

Научная статья

УДК 372.893

DOI: <https://doi.org/10.63973/2949-1258/2025-3/151-158>

EDN: <https://elibrary.ru/SROIQE>

## **Об эффективности включения практических занятий в учебный процесс в рамках изучения истории физической культуры и спорта**

**Сидоренко Александр Сергеевич**

Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения

Санкт-Петербург. Россия

***Аннотация.** В рамках общей стратегии патриотического воспитания подрастающего поколения одним из важных вопросов является более глубокое овладение молодыми людьми знаниями истории, особенно истории отечественной, что позволит им осознанно интерпретировать происходящие сегодня события, понимать вес страны в мире и ее вклад в развитие современной цивилизации. Включение практических занятий на спортивных объектах будет способствовать повышению интереса молодых людей к изучению истории спорта и их знаний. Цели работы: оценка знаний студентов 1-го курса по основным разделам истории физической культуры и спорта средствами контрольного тестирования; оценка эффективности включения практических занятий в учебный процесс студентов 1-го курса в рамках учебной дисциплины «Физическая культура». В работе использовались эмпирические методы исследования: педагогический эксперимент и опросы студентов, теоретические методы исследования: анализ и сравнение данных и методы математической статистики. Согласно результатам итогового тестирования по окончании теоретического курса учебной дисциплины «Физическая культура», студенты экспериментальной группы, для которых проводились практические занятия вместо теоретических, дали на 5,2 % больше правильных ответов, чем студенты контрольной группы; наиболее существенные различия между группами отмечены в разделах «Древность и античность» (14,8 %) и «Древняя Русь» (6 %). По данным опроса около 87,2 % обучаемых положительно оценили практику включения практических занятий в теоретический курс дисциплины «Физическая культура». Новизна и практическая значимость работы – возможность практического погружения студентов в культуру разных народов мира и оценка сферы их спортивных интересов.*

***Ключевые слова:** студенты, история спорта, практические занятия.*

***Для цитирования:** Сидоренко А.С. Об эффективности включения практических занятий в учебный процесс в рамках изучения истории физической культуры и спорта // Территория новых возможностей. Вестник Владивостокского государственного университета. 2025. Т. 17, № 3. С. 151–158. DOI: <https://doi.org/10.63973/2949-1258/2025-3/151-158>. EDN: <https://elibrary.ru/SROIQE>*

Original article

## **On the effectiveness of the inclusion of practical exercises in the educational process as part of the studying of the history of physical culture and sport**

**Alexander S. Sidorenko**

Saint Petersburg State University of Aerospace Instrumentation

Saint Petersburg. Russia

---

© Сидоренко А.С., 2025

**Abstract.** Within the general strategy of patriotic education of the younger generation, one of the important issues is the acquisition by young people of basic knowledge of history, especially national history, which will allow them to more consciously interpret the events taking place today and understand the weight of the country in the world and its contribution to the development of modern civilization. The inclusion of practical trainings at sports facilities will contribute to increasing the interest of young people in studying the history of sports and their knowledge. Objectives of the work: assessment of the depth of knowledge of 1st year students in the main sections of the history of physical education and sports by means of control testing; assessment of the effectiveness of including practical trainings in the educational process of 1st year students within the framework of the academic discipline "Physical Education" from the point of view of improving the knowledge of students. The work used empirical research methods: a pedagogical experiment and student surveys, theoretical research methods: data analysis and comparison and methods of mathematical statistics. According to the results of the final testing at the end of the theoretical course of the discipline "Physical Education", students of the experimental group, for whom practical classes were held instead of theoretical ones, gave 5,2% more correct answers than students of the control group, the most significant differences between the groups were noted in the sections "Antiquity and Antiquity" (14,8%) and "Ancient Rus" (6%). According to the survey data, about 87,2% of students positively assessed the practice of including practical classes in the theoretical course of the discipline "Physical Education". The novelty and practical significance of the work is the opportunity for students to practically immerse themselves in the culture of different peoples of the world and assess the scope of their sports interests.

**Keywords:** students, history of sports, practical trainings.

**For citation:** Sidorenko A.S. On the effectiveness of the inclusion of practical exercises in the educational process as part of the studying of the history of physical culture and sport // *The Territory of New Opportunities. The Herald of Vladivostok State University*. 2025. Vol. 17, № 3. P. 151–158. DOI: <https://doi.org/10.63973/2949-1258/2025-3/151-158>. EDN: <https://elibrary.ru/SROIQE>

## Введение

В последнее время особенно остро встает вопрос патриотического воспитания подрастающего поколения, без основ которого сложно представить себе позитивное развитие страны в обозримом будущем и ее достойное место в мире. Очевидно, что вопросы патриотизма тесно взаимосвязаны со знанием и пониманием истории своего региона, города, страны, ее славных и трагических моментов, личностей, во многом определивших ее развитие и внесших свой посильный вклад в ее существование и процветание. Человек, хорошо представляющий себе основные исторические этапы развития государства и общества в различных сферах деятельности, причины тех или иных произошедших событий и сопутствующие им факторы, сможет лучше понять их связь с современностью, правильно расставить акценты в анализе происходящего в настоящее время и более взвешенно и уверенно отстаивать свою линию поведения.

Вышесказанное касается и вопросов истории физической культуры и спорта, основного и обязательного раздела теоретического курса учебной дисциплины «Физическая культура» в рамках рабочей программы.

Патриотизм наиболее ярко проявляется в спорте, как ни в какой другой сфере общественной жизни. Страна знает своих спортивных героев, гордится ими и переживает за них во время спортивных соревнований. Телетрансляции спортивных событий собирают у экранов миллионы болельщиков, а зрители, находящиеся на стадионе, в едином порыве поют гимн своей страны. Поэтому в рамках патриотического воспитания молодежи тема спортивных достижений

должна стать крайне важной и необходимой. А для этого необходимо уделять самое пристальное внимание вопросам исторической ретроспективы развития отечественного физкультурного и спортивного движения, его роли и положения в мире.

К сожалению, в период всеобщей цифровизации и упрощения доступа к получению информации вопросы знания и интерпретации истории, как и большинства других гуманитарных дисциплин, представляют одно из слабых мест образования современных молодых людей, целью большинства из которых является приобретение умений и навыков, имеющих для них практическое прикладное значение с целью дальнейшего трудоустройства и получения материальных предпочтений. Данная проблема касается не только России, но и большинства стран мира. Опросы студентов вузов показывают, что многие из них путаются даже в значимых датах, фактах и персоналиях, не говоря уже о более частных событиях. И эту проблему необходимо решать.

Тема практического изучения истории проявляется, в первую очередь, в непосредственном посещении обучаемыми объектов исторического и культурного наследия, музеев, мест боевой славы, уникальных памятников природы, в беседе с непосредственными участниками тех или иных исторических событий, просмотре архивной кинохроники и тематических фильмов. При этом, согласно наблюдениям автора, чем глубже та или иная историческая тема опускается от общего обзора события до личности отдельного героя, тем больше она захватывает молодых людей. Важной составляющей активного приобщения к истории в последнее время являются реконструкции различных военных и культурных событий прошлого, где сами обучаемые выступают в качестве непосредственных участников. В данном случае в процесс освоения учебного материала включается образная и произвольная память. Тема эффективности исторических реконструкций в вопросах лучшего понимания истории активно поднимается в трудах многих отечественных и зарубежных специалистов [1–5].

Историческая память рассматривается как мощный регулятор общественного сознания, а историческую реконструкцию можно трактовать как совокупность социальных практик, направленных на воссоздание материальной и духовной культуры прошлого определенного региона, сообщества или профессиональной группы в целях сохранения и воспроизводства коллективной идентичности [6].

Механизм реконструкции является важным элементом при изучении истории спорта, когда обучаемые могут практически попробовать свои силы в различных спортивных дисциплинах народов своей страны и мира. Практика проведения фестивалей национальных культур в ГУАП в 2023 и 2024 гг. показывает, что такой вид двигательной активности вызывает у студентов значительный интерес, чем способствует приобщению к культуре и традициям разных стран и народов и пониманию исторических закономерностей развития мирового спорта [7, 8].

*Гипотеза исследования:* включение в теоретический курс дисциплины «Физическая культура» для студентов 1-го курса вуза блока практических занятий на спортивных объектах с элементами видов спорта и игр разных исторических

периодов и разных регионов мира будет способствовать повышению интереса молодых людей к теме истории физической культуры и спорта.

*Цели исследования:* оценка уровня знаний студентов 1-го курса вуза по основным разделам истории физической культуры и спорта; оценка эффективности включения практических занятий в учебный процесс студентов 1-го курса в рамках лекционного курса учебной дисциплины «Физическая культура» в целях повышения уровня их знаний.

*Методология исследования.* Методика работы автора состояла из двух этапов. На первом этапе оценивался уровень первоначальных знаний обучающихся по истории мирового и отечественного спорта. С помощью системы контрольного тестирования LMS Moodle студенты отвечали на вопросы по 6 разделам знаний:

1. История развития физических упражнений в Древнем и Античном мире.
2. Зарождение видов спорта и возрождение идеи олимпизма в XIX – начале XX в.
3. Состояние современного спорта в мире в XX–XXI вв.
4. История физических упражнений на территории России до конца XIX в.
5. Зарождение видов спорта в Российской Империи в конце XIX – начале XX в.
6. Физическая культура и спорт в СССР и современной России.

Вопросы затрагивали базовые основные факты из каждого вышеобозначенного раздела, которые должны быть известны занимающимся из общего курса истории, школьной программы по физической культуре, средств массовой информации. По каждому разделу студенты отвечали на 15 вопросов. Всего в базе LMS Moodle находилось 708 вопросов открытого («короткий ответ») и закрытого («множественный выбор», «на соответствие») типов. В опросе было задействовано 142 студента 7 учебных групп 1-го курса факультета Института фундаментальной подготовки и технологических инноваций ГУАП.

На втором этапе в учебный процесс экспериментальной группы (55 студентов) в рамках теоретического курса дисциплины «Физической культуры» было включено 4 практических занятия в спортивном зале, в процессе проведения которых студенты имели возможность принять непосредственное участие в спортивных дисциплинах и играх народов России и мира разных времен, доступных для проведения с учетом площади, спортивного инвентаря и безопасности для занимающихся [9–12].

### **Основная часть**

В контрольной группе (87 студентов) проводились занятия по данным темам в аудитории в виде семинаров. Практические занятия экспериментальной группы включали в себя 4 раздела: виды спорта древности, игры и физические упражнения русского народа, национальные виды спорта народов России, национальные виды спорта народов на постсоветском пространстве, национальные виды спорта народов мира (табл. 1).

Таблица 1

**План практических занятий по дисциплине «Физическая культура»**

Тема	Спортивные дисциплины
Древность	Прыжки в длину с хальтересами, силамба, цигун, чуйван, кемари, тланчли
Центральная Россия	Городки, лапта, чиж, чур, кила, фловотен
Регионы России	Куобах, кылыы, ыстанга, тевек, камчы согыш, тынзын на хорей
Современный мир	Метание рунгу, сепактакрау, хуптакрау, рокке, файвз, тоуху

В конце курса для студентов обеих групп было проведено повторное контрольное тестирование знаний, а для студентов экспериментальной группы также опрос относительно их эффективности.

В таблице 2 представлены результаты входного и итогового тестирования знаний студентов по отдельным разделам курса.

Таблица 2

**Результаты тестирования студентов**

Тема	Древность	XIX–XX вв.	Современность	Древняя Русь	Российская Империя	СССР и РФ
Входное тестирование						
Экспериментальная группа, %	8,4	9,5	40,6	6,7	5,5	48,7
Контрольная группа, %	14,3	5,3	42	11,3	6,7	32,1
Итоговое тестирование						
Экспериментальная группа, %	83,3	74,3	78,6	75,3	80,1	82,0
Контрольная группа, %	68,5	66,7	81,6	69,3	76,7	79,3

Первоначальное тестирование знаний показало, что наиболее слабоизученными разделами истории спорта перед началом курса занятий в вузе, к сожалению, оказались вопросы, связанные с зарождением спорта в Российской Империи на стыке XIX–XX вв. (6,1 %) и историей физических упражнений на Руси (9 %). Касательно современного состояния физической культуры и спорта в России (40,4 %) и в мире (41,3 %) студенты оказались гораздо больше информированы. В среднем входные знания предмета у студентов экспериментальной группы оцениваются на 20 %, у студентов контрольной группы на 18,6 %. Таким образом, опрошиваемые смогли дать правильный ответ примерно на каждый пятый вопрос без существенной разницы между группами.

Итоговое тестирование показало высокий средний процент освоения материала студентами обеих групп: 78,9% у экспериментальной группы и 73,7% у контрольной группы. Таким образом, студенты экспериментальной группы показали итоговый результат на 5,2% выше, чем студенты контрольной группы, однако, по мнению автора, данные различия несущественны и не отражают разницу в знаниях. Более значимым является большая разница в результатах тестирования в пользу студентов экспериментальной группы в разделах «Древность и античность» (14,8%) и «Древняя Русь» (6%), по материалам которых проводились практические занятия, что свидетельствует об эффективности данных занятий.

Результаты опроса занимающихся экспериментальной группы показали, что 48 из 55 студентов (87,2%) положительно оценили практику включения практических занятий, связанных с историей спорта, в теоретический курс учебной дисциплины «Физическая культура» и посчитали данные занятия полезными и необходимыми.

### **Заключение**

На основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1. Визуальное наблюдение за процессом обучения студентов показывает, что практический опыт участия в различных упражнениях и играх значительно повышает интерес занимающихся к вопросам истории спорта в разные периоды его существования, позволяет понять культурные особенности жителей разных регионов нашей страны и мира, в чем и состоит важная образовательная и воспитательная функция обучения.

2. Итоговый контроль по окончании теоретического курса дисциплины «Физическая культура» указывает на улучшение результатов итоговых знаний студентов по тем разделам программы, по которым проводились практические занятия вместо теоретических.

3. Практические занятия с включением новых, ранее неизвестных спортивных дисциплин значительно улучшают эмоциональную составляющую занятий по физической культуре. 87,2% занимающихся позитивно оценивают опыт проведения практических занятий по истории физических упражнений разных народов и времен.

Исходя из положительного опыта автора, следует рекомендовать данную форму проведения практических учебных занятий по изучению вопросов, связанных с историей физической культуры и спорта, для применения и в других высших и средних специальных образовательных учреждениях.

### **Список источников**

1. Богданов С.В., Волошинов А.В. Инженерия духа: движение военно-исторической реконструкции и формирование ценностей современного общества // Обсерватория культуры. 2014. № 6. С. 30–35.
2. Божок Н.С. Метод «Living History» («живая история») как инновационный фольклорно-этнографический компонент исторической реконструкции в контексте молодежной политики // Инновационная деятельность. 2013. № 2 (25). С. 162–169.

3. Воденко К.В. Историческая память в социально-гуманитарном дискурсе: многообразие мнений и подходов // Вестник ЮРГТУ (НПИ). Серия: Социально-экономические науки. 2020. № 4. С. 5–13.
4. Кадер А.М. Самореализация молодежи в клубах исторической реконструкции // Социальная активность молодежи как необходимое условие развития общества: матер. междунар. науч.-практ. конф. 2019. С. 161–166.
5. Zhang X. Study on the Visual Reconstruction Path of Historical and Cultural Communication in the Information Age // Applied Mathematics and Nonlinear Sciences. 2024. № 9 (1). С. 1–18.
6. Наумов Д.И. Военно-историческая реконструкция как инструмент формирования исторической памяти учащейся и студенческой молодежи: философский аспект // Вестник Полоцкого гос. ун-та. Серия Е: Педагогические науки. 2022. № 7. С. 85–91.
7. Сидоренко А.С. Спортивная составляющая фестивалей национальных культур // Философия и гуманитарные науки в информационном обществе. 2023. № 3 (40). С. 83–90.
8. Сидоренко А.С. Национальные виды спорта в рамках «Фестивалей национальных культур ГУАП 2024» // Философия и гуманитарные науки в информационном обществе. 2024. № 3 (43). С. 75–84.
9. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: учеб. пособие для студентов высших пед. учебных заведений. Москва: Изд. центр «Академия», 2001. 312 с.
10. Дюперрон Г.А. Библиография спорта и физического развития; систематическая роспись всех книг, брошюр, журналов, вышедших в России по 1913 год включительно. Санкт-Петербург, 1915. 263 с.
11. Суник А.Б. Российский спорт и олимпийское движение на рубеже XIX–XX веков. Москва: Советский спорт, 2004. 763 с.
12. Murray G.P., Booth D., Carly Adams C. Routledge Handbook of Sport History. London: Routledge, 2021. 430 p.

#### References

1. Bogdanov S.V., Voloshinov A.V. Engineering of the Spirit: the Movement of Military-Historical Reconstruction and the Formation of Values of Modern Society. *Observatory of Culture*. 2014; (6): 30–35.
2. Bozhok N.S. The “Living History” Method as an Innovative Folklore-Ethnographic Component of Historical Reconstruction in the Context of Youth Policy. *Innovative Activity*. 2013; 2 (25): 162–169.
3. Vodenko K.V. Historical Memory in the Social and Humanitarian Discourse: Diversity of Opinions and Approaches. *Bulletin of the South Russian State Technical University (NPI). Series Social and Economic Sciences*. 2020; (4): 5–13.
4. Kader A.M. Self-realization of young people in historical reconstruction clubs. *Social activity of young people as a necessary condition for the development of society. Proceedings of the international scientific and practical conference*. 2019: 161–166.
5. Zhang X. Study on the Visual Reconstruction Path of Historical and Cultural Communication in the Information Age. *Applied Mathematics and Nonlinear Sciences*. 2024; 9 (1): 1–18.
6. Naumov D.I. Military-historical reconstruction as a tool for forming the historical memory of schoolchildren and students: a philosophical aspect. *Bulletin of Polotsk State University. Series E: Pedagogical sciences*. 2022; (7): 85–91.
7. Sidorenko A.S. Sports component of the festival of national cultures. *Philosophy and Humanities in the Information Society*. 2023; 3 (40): 83–90.

8. Sidorenko A.S. National sports within the framework of the "Festival of National Cultures of SUAI 2024". *Philosophy and Humanities in the Information Society*. 2024; 3 (43): 75–84.
9. Goloshchapov B.R. History of physical education and sports: textbook. manual for students of higher pedagogical educational institutions. Moscow: Publishing center "Academy"; 2001. 312 p.
10. Duperron G.A. Bibliography of sports and physical development; a systematic list of all books, brochures, magazines published in Russia up to and including 1913. St. Petersburg; 1915. 263 p.
11. Sunik A.B. Russian sport and the Olympic movement at the turn of the XIX–XX centuries. Moscow: Sovetsky Sport; 2004. 763 p.
12. Murray G.P., Booth D., Carly Adams C. Routledge Handbook of Sport History. London: Routledge; 2021. 430 p.

**Информация об авторе:**

**Сидоренко Александр Сергеевич**, канд. пед. наук, доцент, доцент каф. физической культуры и спорта, Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения, г. Санкт-Петербург, thesis@internet.ru

DOI: <https://doi.org/10.63973/2949-1258/2025-3/151-158>

EDN: <https://elibrary.ru/SROIQE>

Дата поступления:  
07.05.2025

Одобрена после рецензирования:  
23.06.2025

Принята к публикации:  
08.07.2025