

УДК 796.035–057.87:796.011.3

**Е.Т. КУЗНЕЦОВА**, доктор пед. наук, доцент  
профессор кафедры физического воспитания и спорта<sup>1</sup>



**Н.В. КОЛЯДА**

магистрант<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Полесский государственный университет,  
г. Пинск, Республика Беларусь



Статья поступила 14 октября 2020 г.

## **МЕХАНИЗМЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ЗДОРОВЬЕСОХРАНЯЮЩЕМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА «ЦИФРОВОЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

*Обзор различных педагогических технологий, авторских методик и программ в физическом воспитании студентов дал основание заключить, что именно оздоровительные технологии с широким арсеналом средств станут тем фактором и типом обучения, который будет способствовать улучшению соматического здоровья студентов, физической и профессионально-прикладной подготовки будущих специалистов. Применению оздоровительных технологий в процессе физического воспитания студенческой молодежи посвящены исследования О.З. Блавт, А.А. Горелова, Г.П. Грибана, А.Д. Дубогай, Л.И. Ивановой, В.Л. Кондакова, В.М. Корягина, С.И. Присяжнюка, Э.И. Савко, А.Д. Скрипко, Л.П. Суценко. и др. Доказана необходимость внедрения в образовательный процесс таких оздоровительных технологий, которые будут учитывать потребности и предпочтения студентов, их индивидуальные особенности, специфику будущей профессиональной деятельности.*

*В статье предложены механизмы использования оздоровительных технологий в здоровьесохраняющем образовательном пространстве учреждения высшего образования в результате цифровой трансформации вуза. Опираясь на программные требования, разработана последовательность внедрения в процесс физического воспитания различных видов двигательной активности (или их сочетание) в согласованном взаимодействии со вспомогательными средствами физического воспитания (оздоровительными силами природы и гигиеническими факторами).*

*Основная цель создания цифрового университета – трансформация базовых процессов и процессов управления в университете с помощью цифровых технологий. Модель «Цифровой универси-*

*тет» подразумевает использование самых современных технологий в образовательном процессе, интеграцию онлайн-платформ в привычную среду, введение персонализированных образовательных траекторий и курсов, новых возможностей пространства и форматов.*

**Ключевые слова:** физическое воспитание, студенты, оздоровительные технологии, цифровой университет.

**KUZNIETSOVA Olena**, Doctor of Pedagogy, Associate Professor  
Professor of the Department of Physical Education and Sports<sup>1</sup>

**KOLYADA Nikolay**

Master Student<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Polesky State University, Pinsk, Republic of Belarus

## **MECHANISMS FOR USING HEALTH TECHNOLOGIES IN HEALTH-SAVING EDUCATIONAL SPACE IN THE CONDITIONS OF THE DIGITAL UNIVERSITY PROJECT IMPLEMENTATION**

*A review of various pedagogical technologies, author's methods and programs in the physical education of students gave grounds to conclude that it is health technologies with a wide arsenal of means that will become the factor that will contribute to improving the somatic health of students, physical and professional-applied training of future specialists. The studies of O.Z. Blavt, A.A. Gorelov, G.P. Griban, A.D. Dubogay, L.I. Ivanova, V.L. Kondakov, V.M. Koryagin, S.I. Prisyazhnyuk, E.I. Savko, A.D. Skripko, L.P. Sushchenko and others. The necessity of introducing such health-improving technologies into the educational process, which will take into account the needs and preferences of students, the specifics of future professional activities, and individual characteristics, has been proved.*

*Based on the above, we have developed a sequence of introducing various types of physical activity into the process of physical education (or their combination) in coordinated interaction with auxiliary means of physical education (healing forces of nature and hygienic factors). The mechanisms of using health-improving technologies in the health-preserving educational space of a higher education institution as a result of the digital transformation of the university are proposed.*

*The main goal of creating a digital university is to transform the basic processes and management processes at the university using digital technologies. The "Digital University" model implies the use of the most modern technologies in the educational process, the integration of online platforms into the familiar environment, the introduction of personalized educational trajectories and courses, new opportunities for space and formats.*

**Keywords:** physical education, students, health technologies, digital university.

Демократизация и гуманизация общества выдвигают настоятельную потребность достижения высокого уровня здоровья, обеспечивая соответствующее качество жизни, психологическое удовлетворение, социальный комфорт. Сегодня перед человечеством встает вопрос о том, как сохранить себя как вид, приспособленный к меняющимся социально-экономическим и природным условиям среды, и особенно он актуален для будущего общества – студенческой молодежи [7]. Здоровье человека выходит на первый план общенациональных задач, которые поставлены в ряде законодательно-нормативных документов Республики Беларусь: в законе «О физической культуре и спорте» [1], Государ-

ственной программе развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь [4], положении о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь [3] и др.

В законе «О физической культуре и спорте» указано: «физическая культура – составная часть общей культуры общества, направленная на укрепление здоровья, развитие физических, морально-волевых и интеллектуальных способностей человека с целью гармоничного формирования его личности» [1]. Эта цитата подчеркивает значение и роль физической культуры в совершенствовании биологического и духовного потенциала человека. Следует отметить, что государствен-

ные законодательные акты и программы нацелены на совершенствование системы физического воспитания молодежи с акцентом на оздоровительную направленность физической культуры. Таким образом, озабоченность физическим состоянием молодого поколения, его здоровьем сводится в ранг государственной политики [2, 3].

Цель Государственной программы развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь – достижение стабильно позитивной динамики оздоровления нации средствами физической культуры и спорта [4, с. 6]. Решение основных задач Программы даст возможность «улучшить качество организации физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий; повысить количество занимающихся массовой физической культурой и спортом; ускорит развитие детско-юношеского спорта и подготовку национальных сборных команд» [4, с. 6]. Соответственно, возникает потребность в более глубокой модернизации существующей системы физического воспитания студенческой молодежи на дидактическом и организационном уровнях, разработке целого комплекса мер, необходимых для эффективного функционирования качественно новой системы высшего образования в условиях цифровой трансформации вуза.

Одной из актуальных задач физического воспитания является формирование у студентов осознанного стремления к самосовершенствованию путем активизации физкультурного образования с помощью инновационных информационно-коммуникационных технологий, а именно: электронное программно-методическое обеспечение дисциплины; создание информационной среды физкультурного образования в учреждении высшего образования (УВО) с наличием мультимедийного издания, электронной библиотеки и т. д. (Н.О. Долгова, А.Д. Дубогай, В.А. Кашуба, С.М. Футорный, Л.П. Сущенко, А.С. Пнитская, Zh.L. Kozina, M. Papastergiou и др.). Своевременной является разработка и применение информационных «банков данных» физического развития студентов, которые предоставят возможность систематизировать результаты уровня физического потенциала студенческой молодежи, обеспечат модернизацию и интенсификацию тестового контроля. Подтверждением этому могут служить исследования, проведенные О.З. Блавт, А.Л. Дымовой, А.К. Єрофєєвим, Д.А. Запорожець, Л.Ф. Колокатовой, И.А. Салу-

ком, П.А. Слобожаниновым, С.М. Футорным, Л. В. Хрипко, Y.V. Yurchyshyn, M.V. Dutchak и др.

В 2017 году Министром образования были утверждены Концептуальные подходы к развитию системы образования Республики Беларусь до 2020 года и на перспективу до 2030 года, поставлена задача сформировать к 2020 году информационно-коммуникационную среду образовательного пространства [9]. На перспективу до 2030 года стоит задача развития образовательных технологий, интерактивных средств обучения, мультимедийной платформы дистанционного предоставления образовательного контента. Формирование автоматизированной информационно-аналитической системы сбора, хранения, обработки и анализа данных позволит осуществлять раннюю диагностику одаренной молодежи, идентифицировать негативные либо позитивные тренды в педагогических методиках и образовательных программах, прогнозировать развитие образовательной траектории как у обучающихся, так и у педагогических работников [9, 10]. Таким образом, программные и рекомендательные документы явились основой для активизации процессов цифровизации образовательной среды, в том числе создания и реализации проекта «Цифровой университет».

Реализация проекта «Цифровой университет» направлена на совершенствование инфраструктуры и инструментов доступа к информационным ресурсам, применение информационно-коммуникационных технологий в образовательном и воспитательном процессах, расширение дистанционного образования, цифровизацию процессов управления университетом [8].

**Цель исследования** – раскрыть особенности разработки и внедрения методической системы применения оздоровительных технологий в процессе физического воспитания студентов в условиях реализации проекта «Цифровой университет».

Методическая система применения оздоровительных технологий в процессе физического воспитания студентов предусматривает реализацию необходимых педагогических условий – организационных, дидактических и психолого-педагогических. В рамках существующих групп и подгрупп педагогических условий нами выделены самостоятельные педагогические технологии, которые являются альтернативой традиционным формам организации образовательного процесса:

– технологии обучения на основе личностной ориентации педагогического процесса (личностно-ориентированная технология, технология индивидуализации обучения, оздоровительные технологии);

– технологии обучения на основе активизации и интенсификации деятельности студентов (интерактивное обучение, технология проектирования здоровьесохраняющей образовательной среды УВО);

– технологии обучения на основе определения эффективности организации и управления образовательного процесса (технология дистанционного обучения, технология самообразования) [5, 6].

В соответствии с учебными программами, предложена последовательность внедрения в образовательный процесс различных видов двигательной активности (или их сочетание) в согласованном взаимодействии со вспомогательными средствами физического воспитания (оздоровительными силами природы и гигиеническими факторами) и их реализация в здоровьесохраняющем образовательном пространстве УВО.

В работе считаем необходимым подать пояснение этой дефиниции. Образовательное пространство УВО – это целостный многофункциональный комплекс возможностей учреждения образования, порождающий множество отношений и связей, направленных на удовлетворение профессиональных и личностных потребностей будущих специалистов [11, с. 59].

Методическая система применения оздоровительных технологий в процессе физического воспитания студентов, как составляющая физкультурно-оздоровительной среды УВО, выступает отдельным компонентом целостной образовательной системы. Здоровьесохраняющее образовательное пространство УВО является многоуровневым социокультурным сегментом, в рамках которого на определенной территории реализуются взаимоотношения человека с окружающими его компонентами образовательной системы (образовательной средой), что создает потенциальную возможность для развития личности, улучшения его здоровья и формирования готовности к будущей профессиональной деятельности [11, с. 59].

В настоящее время в Полесском государственном университете создана современная инфраструктура, позволяющая в полном объеме реализовывать цели и задачи проекта

«Цифровой университет». Надежной основой самообразовательной деятельности студентов стала платформа университета E-learning ПолесГУ, предусматривающая дистанционное образование с системой обучения Moodle. На платформе размещаются курсы и задания для подготовки студентов, реализуется управляемая самостоятельная работа.

Электронный кабинет дисциплины дает возможность получить оперативную информацию об образовательном процессе в целом, и дисциплины в частности; ознакомиться с содержанием всего курса, систематизированного по разделам; осуществить тестовый контроль и просмотр видео-занятий оздоровительной направленности и др.

Создание кабинета в Moodle способствует обеспечению внутренних и внешних коммуникаций. На протяжении обучения систематически осуществляется управление физкультурно-оздоровительной деятельностью и информационная поддержка в виде консультаций студентов. Для организации самостоятельной работы предоставляются планы, содержание оздоровительных тренировок, проводится регулярная консультация студентов при помощи корпоративной почты. Таким образом, разработанное преподавателем методическое обеспечение оказывает информационную поддержку еще и тем студентам, которые изучают курс дисциплины самостоятельно, ускоряет процесс запоминания материала благодаря удобному интерфейсу, оказывает помощь в овладении практически приемами двигательных функций благодаря встроенному видео (рис. 1).

Структура учебно-методического комплекса дисциплины включает: 1) учебную программу; 2) цель и задачи изучения дисциплины; 3) методические указания для самостоятельного изучения дисциплины; 4) перечень разделов и тем курса; 5) текущие и итоговые контрольные задания; 6) тематику научно-исследовательских работ; 7) список литературы (основной и дополнительный); 8) глоссарий (толковый словарь терминов); 9) учебно-методическое обеспечение (электронные пособия, компьютерные обучающие программы, учебные видеофильмы, программно-педагогические тесты). Основу содержания спецкурсов составляют оздоровительные технологии улучшения физического состояния, ликвидации последствий перенесенных заболеваний (рисунок 1, 2).



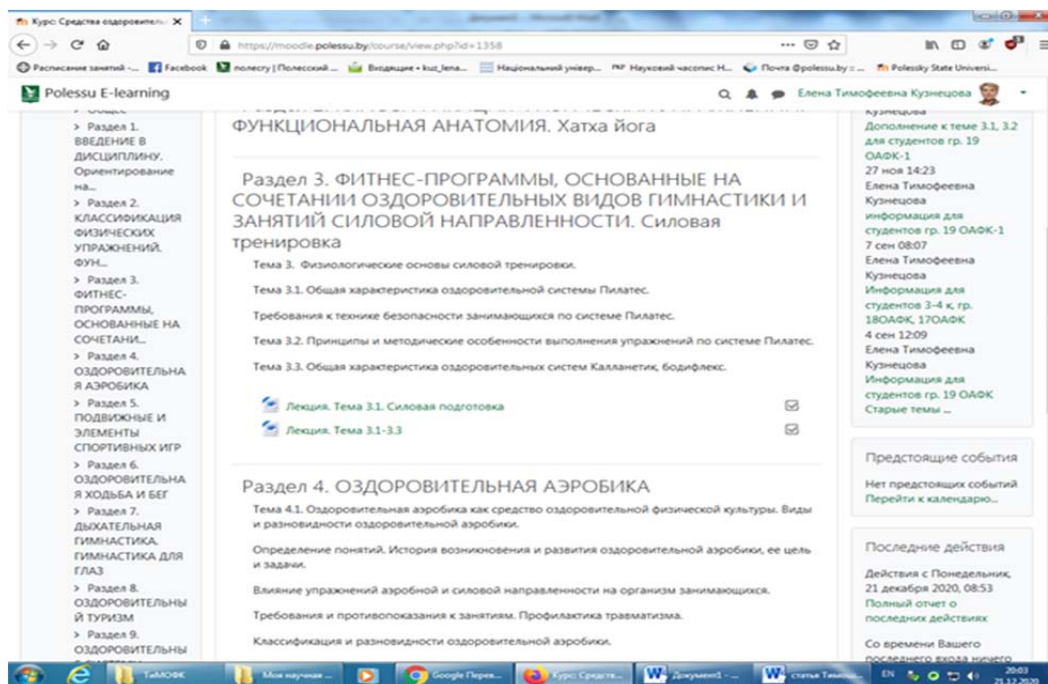


Рисунок 1. – Скриншот фрагмента электронного кабинета дисциплины «Средства оздоровительной физической культуры»

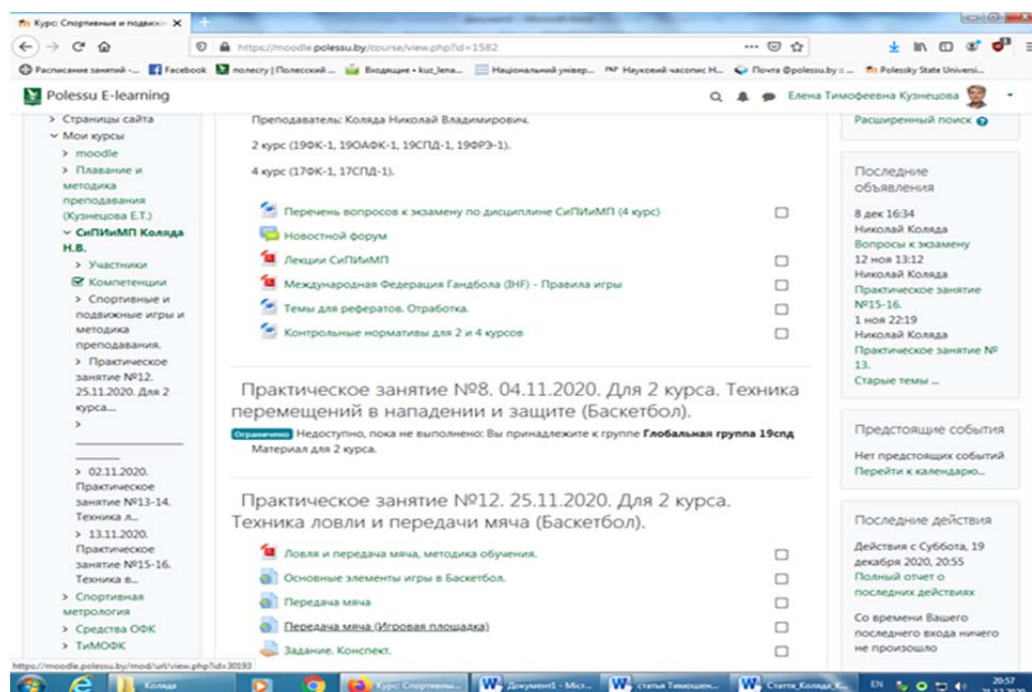


Рисунок 2. – Скриншот фрагмента электронного кабинета дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»

Программы PowerPoint используются для создания и демонстрации презентаций с целью совершенствования практических умений (рисунок 3). Использование разработанных материалов в процессе физического воспитания позволяет повысить уровень профессионально-прикладной физической готовности студентов. Кроме того, электронное

методическое обеспечение имеет ряд преимуществ перед печатным изданием благодаря таким возможностям, как мультимедиа и гипертекст. Видеоматериалы, кинограммы и рисунки значительно повышают наглядность представленного материала.



Рисунок 3. – Учебные мультимедийные пособия для самостоятельной подготовки к физкультурно-оздоровительным занятиям

**Выводы.** В новых современных моделях найдены возможности целесообразного и системного согласования определенных компонентов образовательной деятельности и факторов обеспечения индивидуализации целей, содержания, форм, средств и способов организации образовательного процесса по физической культуре, создание соответствующей здоровьесохраняющей образовательной среды, организационного сопровождения учебного процесса, направленного на удовлетворение образовательных потребностей каждого.

Проведенное исследование не претендует на полноту всех аспектов проблемы методической системы применения оздоровительных технологий в процессе физического воспитания студентов в условиях цифровой трансформации вуза. Актуальным для дальнейших научных изысканий является изучение опыта применения оздоровительных технологий в процессе физического воспитания студентов университетов зарубежных стран (США, Канады, Франции, Швейцарии, Бельгии), совершенствование электронных учебно-методических комплексов.

#### Список литературы

1. О физической культуре и спорте: Закон Республики Беларусь от 4 января 2014 г. № 125-з: принят Палатой Представителей 5 декабря 2013 года: одобр. Советом Республики 19 декабря 2013 года // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – 2014. – № 2/2123. – С. 1–48.
2. Об утверждении государственной программы «Образование и молодежная политика» на 2016–2020 годы: постановление Совета Министров Респ. Беларусь, 28 марта 2016 г., № 250 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – 13.04.2016. – 5/41915.
3. Об утверждении Положения о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь и признании утратившим силу постановления Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 24 июня 2008 г. № 17: Постановление Министерства спорта и туризма Республики Беларусь, 2 июля 2014 г., № 16 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – 09.09.2014. – 8/29060.
4. Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2016 – 2020 годы. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.mst.by/ru/razvitie-sporta-ru/>.
5. Кузнецова, О.Т. Проектування моделі методичної системи застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного вихо-

- вання студентів / О. Т. Кузнєцова // Проблеми інноваційного розвитку вищої освіти у глобальному, регіональному та національному контекстах : монографія / за заг. ред. А. А. Сбруєвої та Г. Ю. Ніколаї. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. – С. 350–371.
6. Кузнєцова, О. Т. Оздоровчі технології у фізичному вихованні студентів : теорія, методика, практика : монографія / О. Т. Кузнєцова. – Рівне : Волинські обереги, 2018. – 416 с.
  7. Коляда, Н. В. Значение физической культуры в сохранении и укреплении здоровья студенческой молодежи / Н. В. Коляда, Е. Т. Кузнєцова // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в сучасному суспільстві – 2020: зб. наук. праць II Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнародною участю / гол. ред. О.І. Булгаков. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2020. – С. 156–160.
  8. Об организации образовательного процесса в учреждениях высшего образования в 2020/2021 учебном году. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://nihe.bsui.by/images/norm-c/nd\\_pismo\\_k\\_2020-2021\\_ucheb\\_god.pdf](http://nihe.bsui.by/images/norm-c/nd_pismo_k_2020-2021_ucheb_god.pdf).
  9. Официальный сайт Полесского государственного университета. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://www.polesu.by/>.
  10. Цифровая трансформация образования [Электронный ресурс]: сб. мат. 2-й Межд. науч.-практ. конф., Минск, 27 марта 2019 г. / отв. ред. А. Б. Бельский. – Минск: ГИ-АЦ Минобразования, 2019. – Режим доступа: [http://dtconf.unibel.by/doc/Conference\\_2019.pdf](http://dtconf.unibel.by/doc/Conference_2019.pdf).
  11. Ярошинська, О. О. Теоретичні і методичні засади проектування освітнього середовища професійної підготовки майбутніх учителів початкової школи: дис. ... д-ра пед. наук зі спец. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / О.О. Ярошинська. – Умань, 2015. – 544 с.
- Reference**
1. *O fizicheskoy kul'ture i sporte: Zakon Respubliki Belarus' ot 4 yanvarya 2014 g. № 125-z: prinyatoy Palatoy Predstaviteley 5 dekabrya 2013 goda: odobr. Sovetom Respubliki 19 dekabrya 2013 goda* [On physical culture and sports: Law of the Republic of Belarus dated January 4, 2014 No. 125-z: adopted by the House of Representatives on December 5, 2013: approved. Council of the Republic on December 19, 2013] National Legal Internet Portal of the Republic of Belarus. 2014, no 2/2123, pp. 1–48. (In Russian)
  2. *Ob utverzhdenii gosudarstvennoy programmy «Obrazovaniye Soveta i molodezhnaya politika» na 2016–2020 gody: postanovleniye Ministrov Resp. Belarus', 28 marta 2016 g., № 250* [On the approval of the state program "Education and youth policy" for 2016-2020: Resolution of the Council of Ministers of the Republic. Belarus, March 28, 2016, No. 250]. National Legal Internet Portal of the Republic of Belarus. 13.04.2016. 5/41915. (In Russian)
  3. *Ob utverzhdenii Polozheniya o gosudarstvennom fizkul'turno-ozdorovitel'nom komplekse Respubliki Belarus' ot 24 iyunya 2008 g. № 17: Postanovleniye Ministerstva sporta i turizma Belarus', 2 iyulya 2014 g., № 16* [On approval of the Regulations on the State Sports and Recreation Complex of the Republic of Belarus and invalidation of the resolution of the Ministry of Sports and Tourism of the Republic of Belarus dated June 24, 2008 No. 17: Resolution of the Ministry of Sports and Tourism of the Republic of Belarus, July 2, 2014, No. 16]. National Legal Internet Portal of the Republic of Belarus. 09.09.2014. 8/29060. (In Russian)
  4. Gosudarstvennaya programma razvitiya fizicheskoy kul'tury i sporta v Belarusi na 2016–2020 gody [State program for the development of physical culture and sports in the Republic of Belarus for 2016 - 2020]. (In Russian). Available at: <https://www.mst.by/ru/razvitie-sporta-ru/>.
  5. Kuznêtsova O.T. *Proyekt modeli metodichnoï sistemi zakrepleniye ozdorovitel'nykh tekhnologiy u protsesiv fizicheskogo vikhovannya studentov* [Designing a model of the methodical system of application of health technologies in the process of physical education of students] *Problemy innovatsiynogo rozvitku poiskov osviti u global'nomu, regional'nomu ta natsion pravil'nogo konteksta* [Problems of innovative development of higher education in global, regional and national contexts]. A. A. Sbruëvoï ta G. YU. Nikolaiï. Sumi: Vid-vo SumDPU imeni A. S. Makarenka, 2017, pp. 350–371. (in Ukrainian)
  6. Kuznêtsova O.T. *Ozdorovchi tekhnologii u fizicheskogo vikhovanni studentov: teoriya, metodika, praktika* [Health technologies in

- physical education of students: theory, methods, practice]. Rівne: Volinskiye oberegi, 2018, 416 p. (in Ukrainian)
7. Kolyada N.V., Kuznetsova O.T. Znacheniyе fizicheskoy kul'tury v sokhranenii i ukreplenii zdorov'ya studencheskoy molodezhi [The importance of physical culture in maintaining and strengthening the health of student youth]. *Aktual'nyye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta v sovremennom obshchestve – 2020* [Actual problems of physical culture and sports in modern society – 2020]. A.I. Bulgakov. Zhitomir: Izd-vo ZHDU im. I. Franko, 2020, pp. 156–160. (In Russian)
  8. *Ob organizatsii obrazovatel'nogo protsessa v uchrezhdeniyakh vyshego obrazovaniya v 2020/2021 uchebnom godu* [On the organization of the educational process in higher education institutions in the 2020/2021 academic year]. (In Russian). Available at: <http://nihe.bsu.by/index.php/ru/norm-doc>.
  9. *Ofitsial'nyy sayt Poleskogo gosudarstvennogo universiteta* [Official site of Polesie State University]. (In Russian). Available at: <https://www.polessu.by/>.
  10. *Tsifrovaya transformatsiya obrazovaniya* [Digital transformation of education]. Minsk, 27 marta 2019 g. / otv. red. A. B. Bel'skiy. Minsk: GIATS Minobrazovaniya, 2019. (In Russian). Available at: [http://dtconf.unibel.by/doc/Conference\\_2019.pdf](http://dtconf.unibel.by/doc/Conference_2019.pdf)
  11. Yaroshins'ka O.O. *Teoretichni i metodichni zasady proyekt osvıtn'ogo seredovishcha profesійnoi pidgotovki maybutnikh uchiteliv pochatkovoї shkoli* [Theoretical and methodical bases of designing the educational environment of professional training of future primary school teachers]. Abstract of Ph. D. thesis. 2015, 544 p. (in Ukrainian)

*Received 14 October 2020*