

4. Малышева, Т. А. Спортивная подготовка в дисциплине «Волейбол» на тренировочном этапе спортивной подготовки : учебно-методическое пособие / Т. А. Малышева, В. В. Селезнёв. – Нижний Новгород : ННГУ им. Н. И. Лобачевского, 2024. – 26 с.

5. Тинькова, З. С. Теория и методика избранного вида спорта (волейбол, лыжный спорт, спортивный туризм) : учебное пособие / З. С. Тинькова, Е. В. Сорокина, О. А. Горбачева. – Орел : ОГУ имени И. С. Тургенева, 2025. – 79 с.

УДК 796.012.2-057.8

КООРДИНАЦИЯ ДВИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Козлова Т.В.

УО «Белорусский государственный технологический университет»,
г. Минск, Республика Беларусь

*В статье рассматривается сравнительный анализ субъективной самооценки и объективных показателей координационных способностей у студентов специальной медицинской группы 1–3 курсов всех факультетов учреждения образования «Белорусский государственный технологический университет» посредством объективных двигательных тестов. **Ключевые слова:** студенты, физическая культура, здоровье, специальная медицинская группа, координационные способности, двигательные тесты, анализ, анкетирование.*

COORDINATION OF MOVEMENTS OF STUDENTS OF THE SPECIAL MEDICAL GROUP OF THE TECHNOLOGICAL UNIVERSITY

Kozlova T.V.

Belarusian State Technological University, Minsk, Republic of Belarus

*The article examines a comparative analysis of subjective self-assessment and objective indicators of coordination abilities in students of the special medical group of 1–3 years of study of all faculties of the educational institution «Belarusian State Technological University» using objective motor tests. **Keywords:** students, physical education, health, special medical group, coordination skills, motor tests, analysis, questionnaire.*

Введение. У студентов, имеющих проблемы со здоровьем, наблюдается снижение уровня развития двигательных способностей, в том

числе координационных. Заболевания также ограничивают их возможности в выборе упражнений, направленных на поддержание и развитие этих навыков. Низкий уровень двигательно-координационных способностей у студентов приводит к излишней трате сил на выполнение простых движений, что вызывает быстрое утомление и снижает их общую работоспособность как на занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура», так и в быту [3].

Центральная нервная система играет ключевую роль в формировании координационных способностей, выполняя основные координирующие функции. Регулярные занятия физической культурой способствуют значительному улучшению физического развития, стимулируют активность всех систем организма, повышают его способность к мобилизации и совершенствуют координационные возможности [1, 2].

Цель исследования – сравнение субъективных оценок студентами специальной медицинской группы (СМГ) 1–3 курсов всех факультетов учреждения образования «Белорусский государственный технологический университет» (БГТУ) своей координационной подготовленности с объективными данными, полученными в ходе выполнения специально разработанных двигательных тестов.

Материалы и методы исследования. Изучение научно-методической литературы, анализ результатов анкетирования и педагогического теста, объективно оценивающего уровень развития координационных способностей, при помощи разработанного комплекса из пяти двигательных тестов, каждый из которых направлен на выявление конкретных координационных качеств. Объект исследования: студенты СМГ 1–3 курсов всех факультетов БГТУ в количестве 323 человек. На занятии по учебной дисциплине «Физическая культура» проводились пять двигательных тестов на координацию: 1) тест на перекрестные движения (зеркальное переключение); 2) тест на имитацию (обратная команда), если показали «рука вверх», нужно сделать «рука вниз»; 3) тест на скорость выполнения циклических движений: «руки вперед» – «руки назад»; 4) тест на асимметричные вращения; 5) тест с теннисными мячами (ловкость и реакция).

Результаты исследования. Исследование исходной субъективной самооценки координации выявило, что большинство студентов (56,83 %) характеризуют свои координационные способности как умеренно нейтральные. Вместе с тем, значительная часть респондентов (44,32 %) оценивает уровень своей координации как достаточно высокий.

Подавляющее большинство опрошенных (58,44 %) не смогли дать точный прогноз относительно успешности выполнения сложного двигательного действия с первой попытки, выбрав вариант «не знаю» – 50/50. Это ярко демонстрирует их глубокую неопределенность в оценке вероятности исхода данного моторного проявления.

Результаты анализа данных свидетельствуют о том, что студенты СМГ испытывали наибольшие относительные затруднения при

выполнении «обратной команды». Данное упражнение вызвало трудности в 108 случаях из 323, что составляет приблизительно 33,44 %. Аналогично, упражнение «асимметричные вращения» оказалось наиболее проблемным, с количеством ошибок, достигающим 134 случаев (41,49 %).

Экспериментальное исследование, проведенное студентами СМГ, выявило несоответствие между их первоначальными представлениями и реальными результатами. Значительная доля участников (74,28 %) пришла к пониманию, что их ожидания были завышены, что привело к существенному расхождению между желаемым и достигнутым.

Анкетирование, посвященное мотивации студентов к регулярным тренировкам координационных способностей, выявило, что примерно треть (38,13 %) готовы уделять 5–7 минут в день на упражнения для развития координации. При этом подавляющее большинство (93,36 %) готовы включить такие короткие комплексы в свою повседневную жизнь, но только если их эффективность будет подтверждена результатами двигательных тестов.

Заключение. Исследование выявило расхождение между тем, как студенты СМГ БГТУ воспринимают свои координационные способности, и тем, как они демонстрируются на практике. Значительная часть студентов переоценивает свои возможности, что подтверждается снижением их самооценки после выполнения координационных упражнений. Тем не менее, подавляющее большинство студентов (93,36 % положительных ответов) демонстрируют высокую мотивацию к улучшению координации, при условии предоставления им эффективных и кратких методик. Это делает актуальным включение объективных тестов координации в регулярные занятия по учебной дисциплине «Физическая культура» в учреждении высшего образования.

Литература.

1. Дворянинова, Е. В. Формирование среды для развития координационных способностей у лиц специального учебного отделения = Formation of an environment for the development of coordination abilities in persons of a special educational department / Е. В. Дворянинова, В. В. Кедышко // Непрерывное профессиональное образование лиц с особыми потребностями : сборник статей V Международной научно-практической конференции, Минск, 14 декабря 2023 / Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники ; редкол.: А. А. Охрименко [и др.]. – Минск, 2023. – С. 66–70.

2. Калюжин, В. Г. Сравнительный анализ показателей координационных способностей студентов 1–2 курсов / В. Г. Калюжин, В. В. Кедышко // Оздоровительная физическая культура молодежи: актуальные проблемы и перспективы : материалы V Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 18–19 апр. 2023 г. / под ред. : А. С. Ванда. – Минск, 2023. – С. 30–32.

3. Раковец, Е. В. Оценка показателей уровня двигательных координационных способностей у студентов специального учебного

отделения = Assessment of indicators of the level of motor coordination abilities in students of a special educational department / Е. В. Раковец, Н. А. Квятковская // Состояние и перспективы технического обеспечения спортивной деятельности [Электронный ресурс] : сборник материалов VII Международной научно-технической конференции, Минск, 21 октября 2021 г. / Белорусский национальный технический университет ; редкол.: И. В. Бельский (пред. редкол.) [и др.]. – Минск : БНТУ, 2021. – С. 185–190.

УДК 796.011.3

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ЭПОХУ ЦИФРОВИЗАЦИИ: НОВЫЕ ВЫЗОВЫ И ВОЗМОЖНОСТИ

Клименко И.Д., Агишева Е.В.

Донецкий институт управления – филиал ФГБОУ ВО «РАНХиГС»,
г. Донецк, ДНР, Российская Федерация

*Трансформации в методах тренировок, организации спортивных мероприятий и взаимодействии с аудиторией, которые произошли благодаря распространению цифровых платформ и мобильных приложений, анализируются как положительные стороны, такие как улучшенная доступность информации и онлайн-тренировок, так и негативные последствия, включая снижение уровня физической активности и ухудшение здоровья среди молодежи. Необходимо сочетание традиционных подходов к физической культуре с современными инновациями, что позволит создать эффективную и сбалансированную систему формирования здорового образа жизни в современных условиях. **Ключевые слова:** цифровизация, физическая культура, онлайн-тренировки, цифровые технологии, виртуальные соревнования, инновации в спорте.*

PHYSICAL CULTURE IN THE ERA OF DIGITALIZATION: NEW CHALLENGES AND OPPORTUNITIES

Klimenko I.D., Agisheva E.V.

Donetsk Institute of Management – branch of FSBEI HE «RANEPA»,
Donetsk, DPR, Russian Federation

The transformations in training methods, the organization of sports events, and interaction with the audience that have occurred due to the spread of digital platforms and mobile applications are analyzed both from the positive aspects, such as the improved availability of information and online training, and from the negative consequences, including the decrease in physical activity and the deterioration of health among young people. It is necessary to combine