

Научно-исследовательский журнал «Обзор педагогических исследований»  
<https://opi-journal.ru>

2025, Том 7, № 8 / 2025, Vol. 7, Iss. 8 <https://opi-journal.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.8.7. Методология и технология профессионального образования (педагогические науки)

УДК 378.147: 796.015



## Проектный подход как средство повышения эффективности физической подготовки студентов вуза

<sup>1, 2</sup> **Болотников А.А.,<sup>2</sup> Короткова А.Л.,<sup>3</sup> Боголюбова А.А.,<sup>3</sup> Шавалеев А.Ф.,<sup>3</sup> Хайруллин Р.Р.,**

<sup>1</sup> Казанский государственный архитектурно-строительный университет,

<sup>2</sup> Университет управления «ТИСБИ»,

<sup>3</sup> Казанский национальный исследовательский технологический университет

**Аннотация:** несмотря на многолетние исследования педагогического потенциала проектного подхода в высшей школе, его применение в аспекте физической подготовки студентов все еще является неоправданно редким. В статье рассмотрены предпосылки возникновения и развития проектного подхода, причины его вытеснения из отечественной педагогической практики, а также особенности современной реинтеграции данного метода в обучении студентов. Анализируются проблемы организации проектной деятельности, обусловленные особенностями физического развития человека и спецификой учебно-тренировочного процесса, а также предлагаются пути их решения, опробированные авторами в педагогической практике. Отмечается ведущая роль этапа проектирования и значимость публичной презентации итогов проектов как инструмента формирования устойчивой мотивации студентов к физическому саморазвитию.

**Ключевые слова:** физическая подготовка, проектная деятельность, этапы, организация, студенты вузов

**Для цитирования:** Болотников А.А., Короткова А.Л., Боголюбова А.А., Шавалеев А.Ф., Хайруллин Р.Р. Проектный подход как средство повышения эффективности физической подготовки студентов вуза // Обзор педагогических исследований. 2025. Том 7. № 8. С. 243 – 247.

Поступила в редакцию: 11 августа 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 8 октября 2025 г.; Принята к публикации: 21 ноября 2025 г.

## Project-based approach as a means of improving the effectiveness of physical training of university students

<sup>1, 2</sup> **Bolotnikov A.A.,<sup>2</sup> Korotkova A.L.,<sup>3</sup> Bogolyubova A.A.,<sup>3</sup> Shavaleev A.F.,<sup>3</sup> Khairullin R.R.,**

<sup>1</sup> Kazan State University of Architecture and Engineering,

<sup>2</sup> University of Management "TISBI",

<sup>3</sup> Kazan National Research Technological University

**Abstract:** despite many years of research into the pedagogical potential of the project-based approach in higher education, its application in the field of students' physical training remains unreasonably rare. The article examines the prerequisites for the emergence and development of the project-based approach, the reasons for its displacement from domestic pedagogical practice, as well as the features of its modern reintegration into student education. The problems of organizing project activities that arise from the peculiarities of human physical development and the specifics of the educational and training process are analyzed. The authors propose solutions tested in pedagogical practice. The leading role of the design stage and the importance of the public presentation of project results are emphasized as tools for forming sustainable student motivation for physical self-development.

**Keywords:** physical training, project activity, stages, organization, university students

**For citation:** Bolotnikov A.A., Korotkova A.L., Bogolyubova A.A., Shavaleev A.F., Khairullin R.R. *Project-based approach as a means of improving the effectiveness of physical training of university students. Review of Pedagogical Research. 2025. 7 (8). P. 243 – 247.*

The article was submitted: August 11, 2025; Approved after reviewing: October 8, 2025; Accepted for publication: November 21, 2025.

## Введение

Современная система высшего образования, как в России, так и за рубежом, невозможна без решения комплекса педагогических задач, направленных на обеспечение надлежащего уровня физической подготовки студентов. Физическая культура в вузе способствует оптимизации работы основных физиологических систем организма, укреплению здоровья, гармонизации интеллектуальных и физических нагрузок обучающихся. Поэтому Федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования (ФГОС ВО) устанавливают обязательный минимум объема учебного времени на дисциплину «Физическая культура» – не менее 400 академических часов, что обеспечивает комплексное освоение теоретических и практических аспектов физической активности.

Актуальные образовательные программы по физической культуре позволяют выстраивать системный учебно-тренировочный процесс, охватывающий большую часть студенческого контингента вузов. При этом непрерывное обновление и развитие научно-методических материалов усиливает эффективность реализации данной учебной дисциплины, обеспечивая внедрение инновационных педагогических подходов [2].

Однако, проводимые исследования и данные педагогического мониторинга показывают, что уровень результативности физической подготовки студентов нельзя считать полностью удовлетворительным. Основной проблемой в этой сфере остается недостаточный уровень мотивации студентов к занятиям физической культурой [5]. Традиционная ориентация учебного процесса на «среднего» студента и недостаточный учет индивидуальных особенностей затрудняют процесс вовлечения молодежи в физкультурно-оздоровительную деятельность. В этих условиях применение проектного подхода может стать важным средством активизации учебной деятельности и мотивации студентов к физическому самосовершенствованию.

## Материалы и методы исследований

Методологическим основанием данного исследования выступает проектный подход, сформированный в конце XIX века на основе идей Дж. Дьюи и развитый последующими педагогами – Дж. Андерсоном, Р. Берtrandом, У. Килпатриком,

П. Петерсеном, М. Роджерсом, Л. Снайдером [7]. В отечественной педагогике идея проектного обучения успешно реализовывалась в первые годы развития советской школы (П.П. Блонский, Н.К. Крупская, С.Т. Шацкий и др.), однако позднее была вытеснена по идеологическим причинам [6].

В XXI веке проектная методология вновь активно внедряется в образовательный процесс в высшей школе России, где она органично сочетается с компетентностным подходом. Она направлена на формирование самостоятельности, креативности, управляемых и исследовательских компетенций обучающихся.

Для анализа эффективности применения проектного подхода в физическом воспитании студентов были использованы следующие методы:

- теоретический анализ педагогической литературы по проблеме проектного обучения и физической подготовки студентов;
- обобщение педагогического опыта вузов;
- наблюдение и педагогический контроль за выполнением студентами проектов физкультурно-спортивной направленности;
- анкетирование и опрос студентов и преподавателей.

Исследование проводилось в рамках образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура» с участием студентов различных направлений подготовки.

## Результаты и обсуждения

Особенности внедрения проектного подхода в физической подготовке студентов.

Несмотря на широкое распространение проектных технологий в гуманитарных и профессиональных дисциплинах, в области физической культуры их применение ограничено [4]. Это объясняется спецификой учебно-тренировочного процесса, требующего строгой систематичности, дозированности нагрузок, соблюдения техник безопасности и точности выполнения упражнений. Кроме того, физическое развитие носит долгосрочный характер, и его динамика в полной мере может быть оценена только на протяжении нескольких месяцев или лет, тогда как учебный проект, как правило, завершается в течение семестра.

По этой причине для студенческих проектов по физической культуре требуется корректировка целей и задач: их необходимо формулировать в

пределах реально достижимых результатов. Практика показала, что наилучшие результаты демонстрируют студенты, выполняющие проекты с прикладным и познавательным характером, например, «История олимпийского движения», «Наши чемпионы», «Организация утренней гимнастики в общежитии», «Современные правила баскетбола», «Карате в моей жизни» и т.д. Эти темы формируют первоначальный исследовательский опыт, развивают аналитическое мышление, умение моделировать и наблюдать, усиливают мотивацию к личностному росту.

Таким образом, проектная деятельность в физической культуре должна рассматриваться прежде всего, как средство формирования исследовательских и организаторских компетенций, а не только как форма научного исследования.

Несмотря на широкое распространение проектных технологий в гуманитарных и профессиональных дисциплинах, в области физической культуры их применение ограничено [4]. Это объясняется спецификой учебно-тренировочного процесса, требующего строгой систематичности, дозированности нагрузок, соблюдения техник безопасности и точности выполнения упражнений. Кроме того, физическое развитие носит долгосрочный характер, и его динамика в полной мере может быть оценена только на протяжении нескольких месяцев или лет, тогда как учебный проект, как правило, завершается в течение семестра.

По этой причине для студенческих проектов по физической культуре требуется корректировка целей и задач: их необходимо формулировать в пределах реально достижимых результатов. Практика показала, что наилучшие результаты демонстрируют студенты, выполняющие проекты с прикладным и познавательным характером, например: «История олимпийского движения», «Наши чемпионы», «Организация утренней гимнастики в общежитии», «Современные правила баскетбола», «Карате в моей жизни» и т.д. Эти темы формируют первоначальный исследовательский опыт, развивают аналитическое мышление, умение моделировать и наблюдать, усиливают мотивацию к личностному росту.

Таким образом, проектная деятельность в физической культуре должна рассматриваться прежде всего как средство формирования исследовательских и организаторских компетенций, а не только как форма научного исследования.

#### Организация проектной деятельности.

Одним из ключевых факторов организации проектной деятельности студентов является выбор ее формы. Опыт показал, что наиболее эффективным подходом является групповое выполнение,

позволяющее рационально распределять обязанности между участниками с учетом их личных особенностей [1, 8]. Групповая работа активизирует коммуникативные, лидерские и исполнительские качества студентов, способствует развитию ответственности и командного взаимодействия.

В работе над проектами активно применяются современные коммуникационные технологии, в частности, возможности социальной сети «Вконтакте» как инструмента педагогического сопровождения. Преподаватель, создавая рабочую группу, имеет возможность оперативно отслеживать ход реализации проекта, консультировать студентов, корректировать их действия и обеспечивать обратную связь [9, 11]. Такой формат способствует оперативности взаимодействия и повышает самостоятельность участников.

Выполнение проектов осуществляется, главным образом, во внеаудиторное время. При этом педагог выполняет функции наставника и контролера, поскольку отсутствие систематического контроля нередко снижает качество выполняемых работ и уровень дисциплины. Особое внимание преподаватель должен уделять студентам с повышенной активностью, чья работа может выходить за рамки поставленных в проекте задач. Своевременное педагогическое руководство на данном этапе является необходимым условием успешного завершения проекта.

Презентация результатов и мотивационный аспект.

Заключительный этап проектной деятельности – презентация результатов – играет ключевую роль в формировании положительной мотивации студентов к дальнейшим занятиям физической культурой. Проведение публичных мероприятий (научных конференций, форумов, конкурсов, спортивных фестивалей) обеспечивает признание усилий студентов и придает процессу общественную значимость. Участие администрации, преподавателей и известных спортсменов повышает статус событий и формирует у студентов ощущение личной успешности.

Для поддержания интереса аудитории целесообразно чередовать теоретические доклады с практическими демонстрациями студентов, участвующих в проектах. Показательные выступления, демонстрация техники, спортивных навыков и личных достижений оказывают сильнейший мотивирующий эффект [3]. Практика показывает, что именно этап презентации является наиболее значимым элементом формирования эмоционально-положительного отношения студентов к физической культуре и спорту [10].

Ретроспективные опросы выпускников под-

тврждают, что участие в проектной деятельности по физической культуре сыграло важную роль в их личном развитии, укрепило интерес к физической активности и сформировало устойчивые установки на ведение здорового образа жизни.

### Выводы

В результате анализа педагогического потенциала проектного подхода в системе физической подготовки студентов вуза можно сделать следующие обобщения:

1. Проектный подход доказал свою эффективность как методологическая основа образовательного процесса, но в физической подготовке студентов вузов пока не получил широкого распространения, что связано с особенностями контроля и длительностью физического развития человека.

2. Реализация проектов в сфере физической культуры требует продуманного планирования, распределения ролей и постоянного педагогиче-

ского сопровождения, с применением современных цифровых технологий для координации участников.

3. Групповые формы проектирования способствуют максимальному проявлению индивидуальных качеств студентов и формированию умений взаимодействовать в команде.

4. Публичная презентация проектов с элементами зрелищности является мощным мотивирующим фактором и способствует формированию положительного эмоционального отношения к физической активности.

5. Педагогический потенциал проектной деятельности заключается в создании устойчивого интереса студентов к физическому развитию, что повышает результативность их физической подготовки и укрепляет ценностные ориентиры в области здорового образа жизни.

### Список источников

1. Абрамова Е.А. Применение проектного подхода при реализации образовательного курса в вузе // Современные научно-исследовательские технологии. Региональное приложение. 2022. № 2 (70). С. 39 – 46.
2. Барышников М.А. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов // Актуальные исследования. 2024. № 48.2 (230). С. 96 – 98.
3. Котельников С.А. Особенности физической подготовки обучающихся высших учебных заведений // Проблемы современного педагогического образования. 2022. № 75 (2). С. 189 – 192.
4. Кузнецова С.В., Михайловский Р.А. Проектный подход к профессиональной подготовке студентов спортивного вуза // Непрерывное образование: XXI век. 2024. № 4 (48). С. 46 – 58.
5. Макунина О.А., Ботагарiev Т.А., Быков Е.В. Показатели соматического здоровья студентов, занимающихся общей физической подготовкой // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2023. № 1. С. 94 – 100.
6. Махмутов М.М. Проектный подход в профессиональном образовании студентов вуза // Академический вестник образования и науки. 2022. № 1. С. 77 – 80.
7. Михайлова Т.А. Проектная деятельность студентов вуза как фактор повышения качества образования в сфере физической культуры и спорта // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. 2020. № 4 (157). С. 115 – 128.
8. Мяткова С.Н., Каменская П.И. Спортивно-патриотический проект «Зарница: легенды будущего» общероссийского общественно-государственного движения детей и молодёжи «Движение первых» // Культура физическая и здоровье. 2024. № 2 (90). С. 126 – 130.
9. Селюкин Д.Б. Мотивация студентов 4-5 курсов нефизкультурного вуза к ведению активного образа жизни средствами интернет-проекта «Мой спорт» // Физическая культура студентов. 2023. № 72. С. 317 – 321.
10. Усманова Е.А. Целевое педагогическое проектирование процесса формирования физической культуры студентов вуза // Проблемы современного педагогического образования. 2021. № 71 (3). С. 238 – 241.
11. Федулова С.В., Курило Ю.А. Опыт формирования информационно-коммуникационных компетенций студентов вузов с применением проектной деятельности // Педагогическое образование в России. 2024. № 4. С. 255 – 262.

### References

1. Abramova E.A. Application of the project-based approach in the implementation of an educational course at the university. Modern science-intensive technologies. Regional supplement. 2022. No. 2 (70). P. 39 – 46.
2. Baryshnikov M.A. Physical education in general cultural and professional training of students. Current research. 2024. No. 48.2 (230). P. 96 – 98.

3. Kotelnikov S.A. Features of physical training of students of higher educational institutions. Problems of modern pedagogical education. 2022. No. 75 (2) P. 189 – 192.
4. Kuznetsova S.V., Mikhailovsky R.A. Project-based approach to the professional training of students of a sports university. Continuous education: XXI century. 2024. No. 4 (48). P. 46 – 58.
5. Makunina O.A., Botagariyev T.A., Bykov E.V. Somatic health indicators of students engaged in general physical training. Physical Education. Sport. Tourism. Motor recreation. 2023. No. 1. P. 94 – 100.
6. Makhmutov M.M. Project-based approach in professional education of university students. Academic Bulletin of Education and Science. 2022. No. 1. P. 77 – 80.
7. Mikhailova T.A. Project activities of university students as a factor in improving the quality of education in the field of physical education and sports. Bulletin of the South Ural State Humanitarian and Pedagogical University. 2020. No. 4 (157). P. 115 – 128.
8. Myagkova S.N., Kamenskaya P.I. Sports and patriotic project "Zarnitsa: Legends of the Future" of the All-Russian public and state movement of children and youth "Movement of the First". Physical Culture and Health. 2024. No. 2 (90). P. 126 – 130.
9. Selyukin D.B. Motivation of 4th-5th-year students of a non-physical education university to lead an active lifestyle by means of the Internet project "My Sport". Physical Education of Students. 2023. No. 72. P. 317 – 321.
10. Usmanova E.A. Targeted pedagogical design of the process of forming physical culture of university students. Problems of modern pedagogical education. 2021. No. 71 (3). P. 238 – 241.
11. Fedulova S.V., Kurilo Yu.A. Experience of developing information and communication competencies of university students using project activities. Pedagogical education in Russia. 2024. No. 4. P. 255 – 262.

### Информация об авторах

Болотников А.А., кандидат педагогических наук, доцент, Казанский государственный архитектурно-строительный университет; Университет управления «ТИСБИ», [tank.rt@mail.ru](mailto:tank.rt@mail.ru)

Короткова А.Л., кандидат педагогических наук, доцент, заведующая кафедрой педагогики и психологии, Университет управления «ТИСБИ»

Боголюбова А.А., ассистент кафедры физического воспитания и спорта, Казанский национальный исследовательский технологический университет

Шавалеев А.Ф., старший преподаватель, Казанский национальный исследовательский технологический университет

Хайруллин Р.Р., кандидат педагогических наук, доцент, Казанский национальный исследовательский технологический университет

© Болотников А.А., Короткова А.Л., Боголюбова А.А., Шавалеев А.Ф., Хайруллин Р.Р., 2025