

## **НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Е. Л. Слеменова, Р. Н. Челядинский**  
(БГУИЯ, Минск, Беларусь)

В статье научно обосновывается дифференциация физического воспитания в вузах. Подход учитывает индивидуальные характеристики студентов (здоровье, подготовленность, интересы), способствуя росту мотивации, эффективности занятий, укреплению здоровья и развитию профессиональных компетенций.

*Ключевые слова:* физическое воспитание, высшее образование, дифференциация, индивидуализация, студенты, физическая подготовленность, здоровьесбережение, мотивация, личностно-ориентированный подход, методическое обоснование.

Современное физическое воспитание студентов характеризуется многозадачностью и разнонаправленностью. Преподаватели учебной дисциплины «Физическая культура» сталкиваются с интересными и творческими задачами по формированию не только физической культуры личности молодых людей, но и по становлению культуры движений, культуры атлетичного телосложения, культуры непрерывного совершенствования физических качеств и производных от них двигательных способностей. Полное комплексное решение подобных задач всегда требует от преподавателей применения научно обоснованных педагогических подходов, приемов и действий, но неизбежно осложнено высокой неоднородностью студентов в сформированных уже ранее сферах мотивационного и интеллектуального развития, личностных волевых качеств, физического состояния.

Поиск и актуализация научных концепций и направлений, педагогических систем и подходов для совершенствования физического воспитания студентов с чертами многообразия физических и психических состояний в динамике обучения в учреждении высшего образования является важным и перспективным проектом на пути формирования личных и социальных компетенций, связанных со здоровьем, спортом и физической культурой [1, с. 25].

Актуальность настоящей темы также обусловлена необходимостью применения дифференцированных форм организации и методики обучения студентов. При этом требуется разрабатывать подходы и технологии, обладающие высоким психолого-педагогическим потенциалом и предоставляющие оптимальные условия для развития студентов с предвзятельно установленным различным уровнем физической культуры.

В Республике Беларусь физическое воспитание обучающихся является приоритетным направлением в системе высшего образования и обязательно для всех студентов дневной формы первой ступени на протяжении всего срока обучения [4]. Студенческий спорт направлен на всестороннее физическое развитие и подготовку студентов к участию в различных физкультурно-оздоровительных, массовых и соревновательных событиях [4]. Кроме того, он способствует личностному росту, раскрытию физического потенциала и достижению эмоционального равновесия в социокультурной среде [2, с. 71].

Ключевая роль дифференциации физического воспитания заключается в содействии всестороннему развитию студентов, их спортивным

успехам и приобретению компетенций, критически важных для профессиональной деятельности и карьерного роста. Игнорировать индивидуальный характер образовательного процесса и организовывать обучение по принципу единообразия было бы ошибочно [3, с. 9]. Для справедливого взаимодействия с гетерогенными группами обучающихся принципы дифференциации и индивидуализации абсолютно необходимы, что позволяет рассматривать дифференциацию как дидактическую потребность или «фундаментальный принцип обучения» [5, с. 363].

Ниже приведены некоторые из многочисленных трактовок понятия «дифференциация».

Дифференциация предполагает разделение учащихся на группы различного размера по одному или нескольким критериям, с целью более эффективного достижения задач обучения и воспитания [5, с. 365].

«Дифференцированный подход рассматривается как педагогический подход, учитывающий особенности отдельных групп студентов, при котором осуществляется поступательный процесс усвоения материала, приводящий к качественным и количественным изменениям уровня знаний, выработки умений и навыков, развития познавательной сферы в целом» [2, с. 75].

«Под дифференциацией понимается, с одной стороны, варьирование подходов к подаче и усвоению учебного материала, а с другой — распределение учащихся по группам в соответствии с определенными критериями» [3, с. 211].

«Понятие дифференциации охватывает все организационные и методические усилия, направленные на то, чтобы учесть индивидуальные способности, наклонности и интересы отдельных учащихся или групп учащихся в рамках учреждения образования или группы» [5, с. 365].

Таким образом, из рассмотренных определений видно, что дифференциация представляет собой системный подход, направленный на учет индивидуальных особенностей студентов – их способностей, интересов, уровня подготовки и потребностей. Она объединяет организационные и методические меры, обеспечивая эффективное достижение образовательных целей. При этом дифференциация выступает конкретным воплощением принципа индивидуализации в дидактике, методах и организации учебного процесса, способствуя гармоничному развитию учащихся и повышению качества обучения.

Согласно Закону Республики Беларусь «О физической культуре и

спорте» обучающиеся распределяются в основную, подготовительную, специальную медицинскую группы и группу лечебной физической культуры на основании ежегодного медицинского обследования, т. е. дифференциация по состоянию здоровья. Благодаря данному типу дифференциации можно контролировать и определять уровень и тип физической нагрузки для студентов с определенными типами заболеваний и степенью утраты здоровья. Тем самым все студенты вовлечены в процесс физического воспитания и имеют возможность приобрести либо усовершенствовать свои физические показатели и навыки.

Возможность выбора студентами белорусских вузов конкретного вида спорта для занятий физической культурой является важным преимуществом. Данный механизм отражает дифференцированный подход, базирующийся на интересах, мотивации, спортивном опыте и результатах обучающихся. При этом существуют ограничения, связанные с количеством мест в группах или состоянием здоровья. Даже в уже сформированных группах применяется дополнительная дифференциация, учитывающая уровень физической подготовки, посредством регулирования нагрузки – например, изменения числа подходов, повторений, веса отягощений или времени, выделенного на беговые упражнения.

Многолетний опыт преподавания убедительно демонстрирует, что применение дифференцированного подхода в физическом воспитании приносит значительные преимущества. Он повышает вовлеченность студентов, поскольку соответствие упражнений, нагрузки и методов обучения их индивидуальным возможностям и интересам способствует активному участию в учебном процессе и формированию ответственности за собственное физическое развитие. Параллельно этому, дифференциация позволяет снижать риск травматизма за счет целенаправленной корректировки нагрузки с учетом физической подготовленности, состояния здоровья и индивидуальных особенностей каждого обучающегося.

Кроме того, такой подход обеспечивает достижение реальных спортивных результатов, поскольку подбор адекватного уровня нагрузки и упражнений позволяет каждому студенту прогрессировать в собственном темпе, улучшать физические показатели и получать удовлетворение от достигнутых успехов. Дифференциация также эффективно развивает самостоятельность и навыки самоконтроля, формируя умение студентов контролировать свое физическое состояние и оценивать прогресс,

что имеет ключевое значение для их профессионального и личностного развития.

Благодаря индивидуализированному подходу, занятия физической культурой становятся более мотивирующими и привлекательными, способствуя формированию устойчивых привычек здорового образа жизни и сохранению активности и заботы о здоровье в долгосрочной перспективе. Помимо этого, дифференциация создает условия для социальной интеграции и сотрудничества, позволяя студентам с разными возможностями эффективно взаимодействовать в группе, поддерживать друг друга и работать в команде, сохраняя при этом личный темп освоения упражнений. В итоге это оптимизирует образовательный процесс, обеспечивая рациональное распределение времени, ресурсов и усилий преподавателя для эффективной работы как со студентами с высоким уровнем подготовки, так и с теми, кто требует дополнительной поддержки.

Таким образом, успешность реализации педагогических мер и действий для развития двигательных способностей студентов в рамках дифференцированного подхода зависит от логики построения учебного процесса в соответствии с индивидуальными особенностями и начальным уровнем развития двигательных способностей. Результативность педагогических действий всецело обусловлена своевременностью диагностического выявления и учета специфических для конкретного процесса методических противоречий. На протяжении всего учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» требуется осуществление направленных дифференцированных педагогических воздействий с преодолением и разрешением неблагоприятных факторов неоднородности студентов по состоянию здоровья, уровню двигательных навыков и способностей, интереса и мотивации к формированию физической культуры личности.

### Список литературы

1. Бальсевич, В. К. Интеллектуальный вектор физической культуры / В. К. Бальсевич : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Москва, 1988. – 40 с.
2. Грязева, Е. Д. Дифференцированный подход к физическому воспитанию студентов в зависимости от особенностей их индивидуального телосложения / Е. Д. Грязева // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2011. – Вып. 3. – С. 72–79.
3. Ильинич, В. И. Физическая культура студента : учебник / В. И. Ильинич. – Москва : Гардарики, 2000. – 448 с.
4. О физической культуре и спорте : Закон Республики Беларусь от 4 янв. 2014 г.

№ 125–3. URL: <https://pravo.by/document/?guid=3871&p0=H11400125> (дата обращения: 26.10.2025).

5. Тимофеева, С. Н. Индивидуально–дифференцированный подход на занятиях по физическому воспитанию в вузе / С. Н. Тимофеева // Вестник КГУ им. Н. А. Некрасова. – 2009. – № 2. – С. 362–366.