

просто обрабатывать данные, а объяснять их, делая результаты рабочим инструментом на каждом уроке физкультуры. Учитель освобождается от рутинной работы по расшифровке цифр и получает готовый аналитический продукт.

#### **Литература.**

1. Романенко, А. В. Искусственный интеллект на уроках физической культуры: новые возможности для развития и обучения / А. В. Романенко // Инновационная наука. – 2025. – № 2-2. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/iskusstvennyy-intellekt-na-urokah-fizicheskoy-kultury-novye-vozmozhnosti-dlya-razvitiya-i-obucheniya> (дата обращения: 03.03.2026).

2. Смирнова, Д. Е. Применение искусственного интеллекта в физкультуре / Д. Е. Смирнова // Вестник науки. – 2025. – № 4 (85). - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-iskusstvennogo-intellekta-v-fizkulture> (дата обращения: 02.03.2026).

УДК 378.18:796

### **МОТИВАЦИЯ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В СОВРЕМЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ**

**Акулёнок Т.В., Глачаева С.Е.**

ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет»,  
г. Коломна, Российская Федерация

*В данной статье рассмотрены наиболее значимые пути поддержания здорового образа жизни молодежи студенческого возраста, проблемы и перспективы развития студенческого спорта в России. Также рассмотрена тема заинтересованности учащихся в занятиях спортом, пути их мотивации с помощью социального опроса студентов ГСГУ (г.Коломна). **Ключевые слова:** студенческий спорт, физическая подготовка, университет, здоровье, проблемы, перспективы, мотивация.*

### **MOTIVATION AS A KEY FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF STUDENT SPORTS AT A MODERN UNIVERSITY**

**Akulenok T.V., Glachaeva S.E.**

State University of Social Sciences and Humanities, Kolomna,  
Russian Federation

*The article examines the social and pedagogical factors influencing the formation of a healthy lifestyle among students. The study analyzes the characteristics of students' physical activity, their attitudes toward physical culture, as well as the main motives and barriers determining health-saving*

*behavior. The need to improve physical education and healthpromoting activities at the university as a condition for developing sustainable healthy lifestyle practices is emphasized. Keywords: healthy lifestyle, students, social and pedagogical factors, physical activity, physical culture, motivation.*

**Введение.** В современных условиях студенческий спорт выступает важным компонентом образовательной среды вуза, способствуя укреплению здоровья обучающихся, развитию личностных качеств и формированию социальной активности. Вместе с тем потенциал студенческого спорта реализуется не в полной мере, что связано с недостаточным уровнем мотивации части обучающихся, ограниченностью времени и неоднородностью интересов студенческой молодёжи. В этой связи изучение мотивационных факторов участия студентов в физкультурно-спортивной деятельности приобретает особую значимость.

Цель исследования - выявить особенности мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом и определить перспективные направления развития студенческого спорта в современном университете.

**Материалы и методы исследований.** В исследовании использовались анализ научно-методической литературы и социальный опрос студентов Государственного социально-гуманитарного университета. В опросе приняли участие 140 человек [1-3].

**Результаты исследований.** В опросе приняли участие 140 студентов Государственного социально-гуманитарного университета, из них 114 человек (81,4%) составили женщины и 26 человек (18,6%) – мужчины. Анализ посещаемости занятий по физической культуре показал достаточно высокий уровень включённости студентов: 56 респондентов (40,0%) посещают все занятия, 60 человек (42,9%) – большую часть занятий, 17 человек (12,1%) – около половины занятий. Это свидетельствует о в целом положительном отношении обучающихся к учебным занятиям по физической культуре.

Среди мотивов участия в занятиях ведущие позиции занимают стремление к сохранению и укреплению здоровья. В то же время исследование позволило выявить и факторы, ограничивающие физкультурно-спортивную активность студентов. Наиболее значимым барьером оказалось отсутствие свободного времени, на что указали 46 человек (32,9%). Вместе с тем 50 респондентов (35,7%) отметили, что существенных препятствий для занятий физической культурой и спортом они не испытывают. Полученные данные показывают, что уровень участия студентов определяется не только личной мотивацией, но и особенностями организации их учебной и внеучебной деятельности.

Высоким оказался и уровень удовлетворённости организацией занятий по физической культуре в вузе: положительную оценку дали 137 студентов (97,9%). Одновременно результаты анкетирования показали заинтересованность обучающихся в расширении содержания занятий. Наиболее востребованными направлениями оказались йога, которую

выбрали 66 человек (47,1%), и занятия в тренажёрном зале, на необходимость расширения которых указал 61 человек (43,6%). Это свидетельствует о потребности студентов в более вариативных и личностно ориентированных формах двигательной активности.

Самооценка состояния здоровья продемонстрировала, что 70 человек (50,0%) оценивают своё здоровье как удовлетворительное, а 42 человека (30,0%) считают себя совершенно здоровыми. Большинство опрошенных – 125 человек (89,3%) – удовлетворены обеспеченностью спортивным инвентарём. Следовательно, основными резервами развития студенческого спорта являются не столько материально-технические условия, сколько усиление мотивационных механизмов и совершенствование информационного сопровождения спортивной деятельности. Это подтверждается и тем, что только 52 респондента (37,1%) постоянно следят за спортивными новостями вуза, тогда как 64 человека (45,7%) делают это нерегулярно. Основными источниками информации студенты назвали социальные сети университета и официальный сайт.

Таким образом, результаты исследования показывают, что в университете в целом сформированы благоприятные условия для физкультурно-спортивной активности студентов. Вместе с тем дальнейшее развитие студенческого спорта требует совершенствования системы мотивации и поощрения, расширения спектра предлагаемых видов двигательной активности и повышения эффективности информационной поддержки спортивной жизни вуза.

**Заключение.** Проведённое исследование позволило установить, что мотивация является важнейшим фактором развития студенческого спорта в современном университете. Основным мотивом участия студентов в занятиях физической культурой и спортом выступает стремление к сохранению и укреплению здоровья, тогда как главным сдерживающим фактором является дефицит свободного времени.

Перспективы развития студенческого спорта в вузе связаны с комплексным совершенствованием мотивационных механизмов, расширением спектра востребованных видов двигательной активности, а также активизацией информационного сопровождения спортивной жизни университета. Эффективное решение данных задач позволит повысить вовлечённость студентов в физкультурно-спортивную деятельность и укрепить здоровье обучающейся молодёжи.

### **Литература.**

1. Глачаева, С. Е. Влияние школьных программ физического воспитания на здоровье и физическую активность учащихся / С. Е. Глачаева, Т. В. Акуленок // Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и учащейся молодежи : сборник научных статей. – Витебск : Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2025. – С. 22-26.

2. Иржанова, А. Т. Использование инновационных технологий в развитии двигательной активности у студентов / А. Т. Иржанова, Т. Л.

Панькина. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2025. - №18 (569). - С. 454-456. - URL: <https://moluch.ru/archive/569/124528>.

3. Маскаева, Т. Ю. влияние разных видов двигательной активности на состояние здоровья студенток / Т. Ю. Маскаева, М. Ю. Золотова // Физическая культура и спорт: проблемы и перспективы : сборник материалов XXII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Сургут, 24–25 ноября 2023 года. – Сургут : Сургутский государственный университет, 2024. – С. 46-50.

УДК 796.011.3

## **СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ НА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ У СТУДЕНТОВ ВУЗА**

**Аникин А.А.**

ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет»,  
г. Коломна, Российская Федерация

*В данном исследовании представлены теоретическое обоснование и экспериментальная апробация комплексов специальных физических упражнений, направленных на развитие координационных способностей у студентов Вуза. В работе подтверждается эффективность и целесообразность применения представленных комплексов физических упражнений на практических занятиях по физической культуре и спорту.*  
**Ключевые слова:** координационные способности, студенты, специальные упражнения, тесты, физическая культура и спорт.

## **IMPROVING COORDINATION SKILLS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS CLASSES FOR UNIVERSITY STUDENTS**

**Anikin A.A.**

State Social and Humanitarian University, Kolomna, Russian Federation

*This study presents a theoretical justification and experimental testing of specialized physical exercise programs aimed at developing coordination skills in university students. The study confirms the effectiveness and feasibility of using these programs in practical physical education and sports classes.*  
**Keywords:** coordination skills, students, specialized exercises, tests, physical education and sports.

**Введение.** Анализ проблем в образовании студентов факультета математики, физики, химии, информатики в современных условиях показал, что они связаны с влиянием дистанционного обучения,