельности студентов при проектировании содержания учебного процесса.

Методологическую основу реализации целевого компонента составляют взаимодополняющие научные подходы: личностно-ориентированный, деятельностный, компетентностный, системный и здоровьесберегающий. Личностно-ориентированный подход обеспечивает направленность физического воспитания на формирование физической культуры личности с учетом индивидуальных особенностей, потребностей и интересов студентов. Деятельностный подход предполагает вовлечение студентов в активную физкультурно-спортивную деятельность как необходимое условие формирования физической культуры личности. Компетентностный подход ориентирует процесс физического воспитания на формирование универсальных компетенций, обеспечивающих способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Системный подход обуславливает целостность и взаимосвязь всех компонентов модели совершенствования физического воспитания. Здоровьесберегающий подход определяет приоритетность задач сохранения и укрепления здоровья студентов в процессе образовательной деятельности.

Содержательный компонент представляет собой фундаментальную структурно-функциональную единицу разрабатываемой модели совершенствования физического воспитания студентов в вузе, отражающую сущностные характеристики данного процесса и конкретизирующую реализацию целевых установок. Структурная организация содержательного компонента детерминирована многомерностью и

полифункциональностью феномена физического воспитания и включает два взаимосвязанных блока: направления физического воспитания и компоненты физического воспитания.

Первый блок содержательного компонента - направления физического воспитания - представлен четырьмя взаимодополняющими составляющими, обеспечивающими целостность и системность рассматриваемого процесса. Теоретическая подготовка ориентирована на формирование системы знаний о физической культуре, ее роли в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, основах здорового образа жизни, биомеханических основах движений, методах самоконтроля и принципах физического воспитания, обеспечивая интеллектуальный базис формирования физической культуры личности, способствуя осознанному отношению к физкультурно-спортивной деятельности и повышению мотивации к регулярным занятиям.

Методическая подготовка направлена на формирование умений самостоятельной организации физкультурно-спортивной деятельности, что предполагает освоение студентами технологий проектирования индивидуальных программ физического самосовершенствования, методик самоконтроля физического состояния, способов коррекции физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей организма, обеспечивая субъектную позицию студентов в процессе физического воспитания, формируя основы физкультурного самообразования и самовоспитания.

Физическая подготовка ориентирована на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координационных способностей), повышение функциональных возможностей организма, совершенствование телосложения, обеспечивая биологический базис физической культуры личности, способствуя укреплению здоровья, повышению работоспособности, формированию двигательного потенциала студентов.

Профессионально-прикладная физическая подготовка направлена на формирование специфических физических качеств, двигательных умений и навыков, необходимых для успешной профессиональной деятельности будущих специалистов, обеспечивая интеграцию физического воспитания с профессиональным образованием, способствуя повышению профессиональной надежности и работоспособности выпускников вузов, профилактике профессиональных заболеваний.

Второй блок содержательного компонента - компоненты физического воспитания - отражает структуру физической культуры личности и

включает когнитивный, мотивационно-ценостный и деятельностный элементы. Когнитивный компонент представляет собой систему знаний о физической культуре, здоровом образе жизни и методах самоконтроля, формируемую преимущественно в рамках теоретической подготовки. Данный компонент обеспечивает интеллектуальную основу физической культуры личности, способствует формированию физкультурной грамотности и осознанности физкультурно-спортивной деятельности.

Мотивационно-ценостный компонент предполагает осознание ценности физической культуры и потребность в регулярной физической активности, характеризуя сформированность устойчивой внутренней мотивации к занятиям физическими упражнениями, пониманию социальной значимости физической культуры и спорта, осознанию личностного смысла физкультурно-спортивной деятельности, ориентацией на здоровый образ жизни.

Деятельностный компонент обеспечивает владение техникой физических упражнений и методиками самостоятельных занятий. Данный компонент характеризуется сформированностью двигательных умений и навыков, способностью к самостоятельной организации физкультурно-спортивной деятельности, активным участием в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях, рациональной организацией двигательного режима.

Интеграция направлений и компонентов физического воспитания в рамках содержательного компонента модели обеспечивает системность и целостность данного процесса, создает условия для формирования физической культуры личности студента как многомерного феномена, включающего когнитивный, аксиологический и праксиологический аспекты, позволяя преодолеть редукционизм традиционной системы физического воспитания, ориентированной преимущественно на развитие физических качеств и формирование двигательных навыков, и реализовать культурологическую парадигму физического воспитания, акцентирующую внимание на формировании ценностного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни, развитии физкультурной компетентности и физкультурно-спортивной активности студентов.

Организационно-процессуальный блок разрабатываемой модели представляет собой структурно-функциональное объединение взаимосвязанных элементов, обеспечивающих практическую реализацию целевого и содержательного компонентов системы физического воспитания студентов в вузе, отражая процессуальную сторону

рассматриваемого педагогического феномена и интегрируя формы организации, методы и средства физического воспитания, образуя целостную технологическую систему.

Формы организации физического воспитания представляют собой внешнее выражение согласованной деятельности преподавателей и студентов. В структуре разрабатываемой модели выделяются следующие основные формы: учебные занятия, регламентированные рабочим учебным планом и образовательной программой; самостоятельные занятия, организуемые студентами во внеучебное время; физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (утренняя гигиеническая гимнастика, физкультурные паузы, микропаузы активного отдыха); массовые спортивные и физкультурно-оздоровительные мероприятия (спортивные праздники, дни здоровья, спартакиады); занятия в спортивных секциях и клубах по интересам; участие в соревнованиях различного уровня (внутривузовских, межвузовских, региональных, республиканских). Интеграция различных форм организации физического воспитания позволяет обеспечить оптимальный двигательный режим студентов, создать условия для удовлетворения индивидуальных потребностей в физической активности, стимулировать развитие физкультурно-спортивной инициативы и самостоятельности.

Методы физического воспитания как способы взаимосвязанной деятельности преподавателей и студентов, направленные на достижение образовательных, воспитательных, развивающих и оздоровительных задач, представлены в модели несколькими группами [13]. Словесные методы (лекции, беседы, объяснения) обеспечивают передачу теоретических знаний, формирование представлений о технике физических упражнений, развитие познавательного интереса к физической культуре. Наглядные методы (демонстрация, показ) способствуют формированию представлений о технике физических упражнений, развитию наблюдательности, создают зрительную основу для освоения двигательных действий. Практические методы (упражнения, тренировки) направлены на формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, совершенствование функциональных возможностей организма. Игровые методы (спортивные и подвижные игры) обеспечивают всестороннее развитие физических качеств, совершенствование двигательных навыков, повышение эмоциональности занятий, создание условий для проявления творческих способностей. Соревновательные методы (участие в соревнованиях) способствуют максимальному проявлению физических

и психических возможностей, развитию волевых качеств, формированию соревновательного опыта. Методы контроля и самоконтроля (тестирование, оценка) обеспечивают получение информации о состоянии организма, уровне физической подготовленности, эффективности педагогического воздействия.

Средства физического воспитания представляют собой совокупность материальных и нематериальных объектов, использование которых обеспечивает решение задач физического воспитания [14]. В структуре разрабатываемой модели выделяются следующие группы средств: физические упражнения как основное и специфическое средство физического воспитания, обеспечивающее направленное воздействие на организм занимающихся; оздоровительные силы природы (солнце, воздух, вода), использование которых усиливает эффективность физических упражнений, способствует закаливанию организма, повышает работоспособность; гигиенические факторы (режим дня, питания, отдыха, сна, гигиена тела, одежды, обуви, мест занятий), создающие оптимальные условия для занятий физическими упражнениями и повышающие их эффективность. Данная классическая триада дополняется современными средствами обучения: техническими средствами (тренажеры, спортивное оборудование, измерительные приборы), информационно-коммуникационными технологиями (электронные образовательные ресурсы, мультимедийные системы, веб-сервисы), использование которых позволяет интенсифицировать процесс физического воспитания, повысить его эффективность, обеспечить индивидуализацию и дифференциацию обучения.

**Обсуждение.** Синергетическое взаимодействие форм, методов и средств в рамках организационно-процессуального блока обеспечивает трансформацию содержания физического воспитания в личностные приобретения студентов (знания, умения, навыки, физические качества, ценностные ориентации), способствует формированию физической культуры личности как интегративного качества выпускника вуза. Оптимальность данного взаимодействия детерминируется соответствием выбранных форм, методов и средств целевым установкам, содержанию физического воспитания, индивидуальным особенностям и потребностям студентов, материально-техническим и кадровым ресурсам вуза.

Педагогические условия в структуре разрабатываемой модели представляют собой совокупность объективных возможностей содержания, форм, методов, средств и материально-пространственной среды, направленных на решение

поставленных задач и обеспечивающих эффективное функционирование системы физического воспитания студентов в вузе [15]. Данные условия выступают в качестве необходимого и достаточного комплекса внешних и внутренних обстоятельств, от реализации которых зависит результативность процесса совершенствования физического воспитания.

Первое педагогическое условие – создание здоровьесберегающей образовательной среды – предполагает формирование в вузе особого типа образовательного пространства, обеспечивающего сохранение и укрепление здоровья всех субъектов образовательного процесса. Реализация данного условия осуществляется посредством оптимизации учебной нагрузки студентов, создания рационального режима труда и отдыха, обеспечения оптимального двигательного режима, формирования экологически комфортной и безопасной инфраструктуры вуза, профилактики факторов риска образовательной среды. Здоровьесберегающая образовательная среда характеризуется не только наличием материально-технических ресурсов для занятий физической культурой и спортом, но и особой атмосферой, способствующей актуализации ценностей здорового образа жизни, культивированию физкультурно-спортивных традиций, формированию спортивного имиджа вуза.

Второе педагогическое условие – внедрение инновационных технологий физического воспитания – ориентировано на модернизацию традиционной системы физического воспитания посредством использования современных педагогических технологий, обеспечивающих интенсификацию и оптимизацию образовательного процесса, повышение его эффективности. В качестве таких технологий могут выступать: технологии индивидуализации и дифференциации физического воспитания, основанные на учете индивидуальных особенностей, потребностей и интересов студентов; здоровьесформирующие технологии, направленные на формирование осознанной потребности в здоровом образе жизни; информационно-коммуникационные технологии, обеспечивающие доступ к образовательным ресурсам, визуализацию учебного материала, автоматизацию контроля физической подготовленности; технологии спортивизации физического воспитания, основанные на приоритетном использовании средств и методов спортивной тренировки; технологии функционального тренинга, предполагающие комплексное развитие физических качеств в условиях, приближенных к реальной жизнедеятельности; фитнес-технологии, обеспечивающие разнообразие и вариативность физкультурно-оздоровительных занятий.

Третье педагогическое условие – интеграция учебной и внеучебной физкультурно-спортивной деятельности – направлено на создание единой системы физического воспитания, охватывающей различные формы организации физкультурно-спортивной активности студентов как в рамках учебного процесса, так и во внеучебное время. Реализация данного условия предполагает обеспечение преемственности и взаимодополняемости учебных и внеучебных форм занятий физическими упражнениями, координацию деятельности кафедры физического воспитания, спортивного клуба, студенческих спортивных организаций, создание интегрированной системы физкультурно-спортивных мероприятий, развитие студенческого самоуправления в сфере физической культуры и спорта. Такой подход позволяет расширить временные рамки физического воспитания, обеспечить непрерывность и систематичность педагогического воздействия, создать условия для удовлетворения индивидуальных потребностей студентов в физической активности.

Четвертое педагогическое условие – обеспечение вариативности содержания физического воспитания – предполагает предоставление студентам возможности выбора видов спорта или систем физических упражнений для освоения в рамках элективного компонента программы по физической культуре. Реализация данного условия осуществляется посредством разработки и внедрения вариативных модулей программы, соответствующих интересам и потребностям студентов, материально-техническим и кадровым ресурсам вуза, региональным физкультурно-спортивным традициям. Вариативность содержания обеспечивает индивидуализацию физического воспитания, способствует повышению мотивации студентов к занятиям физическими упражнениями, создает условия для личностного самоопределения в сфере физической культуры.

Пятое педагогическое условие – реализация междисциплинарных связей физической культуры с другими дисциплинами – ориентировано на интеграцию физического воспитания в общую систему профессиональной подготовки студентов. Данное условие предполагает согласование содержания дисциплины «Физическая культура» с содержанием других учебных предметов, установление межпредметных связей, отражающих единство и взаимосвязь различных аспектов профессиональной подготовки. Реализация междисциплинарных связей способствует формированию целостного научного мировоззрения студентов, интеграции физической культуры в общую систему культурных ценностей, повышению статуса физической культуры как

учебной дисциплины, усилинию профессиональной направленности физического воспитания.

Комплексная реализация выделенных педагогических условий обеспечивает синергетический эффект, способствует преодолению фрагментарности традиционной системы физического воспитания, созданию в вузе целостной здоровьесформирующей образовательной среды, ориентированной на формирование физической культуры личности студента как интегративного качества выпускника вуза. Продуктивность влияния педагогических условий на процесс совершенствования физического воспитания детерминируется их взаимосвязью и взаимодополняемостью, системностью и целенаправленностью реализации, соответствием целевым установкам и содержанию рассматриваемого процесса.

Результативно-оценочный компонент представляет собой заключительный структурный элемент разрабатываемой модели совершенствования физического воспитания студентов в вузе, интегрирующий диагностический инструментарий и критериально-уровневый аппарат, позволяющий осуществлять комплексную оценку эффективности реализации модели, обеспечивая обратную связь в педагогической системе, позволяя своевременно выявлять отклонения от запланированных результатов, вносить необходимые корректизы в содержание, формы, методы и средства физического воспитания, оптимизировать педагогические условия.

Концептуальная установка результативно-оценочного компонента заключается в ориентации на повышение уровня физической культуры личности студента, формирование готовности к профессиональной деятельности и здоровому образу жизни. Данная установка конкретизируется в системе критериев, отражающих многоаспектность и полифункциональность феномена физической культуры личности и позволяющих осуществлять комплексный мониторинг динамики развития физических, личностных и социальных качеств студентов.

Мотивационный критерий характеризует сформированность потребности в регулярных занятиях физической культурой, интереса к физкультурно-спортивной деятельности, ценностного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни, выступая в качестве системообразующего фактора физической культуры личности, определяющего активность и направленность физкультурно-спортивной деятельности студентов. Мотивационный критерий оценивается посредством диагностических методик, направленных на выявление структуры мотивации занятий физическими упражнениями,

иерархии ценностных ориентаций в сфере физической культуры, эмоционального отношения к различным формам физкультурно-спортивной деятельности.

Когнитивный критерий отражает уровень теоретических знаний в области физического воспитания, осведомленность о принципах и методах организации физкультурно-спортивной деятельности, информированность о здоровом образе жизни и способах самоконтроля физического состояния, характеризуя интеллектуальный компонент физической культуры личности, обеспечивающий осознанность и рациональность физкультурно-спортивной деятельности. Оценка когнитивного критерия осуществляется посредством теоретического тестирования, решения ситуационных задач, выполнения проектных работ, устных и письменных опросов.

Деятельностный критерий определяет уровень развития физических качеств и двигательных умений, степень владения техникой физических упражнений, активность участия в физкультурно-спортивных мероприятиях, способность к самостоятельной организации физкультурно-оздоровительной деятельности, характеризуя праксиологический компонент физической культуры личности, отражающий практическую реализацию физкультурных знаний и ценностных установок. Оценка деятельностного критерия проводится посредством педагогического тестирования физической подготовленности, экспертной оценки техники выполнения физических упражнений, анализа дневников самоконтроля, учета участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Здоровьесберегающий критерий характеризует состояние здоровья, физическое развитие, функциональное состояние организма студентов, уровень их физической и умственной работоспособности, отражая биологический базис физической культуры личности, обеспечивающий физическую готовность к профессиональной деятельности и повседневной жизни. Оценка здоровьесберегающего критерия осуществляется посредством медицинского осмотра, функциональных проб, антропометрических измерений, методик оценки физической и умственной работоспособности, самооценки здоровья.

Рефлексивный критерий определяет способность к самоанализу и самосовершенствованию в сфере физической культуры, адекватность самооценки физического состояния и физической подготовленности, осознанность выбора форм и средств физкультурно-спортивной деятельности, характеризуя субъектную позицию студентов в процессе физического воспитания, их готовность к

физкультурному самообразованию и самовоспитанию. Оценка рефлексивного критерия проводится посредством анализа рефлексивных эссе, самоотчетов, дневников самоконтроля, экспертной оценки, наблюдения.

На основе комплексной оценки выделенных критериев определяются уровни сформированности физической культуры студента: низкий, средний и высокий. Низкий уровень характеризуется отсутствием устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями, фрагментарностью теоретических знаний в области физической культуры, недостаточным развитием физических качеств, эпизодическим участием в физкультурно-спортивных мероприятиях, слабой рефлексивной позицией. Средний уровень проявляется в наличии ситуативного интереса к физкультурно-спортивной деятельности, достаточном объеме теоретических знаний, удовлетворительном развитии физических качеств, периодическом участию в физкультурно-спортивных мероприятиях, частичной сформированности рефлексивных умений. Высокий уровень характеризуется устойчивой внутренней мотивацией к занятиям физической культурой, системностью теоретических знаний, высоким уровнем развития физических качеств, регулярным участием в физкультурно-спортивных мероприятиях, выраженной рефлексивной позицией.

Таким образом, результативно-оценочный компонент модели совершенствования физического воспитания студентов в вузе представляет собой целостную диагностическую систему, позволяющую осуществлять комплексную оценку эффективности педагогического воздействия, выявлять динамику формирования физической культуры личности, определять направления оптимизации процесса физического воспитания с учетом индивидуальных особенностей и потребностей студентов.

**Заключение.** В современных условиях совершенствование системы физического воспитания студентов вуза становится одним из приоритетных направлений модернизации высшего образования. Проведенное исследование и

разработанная модель предлагают концептуальное решение данной проблемы, создавая теоретико-методологическую основу для преобразования традиционной практики физического воспитания. Разработанная структурно-функциональная модель включает четыре взаимосвязанных компонента: целевой, определяющий направленность процесса на формирование физической культуры личности; содержательный, представленный направлениями физического воспитания (теоретическая, методическая, физическая и профессионально-прикладная подготовка) и компонентами физического воспитания (когнитивный, мотивационно-ценостный, деятельностный); организационно-процессуальный, интегрирующий формы, методы и средства реализации; результативно-оценочный, обеспечивающий мониторинг эффективности через систему критерииев и уровней сформированности физической культуры личности студента. Эффективность модели обеспечивается выделенными педагогическими условиями: созданием здоровьесберегающей образовательной среды, внедрением инновационных технологий, интеграцией учебной и внеучебной физкультурно-спортивной деятельности, обеспечением вариативности содержания и реализацией междисциплинарных связей.

Спроектированная модель представляет значительную научно-практическую ценность, поскольку интегрирует современные педагогические подходы и инновационные технологии в целостную систему, позволив преодолеть фрагментарность и односторонность традиционных подходов к физическому воспитанию, обеспечивая его системность, вариативность и личностную ориентированность. Практическая реализация и адаптивность модели будет способствовать решению комплекса актуальных задач: укреплению здоровья студенческой молодежи, повышению уровня физической подготовленности выпускников, формированию компетенций в области здоровьесбережения, обеспечению профессиональной надежности будущих специалистов.

## Список литературы

- 1 Griban G.P., Lyakhova N.A., Tymoshenko O.V., Domina Zh.G., Dovgan N.Yu., Kruk M.Z., Mychka I.V., Tkachenko P.P., Semeniv B.S., Grokhova G.P., Zelenenko N.O., Prontenko K.V. Current state of students' health and its improvement in the process of physical education // Wiadomości Lekarskie. – 2020. – №73(7). – pp. 1438-1447.
- 2 Кожевникова Л.К. Физическое воспитание как средство формирования здорового образа жизни и культуры досуга студенческой молодежи // Физическое воспитание студентов. – 2010. – №3. – С. 34-38.
- 3 Заплатина О.А. Роль физического воспитания в подготовке студентов вуза к будущей профессиональной деятельности: автореф. ... к. п. н.: 13.00.08 / Кемеровский государственный университет. – Кемерово, 2007. – 24 с.

- 4 Постановление Правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года № 251. Об утверждении Концепции развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023–2029 годы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000251> (дата обращения 14.03.2025).
- 5 Семенов С.А., Снесарев С.А., Денисенко Ю.П., Яценко Л.Г., Гераськин А.А., Андрушин И.Ф. Управление развитием социально значимых качеств у студентов в условиях вуза средствами физической культуры / V науч.-практич. конф. преподавателей и аспирантов, посвященной 60-летию факультета спорта «Организационно-методические аспекты подготовки спортсменов»: мат. – Омск. – 2017. – С. 136-140.
- 6 Хаустов С.И., Гренадерова М.А. Обоснование оздоровительной программы по физической подготовке молодежи // Теория и методика физической культуры. – 2014. – №1. – С. 65–70.
- 7 Балтина А.С., Исаков Т.Б. Современные взгляды на организацию учебно-тренировочного процесса юных дзюдоистов // Теория и методика физической культуры. – 2019. – №3. – С. 115-122.
- 8 Сакаев Б.А., Тастанов А.Ж. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта, пути его освоения обществом и личностью / Всероссийская с международным участием науч.-практич. конф. «Менеджмент и маркетинг в массовом спорте и туризме»: мат. - Волгоград. – 2018. – С. 146-151.
- 9 Азamat A. Қазақстандағы жасөспірімдердің дene тәрбиеен дамыту жолдары / Студенттер мен жас ғалымдардың «Gylym Jаne Bilim - 2023» XVIII Халықаралық ғылыми конференциясының баяндамалар жинағы: мат. – Астана. – 2023. – Б. 5271-5274.
- 10 Fagaras S.P., Radu L.E., Vanvu G. The level of physical activity of university students // Procedia-Social and Behavioral Sciences. – 2015. – Vol. 197. – pp. 1454-1457.
- 11 Кинякин В.Н., Задохина Н.В. Моделирование как метод научных исследований // Вестник Московского университета МВД России. – 2015. – №8. – С. 275-277.
- 12 Приказ Министра науки и высшего образования Республики Казахстан от 20 июля 2022 года № 2. Зарегистрирован в Министерстве юстиции Республики Казахстан 27 июля 2022 года № 28916. Об утверждении государственных общеобязательных стандартов высшего и послевузовского образования: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200028916#z23> (дата обращения: 14.03.2025).
- 13 Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. – С. 22-23.
- 14 Фугорный С.М., Дудко М.В. Формирование здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания: состояние вопроса и пути решения // Физическое воспитание. – 2015. - Т.8. – №3. — С. 98-109.
- 15 Стрижков А.П., Дергачев В.Б. Педагогические условия формирования мотивационно-ценостного отношения к здоровью у студентов вуза в процессе физического воспитания // Известия Российской Военно-медицинской академии. – 2020. – Т.39. - №2. – С. 232-234.

## References

- 1 Griban G.P., Lyakhova N.A., Tymoshenko O.V., Domina Zh.G., Dovgan N.Yu., Kruk M.Z., Mychka I.V., Tkachenko P.P., Semeniv B.S., Grokhova G.P., Zelenenko N.O., Prontenko K.V. Current state of students' health and its improvement in the process of physical education // Wiadomości Lekarskie. – 2020. – №73(7). – pp. 1438-1447.
- 2 Kozhevnikova L.K. Fizicheskoe vospitanie kak sredstvo formirovaniya zdorovogo obraza zhizni i kul'tury dosuga studencheskoj molodezhi // Fizicheskoe vospitanie studentov. – 2010. – №3. – S. 34-38.
- 3 Zaplatina O.A. Rol' fizicheskogo vospitanija v podgotovke studentov vuza k budushhej professional'noj dejatel'nosti: avtoref. ... k. p. n.: 13.00.08 / Kemerovskij gosudarstvennyj universitet. – Kemerovo, 2007. – 24 s.
- 4 Postanovlenie Pravitel'stva Respubliki Kazahstan ot 28 marta 2023 goda № 251. Ob utverzhdenii Koncepcii razvitiya fizicheskoy kul'tury i sporta Respubliki Kazahstan na 2023–2029 gody. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000251> (data obrashhenija 14.03.2025).
- 5 Semenov S.A., Snesarev S.A., Denisenko Ju.P., Jacenko L.G., Geras'kin A.A., Andrushishin I.F. Upravlenie razvitiem social'no zhachimykh kachestv u studentov v uslovijah vuza sredstvami fizicheskoy kul'tury / V nauch.-praktich. konf. prepodavatelej i aspirantov, posvjashchennoj 60-letiju fakul'teta sporta «Organizacionno-metodicheskie aspekty podgotovki sportsmenov»: mat. – Omsk. – 2017. – S. 136-140.
- 6 Haustov S.I., Grenaderova M.A. Obosnovanie ozdorovitel'noj programmy po fizicheskoy podgotovke molodezhi // Teorija i metodika fizicheskoy kul'tury. – 2014. – №1. – S. 65–70.
- 7 Baltina A.S., Iskakov T.B. Sovremennye vzgljady na organizaciju uchebno-trenirovochnogo processa junyh dzjudoistov // Teorija i metodika fizicheskoy kul'tury. – 2019. – №3. – S. 115-122.
- 8 Sakaev B.A., Tastanov A.Zh. Sovremennyj cennostnyj potencial fizicheskoy kul'tury i sporta, puti ego osvoenija obshhestvom i lichnost'ju / Vserossijskaja s mezhdunarodnym uchastiem nauch.-praktich. konf. «Menedzhment i marketing v massovom sporste i turizme»: mat. - Volgograd. – 2018. – S. 146-151.
- 9 Azamat A. Қазақстандағы жасөспірімдердің дene тәрбиеен дамыту жолдары / Studentter men zhas ғalyndaryң «Gylym Jаne Bilim - 2023» XVIII Halykaralyk ғылыми конференциясының баяндамалар zhinary: mat. – Astana. – 2023. – Б. 5271-5274.
- 10 Fagaras S.P., Radu L.E., Vanvu G. The level of physical activity of university students // Procedia-Social and Behavioral Sciences. – 2015. – Vol.197. – pp. 1454-1457.
- 11 Kinjakin V.N., Zadohina N.V. Modelirovaniye kak metod nauchnyh issledovanij // Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii. – 2015. – №8. – S. 275-277.

- 12 Prikaz Ministra nauki i vysshego obrazovanija Respubliki Kazahstan ot 20 iulja 2022 goda № 2. Zaregistrirovan v Ministerstve justicii Respubliki Kazahstan 27 iulja 2022 goda № 28916. Ob utverzhenii gosudarstvennyh obshheobjazatel'nyh standartov vysshego i poslevuzovskogo obrazovanija: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200028916#z23> (data obrashhenija: 14.03.2025).
- 13 Vasil'kov A.A. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitanija: uchebnik. - Rostov n/D: Feniks, 2008. – S. 22-23.
- 14 Fugornij S.M., Dudko M.V. Formirovanie zdorovogo obraza zhizni studentov v processe fizicheskogo vospitanija: sostojanie voprosa i puti reshenija // Fizicheskoe vopitanie. – 2015. - T.8. – №3. — S. 98-109.
- 15 Strizhkov A.P., Dergachev V.B. Pedagogicheskie uslovija formirovaniya motivacionno-cennostnogo otnoshenija k zdorov'ju u studentov vuza v processe fizicheskogo vospitanija // Izvestija Rossijskoj Voenno-medicinskoy akademii. – 2020. – T.39. - №2. – S. 232-234.

<p><b>Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)</b>          Темірбай Нұржан Маратұлы –          докторант,          И. Арабаев атындағы Қырғыз          мемлекеттік университеті,          Бишкек қ., Қырғызстан,          e-mail: temirbainurjan_93@mail.ru          ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-0001-8664-8470">https://orcid.org/0000-0001-0001-8664-8470</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b>          Темірбай Нұржан Маратұлы –          докторант,          Кыргызский государственный          университет имени И. Арабаева,          г. Бишкек, Кыргызстан,          e-mail: temirbainurjan_93@mail.ru          ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-8664-8470">https://orcid.org/0000-0001-8664-8470</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b>          Temirbay Nurzhan Maratuly –          doctoral student,          Kyrgyz State University          named after I. Arabaev,          Bishkek, Kyrgyzstan,          e-mail: temirbainurjan_93@mail.ru          ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-8664-8470">https://orcid.org/0000-0001-8664-8470</a></p>
--	--	--

Дата поступления статьи: 14.03.2025  
 Дата принятия к публикации: 24.06.2025