

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2025, Том 13, № 2 / 2025, Vol. 13, Iss. 2 <https://mir-nauki.com/issue-2-2025.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/35PDMN225.pdf>

DOI: 10.15862/35PDMN225 (<https://doi.org/10.15862/35PDMN225>)

5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура (педагогические науки)

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Лукьяненко, В. П. Физкультурно-оздоровительная деятельность студентов нефизкультурных направлений подготовки федеральных вузов Юга России: современное состояние и перспективы / В. П. Лукьяненко, Т. А. Степанова, А. Е. Пономарев // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13. — № 2. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/35PDMN225.pdf>. DOI: 10.15862/35PDMN225

**For citation:**

Lukyanenko V.P., Stepanova T.A., Ponomarev A.E. Physical culture and health activities of students of non-physical culture training programs of federal universities in the South of Russia: current status and prospects. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2025;13(2): 35PDMN225. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/35PDMN225.pdf>. DOI: 10.15862/35PDMN225 (In Russ., abstract in Eng.).

УДК 796.035:378(613.71)

**Лукьяненко Виктор Павлович**

ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь, Россия  
Профессор кафедры «Образовательных технологий физической культуры и спорта»

Доктор педагогических наук, профессор

E-mail: [viktor246@mail.ru](mailto:viktor246@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1817-6704>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=371137](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=371137)

**Степанова Татьяна Анатольевна**

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет», Ростов-на-Дону, Россия  
Академия физической культуры и спорта

Директор

Кандидат педагогических наук, доцент

E-mail: [tastepanova@svedu.ru](mailto:tastepanova@svedu.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3296-3608>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=854293](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=854293)

**Пonomарев Алексей Евгеньевич**

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет», Ростов-на-Дону, Россия  
Доцент

Кандидат педагогических наук

E-mail: [ae\\_ponomarev@mail.ru](mailto:ae_ponomarev@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9647-9786>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=772978](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=772978)

## **Физкультурно-оздоровительная деятельность студентов нефизкультурных направлений подготовки федеральных вузов Юга России: современное состояние и перспективы**

**Аннотация.** Представлено видение современного состояния проблемы, связанной с поиском путей совершенствования физкультурно-оздоровительной деятельности студентов. Проанализированы основные факторы, определяющие эффективность реализации деятельностного подхода в процессе организации физкультурно-оздоровительной работы со студентами. Определена степень вовлечённости студентов федеральных университетов Юга России в физкультурно-оздоровительную деятельность и перспективы повышения её эффективности.

Исследование проводилось на базе Южного и Северо-Кавказского федеральных университетов. В нём приняли участие 780 студентов первого курса нефизкультурных направлений подготовки. Применялись следующие методы исследования: теоретический и сравнительно-сопоставительный анализ, опрос в Google-формах, математическая обработка результатов.

В результате исследования получены данные, способствующие более глубокому обоснованию наличия тесной взаимосвязи природной потребности человека в движении и развитии с реализацией деятельностного компонента его соматической (телесной) культуры, а также с познавательной активностью, направленной на индивидуализацию и персонификацию оздоровительного влияния средств физкультурно-оздоровительной деятельности.

Обоснована необходимость разработки педагогических технологий, позволяющих обеспечить достаточную мотивацию к систематическим самостоятельным занятиям физическими упражнениями оздоровительной направленности. Подчёркивается наличие обоюдонаправленной взаимосвязи двигательного интеллекта с мышлением, реализуемой в едином поведенческом акте, что, по мнению авторов, необходимо учитывать в технологиях развития субъектности современной молодёжи. Обращено внимание на необходимость комплексного учёта личностных, социальных, ментальных, психофизических характеристик молодого поколения XXI века, а также современных достижений наук о человеке и научно-технического прогресса в целом при разработке программ, направленных на формирование оздоровительной культуры в студенческой среде, создания эффективного и природосообразного экс- и имплицитного образовательного пространства, повышения роли когнитивного компонента физической культуры, расширения инфраструктуры физкультурно-оздоровительного пространства, обеспечивающего оптимальный режим жизнедеятельности с учётом технологий эффективного тайм-менеджмента.

**Ключевые слова:** физкультурно-оздоровительная деятельность; студенты; оздоровительная физическая культура; самосовершенствование; мотивация; субъектность; двигательный интеллект

## Введение

В начале XXI века актуальной признана проблема развития и совершенствования человека [1], а характерной чертой образовательного процесса является то, что он стал более интерактивен, направлен на развитие навыков проактивности, творчества, актуализацию личностного выбора и самосовершенствование обучающегося. Личностное совершенствование с такой направленностью обусловлено современными вызовами и потребностью общества в людях, обладающих высоким уровнем универсальных компетенций, способными принимать решение в нестандартной ситуации [2; 3].

В современных исследованиях отмечается, что проводимые в вузах физкультурно-оздоровительные мероприятия в большинстве своём недостаточно способствуют развитию у студентов субъектности и формированию мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям [4].

Для развития у студентов основ оздоровительной физической культуры и повышения эффективности самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий необходимо соблюдение определённых условий: применение деятельностного подхода, рассматривающего развитие оздоровительной физической культуры с позиции реализации деятельности [5], то есть с обязательным условием применения в практической жизнедеятельности знаний и навыков оптимизации режима жизни и двигательной активности, а также индивидуально-дифференцированного подхода с учётом совокупности характеристик занимающегося,

включающих его базовый уровень функционального состояния, индивидуальные сомато-, физио- и психометрические особенности, адаптационные характеристики регулирующих и рабочих подсистем, уровень резервных энергетических возможностей осуществления мышечной работы и т. д.

Формирование у студентов субъектности и навыков проактивности, а также развитие их физической культуры как культурологической характеристики, невозможно без активного участия самого субъекта спортивно-оздоровительной деятельности — человека [6].

Современные исследователи отмечают, что ценностное отношение к физической культуре и своему здоровью является одним из интегральных показателей профессиональной культуры личности [7], успешной социализации в обществе [8], а в других исследованиях физкультурно-оздоровительная активность студентов представляется даже как комплексное условие развития их личностной конкурентоспособности [3; 9].

Важным также представляется комплексный подход к развитию у студентов навыков целеполагания, проактивности, самовоспитания, саморазвития, самореализации на основе высокого уровня мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности [4; 10].

При изучении субъективного отношения студентов к занятиям физической культурой выявлено, что «на низком уровне активности отношение носит перцептивно-эмоциональный характер, переход на средний уровень происходит за счет преобладания в структуре отношения практического компонента деятельности, а переход на высокий уровень мотивации (отношения) характеризуется перестройкой структуры за счет поведенческого и когнитивного компонентов, формируя познавательный-практический характер физкультурно-оздоровительной деятельности» [11, с. 164].

Этим обосновывается необходимость модернизации образования по оздоровительной физической культуре в соответствии с вызовами времени и разработки наиболее эффективного методического инструментария, сочетающего обучение, исследовательскую и проектную виды деятельности по формированию интереса и мотивов к оздоровительной физической культуре.

Благодаря такому подходу может быть обеспечено значительное повышение уровня знаний и отношения студентов нефизкультурных направлений профессиональной подготовки к спортивно-оздоровительному самосовершенствованию [5; 12].

### Основная часть

**Целью** настоящего исследования явился анализ физкультурно-оздоровительной деятельности студентов нефизкультурных направлений профессиональной подготовки федеральных вузов Юга России.

Для её достижения были поставлены следующие **задачи**:

1. Проанализировать по данным современной литературы основные факторы, определяющие эффективность реализации физкультурно-оздоровительной деятельности студентов нефизкультурных направлений подготовки.
2. Рассмотреть с позиций деятельностного подхода вовлечённость студентов Южного и Северо-Кавказского федеральных университетов в физкультурно-оздоровительную деятельность.
3. Определить направления повышения эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности студентов.

### Методы и организация исследования

Исследование проводилось на базе Южного и Северо-Кавказского федеральных университетов. В нём приняли участие 780 обучающихся первого курса нефизкультурных направлений подготовки, в том числе 498 девушек и 282 юноши.

В процессе исследования применялись следующие методы исследования: теоретический и сравнительно-сопоставительный анализ, опрос, методы математической обработки результатов исследования. Опрос осуществлялся с помощью Google-форм.

### Результаты исследования и их обсуждение

Физкультурно-оздоровительная деятельность в вузе относится к педагогической деятельности в сфере физического воспитания. В нормативной литературе вводится понятие «физкультурно-оздоровительная услуга». Согласно закону N 87-ФЗ, «физкультурно-оздоровительная услуга — это деятельность, осуществляемая физкультурно-спортивной организацией независимо от её организационно-правовой формы, направленная на удовлетворение потребностей граждан в сохранении и укреплении здоровья, физической подготовке и физическом развитии, включающая в себя в том числе проведение физкультурных мероприятий».<sup>1</sup>

Для рассмотрения «физкультурно-оздоровительной деятельности студентов» как педагогического феномена [13] следует уточнить, что некоторые исследователи отождествляют данное понятие с системой физического воспитания, что может вызвать ошибочное представление о близости к физкультурно-оздоровительной деятельности таких понятий, как «спортизация» и «прикладная подготовка». Хотелось бы уточнить, что спорт, несомненно, имеет общие точки приложения с физической культурой и даже оздоровительными технологиями. Однако, выступая по большей своей части как социальное явление, он решает, прежде всего, развивающие, воспитательные, образовательные задачи и лишь в последнюю очередь (и лишь отчасти) — оздоровительные. Это же касается и задач профилактики профессиональных рисков и заболеваний, решаемых в процессе прикладной физической подготовки в соответствии с избранной профессией. Вследствие этого субъектом именно физкультурно-оздоровительной деятельности выступает лицо (например, студент), не имеющее противопоказаний и ограничений для выполнения физических упражнений, направленных на повышение уровня психофизического здоровья и функционального состояния вне зависимости от направления подготовки обучения. В данном случае профилактика нарушений здоровья будет осуществляться комплексно в виде повышения адаптационных резервов организма и расширения границ гомеостаза на основе оптимизации функционирования управляющих и рабочих подсистем организма в процессе мышечной деятельности.

На наш взгляд, следует согласиться с формулировкой Ю.В. Науменко по поводу педагогической сущности социально-культурного феномена «физкультурно-оздоровительная деятельность» с позиций общей педагогики: «физкультурно-оздоровительная деятельность — это педагогический процесс индивидуального здоровьесформирующего самостановления личности человека, реализуемый при взаимодействии с группой единомышленников (реальной или условной) с целью оптимизации индивидуальной психофизиологической жизнеспособности для достижения индивидуального благополучия во всех сферах жизни» [14, с. 147].

<sup>1</sup> Федеральный закон от 05.04.2021 N 87-ФЗ «О внесении изменений в статьи 2 и 10 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

В настоящее время многими исследователями отмечается тенденция к снижению общего уровня физической подготовленности и показателей функционального состояния и здоровья студентов [15–17 и др.]. По этой причине, а также вследствие снижения количества обязательных аудиторных часов, выделяемых на занятия физической культурой и спортом в вузе, особую ценность приобретает способность и готовность обучающегося к самостоятельному планированию и выполнению задач по спортивно-оздоровительному самосовершенствованию [18]. В этой связи одним из центральных вопросов нашего исследования явился анализ вовлечённости студентов федеральных вузов Юга России в физкультурно-оздоровительную деятельность.

На вопрос о самостоятельных занятиях спортом или физкультурно-оздоровительным самосовершенствованием помимо обязательных занятий в вузе положительно ответили 70,8 % юношей ЮФУ и 68,5 % юношей СКФУ, а также 69,6 % и 53,9 % девушек соответственно. При этом около половины опрошенных из обоих вузов указали, что занимаются самостоятельно от 2 до 4 раз в неделю. Такой довольно большой процент вовлечённости занимающихся свидетельствует о достаточном высоком уровне соответствия имеющихся материально-технических, организационно-методических и педагогических условий критериям эффективной реализации физкультурно-оздоровительной деятельности в этих вузах.

В современной литературе показано, что за последние два десятилетия структура мотивационной сферы студентов изменяется, становясь более разнообразной. Отмечается изменение ранговой значимости мотивов, связанных со здоровьесформированием, коммуникацией, саморазвитием и субъектностью [2; 15]. Ввиду наличия у познавательных мотивов свойства ненасыщаемости, педагогические исследования по данному вопросу должны быть направлены преимущественно на разработку технологий, способствующих стимулированию формирования познавательных мотивов в структуре мотивации студентов в процессе занятий спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельностью [2].

В работе Н.А. Мальцевой с соавт. [19] приводится анализ федерального статистического наблюдения за 2013 и 2018 гг. В ней представлена динамика интереса молодёжи к различным видам физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, где первое ранговое место в оба периода наблюдений и у обоих рассматриваемых возрастных категорий (15–19 и 20–25 лет) отводится общефизической подготовке, в том числе фитнес-занятиям и самостоятельным тренировкам в зале. Второе место у представителей 15–19 лет принадлежит спортивным играм, 20–25 лет — плаванию. Также популярны танцы (у респондентов 15–19 лет) и оздоровительный бег (у всех респондентов).

Из движущих мотивов чаще всего указывались внешний вид и уровень работоспособности, как индикаторы «успешного человека», а также коммуникация, групповая работа и возможность стрессопротекции при занятиях игровыми видами. При этом от трети до половины респондентов указали, что тратят на физкультурно-оздоровительные и/или спортивные занятия до 3-х часов неделю, что представляется крайне недостаточным для удовлетворения биологической потребности организма в двигательной активности. Кроме того, в процессе исследования выявлено, что большое значение придаётся наличию и доступности у определённого учебного заведения достаточной материальной базы (залы, бассейны, инвентарь и т. д.) и выстроенной системе тайм-менеджмента, обеспечивающей удобство планирования режима [19].

В проведённом нами исследовании получены в целом схожие данные. Так, при выборе самостоятельных (дополнительных к минимально необходимым для получения зачёта по дисциплине) видов спортивных или физкультурно-оздоровительных занятий наибольшей популярностью у студентов-юношей пользуются игровые виды, силовые виды и фитнес, а у девушек — фитнес, танцы, игровые виды.

Помимо этого, 29,7 % юношей ЮФУ и 24,7 % СКФУ, а также 58,8 % и 47,6 % девушек указанных вузов отметили, что регулярно выполняют утреннюю гимнастику, а 30,6 % и 17,8 % юношей и 21,6 % и 15,4 % девушек совершают пробежки. Интересно, что таким эффективным и характеризующимся достаточным оздоровительным эффектом занятием, как плавание, занимаются лишь 9,8 % участвовавших в опросе студентов ЮФУ и 4,2 % студентов СКФУ, хотя около 20 % опрошенных в обоих федеральных университетах указали, что хотели бы заниматься плаванием на регулярной основе. Возможно, такое положение обусловлено сложностью логистики и организации занятий на данном объекте (в бассейне) в соответствии с его пропускной способностью и удобством расписания занятий в сетке общего расписания, а также удалённостью от места проживания (у студентов ЮФУ).

Мнения о необходимости тренерского сопровождения физкультурно-оздоровительных занятий распределились следующим образом: заниматься самостоятельно готовы 55,6 % юношей ЮФУ. 16,7 % студентам для физкультурно-оздоровительных занятий необходимо сопровождение тренера. 22,2 % студентов занимаются с тренером в спортивной секции, а 5,5 % не занимаются и не хотят заниматься спортивно-оздоровительным самосовершенствованием ни в каком виде. Ответы юношей СКФУ распределились в следующем соотношении: 50,9 %, 11 %, 28,8 % и 9,6 % соответственно. У девушек ЮФУ отмечено желание заниматься самостоятельно — 28,4 %; 54,9 % — необходимо сопровождение тренера. 11,7 % желают заниматься в спортивных секциях и 4,9 % — не хотят заниматься. Студентки СКФУ — 36,4 %, 52,5 %, 5,6 % и 5,6 % соответственно.

Следовательно, более половины юношей обоих вузов готовы к самостоятельным занятиям, в то время как у девушек, наоборот, более половины отмечают необходимость профессионального сопровождения. В свете этого интересны данные о преобладающих у юношей и девушек источниках информации о применении определённых методов и средств физической культуры для укрепления и сохранения здоровья. Так, первые ранговые места у всех опрошенных занимали интернет-источники, блоги, подкасты. Лекции и практические учебные занятия в качестве основных источников информации оказались на третьем ранговом месте у юношей и девушек ЮФУ и СКФУ. Юноши СКФУ на третье место определили советы друзей и знакомых, отдавая лекциям и занятиям предпоследнее ранговое место с отставанием от научно-методических и научно-популярных источников. Закрывает данный список просмотр телепрограмм.

На наш взгляд, такое положение определяет необходимость актуализации педагогических подходов, применяемых в СКФУ в теоретическом курсе дисциплины «Физическая культура и спорт». При этом одним из наиболее важных представляется формирование знаниевого (когнитивного) компонента, без которого успешное формирование физической культуры личности не представляется возможным [8].

Наконец, для решения задачи поиска направления повышения эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности студентов важным представляется рассмотрение мотивационных факторов, влияющих на систематичность занятий спортом и физкультурно-оздоровительным самосовершенствованием.

Л.П. Додонова и А.А. Тинт в своих исследованиях разнокачественных показателей студентов, определяющих результативность их физкультурно-оздоровительной деятельности, отмечают, что в настоящее время у многих студентов формализовано представление о значении двигательной активности в процессе обучения в вузе. Оно сводится к избирательному посещению занятий по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре» и желанию получить зачет. Спортивно-оздоровительная деятельность при этом неэффективна, она не окрашена чувствами, поддерживающими биологическую и социальную потребность в данном виде активности. В то же время, согласно проведённому нами исследованию, студенты

характеризуются довольно высоким уровнем мотивации к занятиям физическими упражнениями (то есть в процессе отбора и обучения в вузе студенты показывают способность к преобразованию и повышению уровня имеющихся у них свойств и качеств). Наряду с этим, у всех студентов отмечается наличие довольно высокого уровня резервных возможностей для более качественного овладения своим потенциалом [1].

В процессе опроса студентов ЮФУ и СКФУ на предмет фактора, вызывающего интерес к двигательной активности, были получены неоднозначные ответы. Так, при выборе из готовых формулировок первое и второе ранговые места заняли ответы «телесное моделирование» и «развитие физических качеств», оставив на третьем месте «улучшение функционального состояния и здоровья».

Однако при ответе на этот же вопрос в виде открытого ответа подавляющее большинство и юношей, и девушек обоих вузов указали формулировки, обобщённо объединённые в «поддержание формы», под которой студенты понимают в основном фигуру (телосложение) и физическую работоспособность (тренированность), не употребляя понятие «здоровье» и не понимая его интеграционной роли для получения высокого уровня указанных ими показателей. На наш взгляд, это следует учитывать в процессе разработки и применении педагогических технологий в теоретическом курсе дисциплины «Физическая культуры и спорт», а также на практических занятиях в рамках элективных дисциплин.

Дело в том, что у данной возрастной и социальной категории на текущий момент не сформировано чёткое понимание взаимообусловленности комплекса изменений, происходящих в организме в процессе мышечной работы, как основы психофизического здоровья, определяющей все указанные ими значимые показатели. Это актуализирует необходимость расширения контента дисциплины, связанного с пониманием механизмов гомеостаза, адаптации, изменений в функциональных системах при физических нагрузках и путей повышения резервов организма методами и средствами физкультурно-оздоровительной деятельности.

Человек является сложной открытой саморегулирующейся системой, поэтому физкультурно-оздоровительная деятельность должна опираться на учение И.П. Павлов о типах ВНД, о свойствах нервных процессов (сила, уравновешенность, подвижность), а также Я.А. Коменского, П.Ф. Лесгафта, А.Н. Крестовникова о природосообразности жизнедеятельности, развития и учения, о единстве материального и духовного, физического, психического и интеллектуального в человеке, его телесности и личности, о недопустимости изолированного рассмотрения данных аспектов в процессе самосовершенствования и саморазвития.

Большой интерес представляет рассмотрение физического воспитания вообще и физкультурно-оздоровительной деятельности студентов в частности с точки зрения формирования двигательного интеллекта, который понимается как генетически обусловленное (биологическое) свойство личности, характеризующее, с одной стороны, способность к двигательному обучению, а с другой — являющееся основой для совершенствования межнейронных связей, когнитивных показателей, способности к критическому мышлению, к самостоятельным суждениям и выводам, к саморазвитию [20].

Понятие двигательного интеллекта ввёл американский врач-физиотерапевт Гленн Доман. В современной отечественной научной литературе вопросы, связанные с двигательным интеллектом, в основном обсуждаются в разрезе кинезиологических исследований, а также реабилитации и двигательной терапии, что, несомненно, оставляет большое поле для углублённых исследований эффективных подходов развития двигательного интеллекта также у различных категорий населения, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, включая студентов. Это тем более важно с учётом того, что двигательный интеллект

имеет обоюдонаправленную связь с мышлением и, реализуясь в едином поведенческом акте, движение и интеллект не существуют изолированно, а образуют совместную деятельность [20], что, по нашему мнению, необходимо учитывать в технологиях развития субъектности учащейся молодёжи.

В проведённом Д.В. Викторовым с соавт. исследовании [20] также анализируется роль имплицитного образовательного пространства в оптимизации физкультурно-оздоровительной деятельности вуза. Отмечается, что у студентов с разным уровнем адаптации к физическим нагрузкам требуется индивидуальный подход к формированию двигательного интеллекта, позволяющего сместить акценты на рациональность двигательной деятельности, что способствует повышению уровня физических, умственных и мотивационных составляющих здоровья, что соотносится и с нашими предварительными выводами о путях повышения эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности в вузе.

Необходимо отметить и возможные причины, несвоевременная коррекция которых может привести к снижению эффективности реализации развития оздоровительной физической культуры студента через самостоятельные физкультурно-оздоровительные занятия:

- недооценка роли имплицитного образовательного пространства в оптимизации физкультурно-оздоровительной деятельности вуза [17; 20];
- отсутствие анализа потребностей и интересов студентов в вопросах здоровьесформирования методами и средствами оздоровительной физической культуры в конкретном образовательном пространстве [21];
- недостаточное информационно-методическое обеспечение интеграции учебной и внеаудиторной спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности студентов [2; 22];
- недостаточная информированность в вопросах здоровьесформирования методами и средствами физической культуры с учётом междисциплинарных достижений наук о человеке [4; 10];
- недостаточное применение гуманитарных технологий организации различных форм занятий физическими нагрузками оздоровительной направленности [21; 23];
- неправильный выбор критериев сформированности у студентов компетентности в сфере сохранения и укрепления здоровья методами и средствами физической культуры и в области контроля, самоконтроля и дозирования физических нагрузок оздоровительной направленности [23];
- недооценка роли наставника (тренера) в формировании и поддержании мотивации к систематическим занятиям на фоне невысокого уровня самодисциплины занимающихся [19];
- частое превалирование в педагогике психолого-педагогического подхода к пониманию комплексного процесса «жизнедеятельности» без учёта телесности и вне единства критериев психобиологии человека [1].

Также следует учитывать, что с точки зрения рассмотрения физической культуры как социального феномена закономерна обусловленность направленности в мотивационной сфере обучающихся характерными чертами хронологического этапа развития общества. В частности, влияние на развитие оздоровительной физической культуры студента и эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности оказывают глобализация, цифровизация, технологизация жизнедеятельности, а также смещение приоритетов у молодого поколения, в

том числе отсутствие ориентации на достижение отдалённых результатов. Данное положение актуализирует разработку таких педагогических технологий, применение которых позволит обеспечить мотивацию к спортивным и физкультурно-оздоровительным занятиям на каждом этапе, чёткие, детально сформулированные задачи и строгий систематический контроль их выполнения в соответствии с обоснованными критериями [2; 24].

Особенно важным представляется отказ от некоторых прежних подходов, основанных на подражательстве зарубежным системам образования, и увеличение исследований в направлении поиска моделей целенаправленных действий по освобождению от навязанных извне и закрепившихся постмодернистских, «прогрессистских» идей и подходов к организации образовательной деятельности, а также по устранению последствий их негативного влияния [25].

### Заключение

Таким образом, ввиду актуальных вызовов времени, определяющих значимость здоровьесформирования через развитие у студенческой молодёжи навыков проактивности, субъектности, самосовершенствования, особую важность приобретает поиск путей повышения эффективности применяемых подходов к реализации физкультурно-оздоровительной деятельности в вузе. Важными аспектами представляются комплексный учёт личностных, социальных, ментальных, психофизических и т. д. характеристик молодого поколения XXI века, включение современных достижений научно-технического прогресса и междисциплинарных наук о человеке в программу формирования оздоровительной физической культуры студента, создание эффективного и природосообразного экс- и имплицитного образовательного пространства, повышение роли когнитивного компонента физической культуры, расширение материально-технической базы и осуществление оптимального планирования режима жизнедеятельности с учётом технологий эффективного тайм-менеджмента, что является перспективными направлениями дальнейших исследований.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Додонова, Л.П. Разнокачественная характеристика студентов, определяющая результативность их физкультурно-оздоровительной деятельности / Л.П. Додонова, А.А. Тинт // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. — 2021. — № 5(195). — С. 110–120. — DOI 10.34835/issn.2308-1961.2021.5.p110-121. — EDN RGPQTJ.
2. Васельцова, И.А. Структура мотивации к занятиям физкультурно-оздоровительной и прикладной физической деятельностью студентов университетов путей сообщения (ретроспективный анализ) / И.А. Васельцова, А.Б. Бродецкий, А.А. Поляков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. — 2022. — № 7(209). — С. 71–76. — DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.7.p71-76. — EDN OFFEGJ.
3. Формирование профессиональных компетенций у студентов посредством спортивнооздоровительной деятельности / М.В. Рудин, В.В. Сысоев, Н.В. Пешкова [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. — 2022. — № 6(208). — С. 323–327. — DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.6.p323-327. — EDN MLOODJ.
4. Иванов, В.Д. Самостоятельные занятия физической культурой как основа активной жизнедеятельности студента / В.Д. Иванов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2021. — Т. 6, № 1. — С. 36–44. — DOI 10.47475/2500-0365-2021-16105. — EDN HOPOIS.

5. Пономарева, И.А. Общие основы теории и методики оздоровительной физической культуры студента / И.А. Пономарева // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. — 2024. — № 1. — С. 38–46. — DOI 10.24412/2305-8404-2024-1-38-46. — EDN CDPCKS.
6. Планидин, Е.С. Спортивно-оздоровительная деятельность в базовой физической культуре молодежи / Е.С. Планидин // Социально-гуманитарные знания. — 2024. — № 2. — С. 65–68. — EDN ZGIKKM.
7. Пискова, Д.М. Психолого-педагогические проблемы типичных мотиваций самостоятельно занимающихся физической культурой юношей-студентов на начальном этапе занятий / Д.М. Пискова, Д.А. Фильченков, С.Г. Ларина // Мир науки. Педагогика и психология. — 2021. — Т. 9, № 3. — DOI 10.15862/24PSMN321. — EDN AHNNGM.
8. Фрагмент представлений о месте и значении дисциплины «Физическая культура и спорт» в системе подготовки студентов вузов / В.П. Лукьяненко, Н.В. Лукьяненко, Т.В. Стрельникова, В.П. Садовой // Современные проблемы науки и образования. — 2024. — № 2. — С. 63. — DOI 10.17513/spno.33352. — EDN PPMZYB.
9. Лях, Г.Ю. Организация физкультурно-оздоровительной активности студентов в процессе развития их конкурентоспособности / Г.Ю. Лях // Kant. — 2021. — № 3(40). — С. 244–248. — DOI 10.24923/2222-243X.2021-40.46. — EDN TSBSWV.
10. Бондин, В.И. Современные подходы к формированию мотивационно-ценностных ориентаций студентов к укреплению и сохранению здоровья средствами физической культуры / В.И. Бондин, А.Е. Пономарев, Е.А. Пестриков // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. — 2023. — № 2(216). — С. 26–32. — DOI 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p26-32. — EDN MUYZPQ.
11. Пашин, А.А. Структурно-динамические и типологические характеристики субъективного отношения к физической культуре и спорту / А.А. Пашин // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Гуманитарные науки. — 2010. — № 4(16). — С. 161–169. — EDN NEAFKH.
12. Пономарева, И.А. Анализ современного состояния уровня знаний и отношения студентов к спортивно-оздоровительному самосовершенствованию / И.А. Пономарева, А.Е. Пономарев // Общество: социология, психология, педагогика. — 2022. — № 4(96). — С. 148–153. — DOI 10.24158/spp.2022.4.23. — EDN NHGETM.
13. Илькевич, К.Б. Место физкультурно-оздоровительных технологий в системе здоровьесберегающей педагогики / К.Б. Илькевич, Т.Г. Илькевич // Вестник ГГУ. — 2023. — № 5. — С. 188–194. — EDN JESTTG.
14. Науменко, Ю.В. Физкультурно-оздоровительная деятельность как предмет педагогического исследования / Ю.В. Науменко // Физическое воспитание и спортивная тренировка. — 2022. — № 2(40). — С. 145–151. — EDN QCQDGW.
15. Голубева, О.А. Отношение обучающихся вуза к физической культуре: мониторинг, проблемы, пути решения / О.А. Голубева, Е.В. Коробейников, О.В. Светус // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. — 2023. — Т. 18, № 4. — С. 157–163. — EDN QFQTAC.

16. Маюрова, И.А. Анализ физического состояния студентов первого курса нефизкультурных направлений подготовки / И.А. Маюрова, Н.С. Бутыч, В.А. Малокостов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. — 2022. — № 5(207). — С. 274–277. — DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p274-277. — EDN UJYGCK.
17. Мудриевская, Е.В. О значении внеучебной деятельности по физической культуре в физическом воспитании студентов высшего учебного заведения / Е.В. Мудриевская // Вестник Нижневартковского государственного университета. — 2024. — № 3(67). — С. 92–99. — DOI 10.36906/2311-4444/24-3/08. — EDN ULESPR.
18. Мареев, В.И. Рекреационно-досуговая и физкультурно-оздоровительная деятельность как фактор адаптации иностранных студентов к обучению в вузе / В.И. Мареев, А.Е. Пономарев // Глобальный научный потенциал. — 2023. — № 7(148). — С. 80–83. — EDN FLVXNS.
19. Физкультурно-оздоровительная деятельность студентов в образовательных организациях высшего и профессионального образования / Н.А. Мальцева, А.Ю. Шредер, Н.А. Коренкова [и др.] // Современные наукоемкие технологии. — 2021. — № 11-2. — С. 359–363. — DOI 10.17513/snt.38939. — EDN IOCSQA.
20. Формирование двигательного интеллекта студентов вуза на основе имплицитного образовательного пространства / Д.В. Викторов, В.Ю. Кокин, Е.А. Черепов [и др.] // Человек. Спорт. Медицина. — 2024. — Т. 24, № 2. — С. 141–152. — DOI 10.14529/hsm240218. — EDN GQDZKX.
21. Пономарева, И.А. Педагогические условия реализации оздоровительной задачи спортивно-оздоровительного самосовершенствования студентов / И.А. Пономарева, Г.Н. Токарев // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. — 2022. — № 3. — С. 43–50. — DOI 10.24412/2305-8404-2022-3-43-50. — EDN RTNJAE.
22. Усманова, Е.А. Научно-методическое обеспечение внеаудиторной деятельности как условие формирования физической культуры студентов / Е.А. Усманова // Казанский педагогический журнал. — 2021. — № 3(146). — С. 116–121. — DOI 10.51379/kpj.2021.147.3.016. — EDN ROQRYS.
23. Митин, А.Е. Гуманитарные технологии: обоснование основных положений применения в образовании / А.Е. Митин, С. О. Филиппова // Знание. Понимание. Умение. — 2013. — № 3. — С. 255–262. — EDN RBOVVZ.
24. Жданов, С.И. Педагогическая концепция оздоровительного тренинга в системе физкультурно-рекреационной деятельности студента / С.И. Жданов // Глобальный научный потенциал. — 2022. — № 4(133). — С. 84–86. — EDN GNQQWM.
25. Лукьяненко, В.П. Как переобустроить образование в России / В.П. Лукьяненко // Народное образование. — 2024. — № 7(1510). — С. 16–24. — EDN DPJRYQ.

**Lukyanenko Viktor Pavlovich**

North-Caucasus Federal University, Stavropol, Russia  
E-mail: viktor246@mail.ru  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1817-6704>  
RSCI: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=371137](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=371137)

**Stepanova Tatyana Anatolyevna**

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia  
E-mail: tastepanova@sfned.ru  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3296-3608>  
RSCI: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=854293](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=854293)

**Ponomarev Alexey Evgenievich**

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia  
E-mail: ae\_ponomarev@mail.ru  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9647-9786>  
RSCI: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=772978](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=772978)

## **Physical culture and health activities of students of non-physical culture training programs of federal universities in the South of Russia: current status and prospects**

**Abstract.** The article presents a vision of the current state of the problem related to the search for ways to improve the physical education and recreation activities of students. The main factors determining the effectiveness of the implementation of an activity-based approach in the process of organizing physical culture and recreation work with students of non-physical education areas of professional training are analyzed. The degree of involvement of students of federal universities in the South of Russia in physical culture and recreation activities and prospects for improving its effectiveness have been determined.

The study was conducted on the basis of the Southern and North Caucasian Federal Universities. It was attended by 780 first-year students of non-physical education fields of study. The following research methods were used: theoretical and comparative analysis, survey using Google forms, mathematical processing of research results.

As a result of the research, data were obtained that contribute to a deeper substantiation of the close relationship between the natural human need for movement and development and the implementation of the activity component of his somatic (bodily) culture, as well as with cognitive activity aimed at individualizing and personifying the health-improving effects of physical culture and wellness activities.

The necessity of updating activities aimed at the development of pedagogical technologies that allow for a higher level of motivation for systematic independent physical exercises with a health-improving orientation is substantiated. It emphasizes the existence of a two-way relationship between motor intelligence and thinking, implemented in a single behavioral act, which, according to the authors, must be taken into account in the technologies of subjectivity development of modern youth. Attention is drawn to the need to comprehensively take into account the personal, social, mental, and psychophysical characteristics of the young generation of the 21st century, as well as modern achievements in human sciences and scientific and technological progress in general, when developing programs aimed at creating a health-improving culture among students, creating effective and environmentally friendly- and the implicit educational space, increasing the role of the cognitive component of physical culture, expanding the infrastructure of the physical culture and recreation

space, creating modern university campuses that ensure optimal living conditions, taking into account effective time management technologies.

**Keywords:** physical culture and health activities; students; recreational physical education; self-improvement; motivation; subjectivity; motor intelligence