

ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА

Филипчик Д.И.

Гродненский государственный университет имени Я. Купалы
Гродно, Республика Беларусь
Научный руководитель – Грабовик А.А.

Актуальность. Развитие студенческого спорта в условиях цифровой трансформации общества приобретает особую актуальность, поскольку современная молодежь все активнее использует цифровые инструменты в повседневной жизни. Согласно статистическим данным Министерства спорта и туризма Республики Беларусь, в 2023 году физическими упражнениями или спортом занимались 60,9% юношей и 51,3% девушек в возрасте 16-30 лет. Однако традиционные подходы к организации физкультурно-оздоровительной работы не всегда учитывают особенности цифрового поколения студентов, что требует поиска инновационных решений [1].

Проблема повышения эффективности студенческого спорта обусловлена комплексом факторов, среди которых снижение двигательной активности молодежи вследствие информатизации учебной и бытовой деятельности, недостаточная мотивация к систематическим занятиям физической культурой, отсутствие персонализированного подхода в организации тренировочного процесса. В Республике Беларусь развитие студенческого спорта регламентируется Государственной программой «Физическая культура и спорт» на 2021-2025 годы, Программой развития студенческого спорта на 2025-2028 годы, что подчеркивает стратегическую значимость данного направления. Внедрение цифровых технологий в систему физического воспитания студентов позволяет решить ряд актуальных задач: обеспечить индивидуализацию тренировочного процесса, повысить мотивацию к занятиям спортом, осуществлять мониторинг физической активности и состояния здоровья обучающихся.

Цель исследования – теоретически обосновать и определить эффективность применения цифровых технологий в развитии студенческого спорта в учреждениях высшего образования.

Методы исследования. В работе использовался комплекс методов: анализ научной и методической литературы по проблемам физического воспитания и студенческого спорта; изучение нормативных документов, регламентирующих развитие физической культуры и спорта в Республике Беларусь; систематизация и обобщение данных о применении цифровых технологий в образовательном процессе; анализ отечественного и зарубежного опыта цифровизации спортивной деятельности студентов.

Результаты исследования. Анализ литературных источников показал, что цифровые модели обеспечения физического воспитания и студенческого спорта представляют собой комплекс технологических решений, направленных на совершенствование организации, управления и контроля физкультурно-спортивной деятельности. Основные направления цифровизации студенческого спорта включают: создание персонализированных тренировочных программ с учетом индивидуальных особенностей студентов; использование мобильных приложений для отслеживания физической активности и самоконтроля; применение виртуальных тренажеров и симуляторов; организацию онлайн-соревнований и турниров; внедрение систем мониторинга и аналитики спортивных достижений.

Важным преимуществом цифровых технологий является возможность индивидуализации учебно-тренировочного процесса. Специализированные мобильные приложения позволяют студентам фиксировать результаты тренировок, получать персонализированные рекомендации по улучшению спортивной формы, отслеживать прогресс в достижении поставленных целей. Системы учета и мониторинга физической активности обеспечивают преподавателям возможность оценивать физическую форму студентов, корректировать тренировочные программы на основе объективных данных, что способствует повышению эффективности образовательного процесса.

Цифровые платформы для организации спортивных мероприятий открывают новые возможности для развития соревновательной деятельности студентов. Онлайн-соревнования и турниры позволяют студентам состязаться с участниками из других учебных заведений без необходимости личного присутствия, что экономит время и ресурсы, способствует расширению географии спортивных контактов. Виртуальные тренажеры и симуляторы предоставляют возможность практиковаться в различных видах спорта без посещения специализированных залов, что особенно актуально в условиях ограниченности материально-технической базы.

Исследование психологических аспектов применения цифровых технологий в студенческом спорте показало их положительное влияние на мотивацию к занятиям физической культурой. Основными мотивами студентов к физической активности являются улучшение здоровья (46%), обязательная учебная программа (44%), получение зачета (57%). Использование цифровых инструментов способствует повышению мотивации за счет геймификации процесса, визуализации результатов, возможности отслеживания прогресса и сравнения достижений. Студенты, регулярно использующие фитнес-приложения, демонстрируют более высокие показатели эмоциональной стабильности, меньший уровень стресса и более высокую самооценку по сравнению со сверстниками, не применяющими цифровые технологии [2, с. 40].

В Республике Беларусь реализуется комплекс мер по цифровой трансформации спортивно-оздоровительного сектора. Основные направления включают: формирование единой цифровой среды для повышения доступности услуг в сфере физической культуры и спорта; совершенствование спортивной деятельности путем применения носимых устройств фиксации и аналитики производительности; внедрение цифровых сервисов и мобильных приложений для поиска, записи и доступа к спортивным объектам; развитие онлайн-трансляций спортивных мероприятий с применением технологий дополненной и виртуальной реальности [3].

Опыт ведущих учреждений высшего образования Республики Беларусь свидетельствует об эффективности применения инновационных подходов к управлению студенческим спортом. В Гродненском государственном университета имени Я. Купалы внедрена многокомпонентная структура студенческого спорта, включающая образовательную составляющую (учебные занятия по физической культуре), физкультурно-оздоровительную работу (спортивный клуб) и спортивную подготовку (кафедра спорта для студентов-спортсменов высокой квалификации). Такая система позволяет эффективно организовать спортивное движение учащейся молодежи, обеспечить индивидуальные образовательные траектории для спортсменов, совмещающих учебу с интенсивным тренировочным процессом [4].

Анализ факторов, влияющих на физкультурно-спортивную активность студентов, показал, что среди основных препятствий к занятиям выделяют отсутствие свободного времени, нехватку силы воли и целеустремленности, обычную лень или пассивность [2, с. 41]. Цифровые технологии способствуют преодолению этих барьеров за счет повышения доступности спортивных занятий, возможности тренировок в удобное время, создания системы напоминаний и мотивационных уведомлений. Мобильные приложения с элементами геймификации помогают студентам формировать устойчивые привычки регулярных тренировок, отслеживать прогресс и получать положительное подкрепление достижений.

Результаты педагогических экспериментов по внедрению цифровых технологий в процесс физического воспитания студентов демонстрируют их эффективность. Студенты, занимающиеся по программам с использованием мобильных приложений для самоконтроля и мониторинга физической активности, показывают более высокие результаты в контрольных испытаниях, демонстрируют большую регулярность посещения занятий, проявляют более высокую мотивацию к занятиям спортом по сравнению с контрольными группами. Применение цифровых образовательных продуктов формирует у современных выпускников вузов цифровую культуру, способствует их социализации в условиях информационного общества.

Важное направление цифровизации студенческого спорта – применение нейротехнологий и искусственного интеллекта. Компьютерное зрение используется для анализа техники выполнения упражнений, автоматического подсчета повторений, оценки качества движений. Системы поддержки принятия решений на основе анализа больших данных помогают тренерам и преподавателям оптимизировать тренировочный процесс, выявлять перспективных спортсменов, прогнозировать результаты. Носимые устройства с биообратной связью позволяют студентам контролировать частоту сердечных сокращений, уровень физической нагрузки, качество восстановления, что способствует предотвращению перетренированности и травм [5, с. 231].

Анализ международного опыта показывает, что ведущие университеты мира активно внедряют цифровые технологии в систему физического воспитания студентов. Использование виртуальной и дополненной реальности в обучении спортивным навыкам, применение искусственного интеллекта для персонализации тренировочных программ, создание онлайн-платформ для организации массовых спортивных мероприятий – эти инновации становятся стандартом современного студенческого спорта. Республика Беларусь имеет потенциал для развития данного направления, что подтверждается принятыми стратегическими документами и реализуемыми программами цифровой трансформации.

Выводы. Цифровые технологии являются эффективным инструментом развития студенческого спорта, обеспечивающим индивидуализацию учебно-тренировочного процесса, повышение мотивации студентов к физкультурно-спортивной деятельности, совершенствование системы мониторинга и контроля физической активности обучающихся. Внедрение цифровых моделей в систему физического воспитания студентов способствует формированию цифровой культуры молодежи, развитию навыков самоконтроля и саморегуляции, повышению эффективности образовательного процесса в целом.

Основными направлениями дальнейшего развития цифровизации студенческого спорта в Республике Беларусь должны стать: создание единой цифровой платформы для управления студенческим спортом; разработка и внедрение мобильных приложений для мониторинга физической активности студентов; организация системы онлайн-соревнований и турниров; обеспечение преподавателей физической культуры современными цифровыми инструментами для контроля и анализа тренировочного процесса; интеграция цифровых технологий в учебные программы по физической культуре и спорту.

Результаты исследования могут быть использованы при разработке программ развития студенческого спорта в учреждениях высшего образования, совершенствовании учебно-методического обеспечения дисциплины «Физическая культура», подготовке преподавателей к работе в условиях цифровой трансформации образования.

Список литературы

1. Статистический обзор от 22.06.2023 // Национальный статистический комитет Республики Беларусь. – URL: https://www.belstat.gov.by/upload-belstat/upload-belstat-pdf/oficial_statistika/statobzor_stud_2023.pdf (дата обращения: 25.12.2025).
2. Марина, И. А. Мотивация студентов к занятиям физической культурой: анализ второстепенных факторов в зависимости от профиля факультета / И. А. Марина, А. С. Подлещук, А. С. Демьянова // Вестник Полоцкого государственного университета. – 2025. – № 2. – С. 38-42.
3. Основные направления цифрового развития Республики Беларусь на 2023–2025 годы // М-во по налогам и сборам Респ. Беларусь. – URL: https://www.mpt.gov.by/sites/default/files/osnovnye_napravleniya_.docx (дата обращения: 26.12.2025).
4. Перспективы развития студенческого спорта // Гродненский государственный университет имени Я. Купалы. – URL: <https://gazeta.grsu.by/2025/07/10/перспективы-развития-студенческого/> (дата обращения: 26.12.2025).
5. Марандыкина, О. В. Цифровые модели обеспечения физического воспитания и студенческого спорта / О. В. Марандыкина // Физическое воспитание студентов : материалы междунар. науч. конф. – Минск : БГУ, 2025. – С. 230-233.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ

Хоха Е. В.

Гродненский государственный университет имени Я. Купалы
Гродно, Республика Беларусь
Научный руководитель – Баркова В.В.

Актуальность. В первую очередь, стоит обратить внимание на определение «оздоровительный бег». Само словосочетание подразумевает бег, который приносит пользу организму человека. В нынешней социальной среде, когда физические и умственные нагрузки оказывают негативное влияние, у студентов падает стремление к поддержанию здорового образа жизни. ЗОЖ для студентов – это ключевой элемент поддержания здоровья, который базируется на сбалансированном питании, отказе от пагубных пристрастий и поддержании необходимого уровня двигательной активности. В связи с ухудшением социально-экономической ситуации и экологической обстановки в городской среде важным становится вовлечение студентов в мероприятия, направленные на восстановление энергии и снижение психологического напряжения. Актуальной задачей сегодня является увеличение физической активности учащихся, и одним из способов