

Груздева В.С.,

студент,

3 курс, факультет «Кибербезопасность и управление»

Поволжский государственный университет телекоммуникаций и

информатики

Россия, г. Самара

Шестова А.А.,

студент,

3 курс, факультет «Кибербезопасность и управление»

Поволжский государственный университет телекоммуникаций и

информатики

Россия, г. Самара

Научный руководитель: Кудинова Ю.В.,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры «Физвоспитание»

Поволжский государственный университет телекоммуникаций и

информатики

Россия, г. Самара

ГЕЙМИФИКАЦИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ: МОТИВАЦИЯ ЧЕРЕЗ ИГРОВЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ

Аннотация: В статье рассматриваются возможности применения геймификации в процессе физического воспитания для повышения мотивации студентов к занятиям. Анализируется влияние игровых элементов на вовлеченность, активность и достижение поставленных целей. Предлагаются подходы к интеграции геймификации в учебные программы.

Ключевые слова: геймификация, физическое воспитание, мотивация, игровые элементы, вовлеченность, здоровье.

***Abstract:** The article discusses the possibilities of using gamification in the process of physical education to increase students' motivation for classes. The influence of game elements on engagement, activity and achievement of goals is analyzed. Approaches to the integration of gamification into educational programs are proposed.*

***Keywords:** gamification, physical education, motivation, game elements, engagement, health.*

В современных условиях, характеризующихся высокой информатизацией и стремительным развитием технологий, традиционные подходы к физическому воспитанию зачастую сталкиваются с проблемой снижения мотивации у обучающихся, особенно в высших учебных заведениях. Студенты, погруженные в цифровой мир, могут воспринимать обязательные занятия физической культурой как рутинную нагрузку, игнорируя их значимость для здоровья и общего развития. В ответ на этот вызов активно развиваются новые педагогические технологии, одной из которых является геймификация. [1]

Цель данной работы состоит в исследовании и обосновании эффективности применения геймификации как инструмента повышения мотивации студентов к занятиям физическим воспитанием. В результате исследования решались следующие задачи:

1. Проанализированы основные игровые элементы, применяемые в геймификации, и их потенциал для интеграции в процесс физического воспитания.
2. Выявлены механизмы воздействия геймификации на внутреннюю и внешнюю мотивацию студентов в контексте физической активности.
3. Определены потенциальные проблемы и вызовы при внедрении геймификации в физическое воспитание, а также предложены пути их решения.

4. Обоснованы значимость геймификации как современного подхода к повышению вовлеченности и эффективности занятий физическим воспитанием.

Геймификация (игрофикация) – это использование игровых элементов в неигровой действительности для достижения реальных целей. [2] Применительно к физическому воспитанию, геймификация открывает широкие перспективы для создания более привлекательной, интересной и эффективной образовательной среды.

Геймификация предполагает использование разнообразных игровых механик, которые могут быть успешно интегрированы в занятия физической культурой [3]:

1. Системы начисления очков и наград:

- Применение: очки могут начисляться за посещаемость, активное участие, выполнение упражнений, достижение определенных результатов (например, улучшение времени пробежки, увеличение количества отжиманий). Награды могут быть в виде виртуальных значков, уровней;

- Эффект: стимулирует регулярное участие и стремление к улучшению показателей, создавая ощущение прогресса.

2. Уровни и прогрессия:

- Применение: обучающиеся могут проходить через различные уровни, каждый из которых предлагает новые задачи, упражнения или более сложные цели. Переход на новый уровень символизирует достижение и развитие;

- Эффект: обеспечивает ощущение роста и достижения, поддерживает интерес к преодолению все более сложных вызовов.

3. Соревновательный элемент:

- Применение: организация соревнований между студентами или группами. Это могут быть индивидуальные зачеты, командные эстафеты, рейтинговые таблицы по итогам выполнения упражнений;

- Эффект: стимулирует желание превзойти других, проявлять лучшие качества, развивает командный дух. Важно, чтобы соревнование было справедливым и доступным для всех участников.

4. Элементы сторителлинга:

- Применение: создание сюжетной линии, в рамках которой студенты выполняют физические задания. Например, «путешествие» по виртуальной карте, где каждое упражнение – это шаг к достижению цели, или «миссия» по спасению мира через улучшение своей физической формы;

- Эффект: делает процесс более увлекательным, придает занятиям смысл и целенаправленность, погружает в контекст.

5. Обратная связь и визуализация прогресса:

- Применение: визуализация достижений в виде графиков, диаграмм, индикаторов прогресса. Мгновенная обратная связь после выполнения упражнения (например, «Вы улучшили свой результат на 5%»);

- Эффект: позволяет студентам наглядно видеть свои успехи, понимать, что они двигаются в правильном направлении, и мотивирует продолжать.

6. Командная работа и социальное взаимодействие:

- Применение: задания, требующие совместной работы, взаимной поддержки. Возможность делиться своими достижениями в виртуальном пространстве;

- Эффект: укрепляет социальные связи, способствует взаимопомощи и формирует чувство принадлежности к группе.

Геймификация воздействует на мотивацию через несколько ключевых механизмов:

1. Внутренняя мотивация: игровые элементы, такие как свобода выбора, возможность проявить мастерство, ощущение прогресса и интерес к процессу, стимулируют внутреннюю мотивацию. Студенты начинают

заниматься не только потому, что это «надо», но и потому, что им это интересно. [4]

2. Внешняя мотивация: системы начисления очков, награды, рейтинги и соревнования стимулируют внешнюю мотивацию, побуждая студентов достигать целей ради получения признания или превосходства. [4]

3. Снижение воспринимаемой сложности: игровые элементы могут сделать сложные или монотонные физические задачи более доступными и менее пугающими, снижая барьер для начала занятий. [5]

4. Формирование привычки: регулярное получение вознаграждений и ощущение прогресса способствуют формированию устойчивой привычки к физической активности. [5]

Несмотря на значительный потенциал, внедрение геймификации также сопряжено с определенными вызовами:

- чрезмерная ориентация на внешние стимулы: риск того, что студенты будут мотивированы только внешними наградами, теряя интерес к самой физической активности. Для решения данной проблемы необходимо балансировать внешние и внутренние игровые элементы, акцентировать внимание на процессе и пользе для здоровья;

- неэффективный дизайн: непродуманные игровые механики могут привести к фрустрации или быстрому угасанию интереса. Для решения данной проблемы необходимо тщательное планирование, тестирование и адаптация игровых элементов под конкретную аудиторию и цели;

- справедливость и инклюзивность: необходимо обеспечить, чтобы игровые механики были доступны и мотивировали всех студентов, независимо от их начального уровня физической подготовки. Для решения данной проблемы необходима разработка многоуровневых задач, возможность выбора сложности, акцент на личном прогрессе;

- техническая реализация: создание эффективных геймифицированных платформ может требовать значительных ресурсов. Для

решение данной проблемы необходимо использование готовых платформ, мобильных приложений, а также упрощенных, но действенных игровых механик, не требующих сложной технической базы (например, бумажные трекеры прогресса, элементы квеста в реальном времени).

Итак, геймификация представляет собой мощный инструмент для повышения мотивации студентов в процессе физического воспитания. Интеграция игровых элементов, таких как очки, уровни, соревнования, сторителлинг и системы обратной связи, позволяет сделать занятия более привлекательными, вовлекающими и эффективными. Правильно спроектированная геймифицированная среда стимулирует как внутреннюю, так и внешнюю мотивацию, способствует формированию устойчивой привычки к физической активности и улучшению общих показателей здоровья. Несмотря на возможные сложности внедрения, потенциальные выгоды от применения геймификации делают это направление перспективным для развития современного физического воспитания.

Использованные источники:

1. Алексеева Александра Захаровна, Соломонова Галина Сергеевна, Аетдинова Расуля Рифкатовна Геймификация в образовании // Педагогика. Психология. Философия. 2021. №4 (24). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/geymifikatsiya-v-obrazovanii-3> (дата обращения: 25.04.2026).

2. Быстрова Наталья Васильевна, Бакулина Наталья Александровна, Гнездин Андрей Владимирович, Угарова Анна Владимировна Геймификация в современном образовательном процессе // Журнал прикладных исследований. 2022. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/geymifikatsiya-v-sovremennom-obrazovatelnom-protssesse> (дата обращения: 25.04.2026).

3. Рыбачук Наталия Анатольевна Геймификация учебного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт» в ВУЗе // Гуманитарные науки.

2024. №3 (67). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/geymifikatsiya-uchebnogo-protsessa-po-distsipline-fizicheskaya-kultura-i-sport-v-vuze> (дата обращения: 25.04.2026).

4. Капустина, Л. В., Черпакова Н. А. Методы геймификации в образовании // Молодой ученый. 2023. № 47 (494). С. 162-165. — URL: <https://moluch.ru/archive/494/108062> (дата обращения: 26.04.2026).

5. Цирулева Лада Дмитриевна, Щербакова Наталья Евгеньевна Геймификация в обучении: сущность, содержание, пути реализации технологии // Вестник ПензГУ. 2023. №3 (43). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/geymifikatsiya-v-obuchenii-suschnost-soderzhanie-puti-realizatsii-tehnologii> (дата обращения: 26.04.2026).