

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ИНТЕГРИРОВАННОЙ ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ СРЕДЫ

М. В. Гаврилик

*Полесский государственный университет,
г. Пинск, Республика Беларусь
e-mail: gavrilik.m@polessu.by*

В статье представлены результаты исследования по разработке и внедрению в учебный процесс учреждения высшего образования концепции повышения эффективности физического воспитания студентов на основе организации интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды. Представлены результаты исследования динамики уровня физической подготовленности экспериментальных групп и контрольных групп и удовлетворенности студентов занятиями по физической культуре в ходе эксперимента.

The article presents the results of research on the development and implementation in the educational process of a higher education institution of the concept of increasing the effectiveness of physical education of students, based on the organization of an integrated educational physical culture and sports environment. The results of the study of the dynamics of the level of physical fitness of the experimental groups and control groups and the satisfaction of students with physical culture classes during the experiment are presented.

Ключевые слова: физическое воспитание; интеграция; физкультурно-спортивная среда; физкультурно-спортивная деятельность; физическая культура; физическая подготовленность.

Keywords: physical education; integration; physical culture and sports environment; physical culture and sports activity; physical culture; physical fitness.

Актуальность проблемы инновационного преобразования сложившейся системы физического воспитания на основе принципиально нового подхода к организации занятий физической культурой и спортом у студенческой молодежи подчеркивают многие ученые.

Поскольку формирование личности студента осуществляется в среде образовательного учреждения, то наличие в нем качественной физкультурно-спортивной среды, является необходимой составляющей общей социокультурной среды вуза, так как именно в ней создаются условия для индивидуализации и дифференциации проявления и развития способностей людей в избранных ими формах физкультурно-спортивной деятельности [1, с. 59]. Это в свою очередь побудило разработать концепцию повышения эффективности физического воспитания студентов на основе создания интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды. Разработанная концепция отражает пути повышения эффективности физического воспитания, исследовательские подходы (системный, средовой и личностно-ориентированный) к решению изучаемой

проблемы, обосновывает необходимость учёта средовых факторов и представляет интегрированную физкультурно-спортивную среду как динамическую целостность, в которой создаются условия для гармоничного развития личности студента и его самореализации в физической культуре [2, с. 44].

В условиях реализации данной концепции предполагались принципиальные изменения в организации учебного процесса по физической культуре студентов, связанные с постепенным сокращением аудиторных занятий с преподавателем и увеличением доли управляемой самостоятельной работы [3, с. 53]. Управляемая самостоятельная работа представлена как основное звено разработанной нами концепции повышения эффективности физического воспитания студентов на основе организации интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды. В основе образовательной деятельности лежит самостоятельная деятельность студента, что в педагогической практике проявляется через планомерный переход от обязательных форм к физическому самосовершенствованию студентов.

Были внесены существенные изменения в организацию учебного процесса по дисциплине «Физическая культура», так согласно учебным планам различных специальностей трудоемкость учебной дисциплины «Физическая культура» составляет 140 часов в год. Аудиторная нагрузка (занятия с основным преподавателем) составляет на 1–2 курсах 42 часа, оставшаяся часть занятий реализуется, как управляемая самостоятельная работа студентов. Управляемая самостоятельная работа приравнивается к аудиторной, на 3 курсе 100 % занятий проходит в рамках управляемой самостоятельной работы студентов.

Во время аудиторных часов преподаватель обсуждает со студентом его личные мотивы к занятиям, предпочтительные для студента виды физкультурно-спортивной деятельности, целеполагание.

Студент, приступающий к изучению учебной дисциплины, получает информацию обо всех формах самостоятельной работы по дисциплине с выделением обязательных видов самостоятельной работы, а также обо всех видах двигательной активности и видах спорта, доступных для него. Ориентируясь на свои личностные потребности, студент осуществляет выбор приемлемой для него формы самостоятельной работы из предлагаемого на выбор перечня [4, с. 39–40].

С целью определения эффективности разработанной концепции интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды УВО проводился педагогический эксперимент, в котором приняли участие 1066 студентов факультета банковского дела, экономического и биотехнологического факультетов Полесского государственного университета.

Участники были распределены по половому (гендерному) признаку. Количество девушек, принявших участие в эксперименте, составило 756 человека, из которых были сформированы экспериментальная группа 378 человек – ЭГ/д (n=378) и контрольная группа 378 человек – КГ/д (n=378). Количество юношей составило 310 человека, из которых были сформированы экспериментальная группа 155 человек – ЭГ/ю (n=155), и контрольная группа 155 человек – КГ/ю (n=155).

Для определения эффективности разработанной концепции исследовался уровень физической подготовленности экспериментальных и контрольных групп на протяжении эксперимента. Уровень физической подготовленности юношей КГ/ю и ЭГ/ю исследовался по следующим показателям: прыжок в длину с места, наклон вперед из положения сидя, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на высокой перекладине, поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин, челночный бег 4×9 м, бег 30 м, бег 3 000 м (рис.1.)

Исследование уровня физической подготовленности девушек КГ/д и ЭГ/д проводилось по показателям: прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, бег 30 м, челночный бег 4×9 м, бег 1500 м, поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с, наклон вперед из положения сидя (рис. 2).

Исследование динамики уровня физической подготовленности в КГ/ю и ЭГ/ю и ЭГ/д и КГ/д выявило, что до проведения эксперимента не имелось достоверных различий в уровне подготовленности ЭГ/ю и КГ/ю и ЭГ/д и КГ/д.



Рисунок 1 – Динамика уровня физической подготовленности студентов КГ/ю и ЭГ/ю

После завершения эксперимента выявлено: уровни низкий и ниже среднего не имел ни один юноша в ЭГ/ю 0 % (0 чел.) и в КГ/ю 0 % (0 чел.), средний уровень наблюдается у 25 % юношей в КГ/ю (38 чел.) и у 6 % в ЭГ/ю (10 чел.), уровень выше среднего у 68 % в КГ (105 чел.) и у 66 % в ЭГ/ю (103 чел.), а вот высокий уровень имеют 8 % в КГ/ю (12 чел.) и 27 % юношей в ЭГ/ю (42 чел.).

Также после проведения эксперимента наблюдаются статистически достоверные различия в уровне физической подготовленности ЭГ/ю и КГ/ю, так как рассчитанный эмпирический показатель $\chi^2 = 33,02$, т.е. кси-квадрат эмпирический больше критического $\chi^2 = 33,02 > 5,991$ ($P > 0,05$).

Проанализируем динамику уровня физической подготовленности девушек КГ/д и ЭГ/д (рис. 2)



Рисунок 2 – Динамика общего уровня физической подготовленности студенток КГ/д и ЭГ/д

После завершения формирующего этапа эксперимента выявлены изменения в уровне физической подготовленности: у девушек экспериментальной группы ЭГ/д уровень выше среднего имеют 42 %, а высокий уровень наблюдается у 57 %, а в КГ/д у 79 % девушек уровень подготовленности выше среднего и у 19 % высокий.

После завершения эксперимента имеются статистически достоверные различия уровня подготовленности ЭГ/д и КГ/д так как рассчитанный эмпирический показатель кси-квадрат больше критического $\chi^2 = 117,02 > 5,991 (P > 0,05)$.

Следовательно, эффективность физического воспитания в условиях реализации концепции повышения эффективности физического воспитания студентов на основе организации интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды выразилась в повышении уровня физической подготовленности экспериментальных групп ЭГ/д и ЭГ/ю, что доказывается статистически различимыми результатами после проведения эксперимента.

В то же время, физическая культура как отрасль социальной сферы выступает в роли важнейшего фактора формирования человека, поэтому особый интерес представляет мониторинг удовлетворенности студентов занятиями по физической культуре (табл.). Необходимо отметить, что удовлетворённость студентов организацией учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» и внеучебной физкультурно-оздоровительной деятельности рассматривается как важный показатель социального эффекта физкультурно-спортивной среды вуза [2].

Проведенный анализ показал, что удовлетворены занятиями физической культурой только, около 50 % студентов, частично удовлетворены менее 10 % и

около 40 % не удовлетворены, не проявляют интереса к занятиям, вследствие чего не испытывают потребности в качественном изучении и выполнении учебного материала, а посещают занятия лишь для получения зачета.

Таблица – Динамика удовлетворенности студентов физическим воспитанием

Группы	Удовлетворены	Частично удовлетворены	Не удовлетворены
КГ/ю до	51,0 % (79 чел.)	9,0 % (14 чел.)	40 % (62 чел.)
ЭГ/ю до	49,8 % (78 чел.)	8,4 % (13 чел.)	41,3 % (64 чел.)
КГ/ю после	59,4 % (92 чел.)	8,4 % (13 чел.)	32,3 % (50 чел.)
ЭГ/ю после	91,0 % (141 чел.)	5,8 % (9 чел.)	3,2 % (5 чел.)
КГ/д до	48,9 % (185 чел.)	8,5 % (32 чел.)	42,6 % (161 чел.)
ЭГ/д до	45,2 % (171 чел.)	10,3 % (39 чел.)	44,4 % (168 чел.)
КГ/д после	55,0 % (208 чел.)	11,1 % (42 чел.)	33,9 % (128 чел.)
ЭГ/д после	87,8 % (332 чел.)	10,6 % (40 чел.)	1,6 % (6 чел.)

На начальном этапе эксперимента статистически достоверных различий между КГ/ю и ЭГ/ю и КГ/д и ЭГ/д не выявлено ($P < 0,05$).

После завершения эксперимента получены следующие данные удовлетворенностью занятиями физической культурой: так у юношей КГ/ю полностью удовлетворены занятиями только 59,4 % (92 чел.), что немногим больше чем в начале эксперимента 51,0 % (79 чел.), в то время как в ЭГ/ю выросла до 91,0 % (141 чел.), частично удовлетворены занятиями в КГ/ю 8,4 % и 8,4 % в ЭГ/ю, и не удовлетворены занятиями в КГ/ю 32,3 %, в то время как в ЭГ/ю не удовлетворенных 3,2 %.

У девушек наблюдается следующее: в КГ/д удовлетворены занятиями 55 % (185 чел.), а в ЭГ/д 87,8 % (332 чел.), что значительно больше, частично удовлетворены в КГ/д 11,1 %, в ЭГ/д 10,6 % и не удовлетворены занятиями 33,9 % девушек КГ/д и 1,6 % девушек в ЭГ/д.

После проведения педагогического эксперимента имеются статистически достоверные различия между ЭГ/ю и КГ/ю, так полученное эмпирическое значение $\chi^2 = 47,85$ при крит = 5,991, значит $47,85 > 5,991$ ($P > 0,05$).

У девушек после проведения педагогического эксперимента рассчитанное эмпирическое значение $\chi^2 = 139,6$ при $\chi^2_{\text{крит}} = 5,991$, значит $139,6 > 5,991$, т. е. имеются статистически достоверные различия в удовлетворенности занятиями между ЭГ/д и КГ/д ($P > 0,05$).

Полученные результаты доказывают, что концепция организации физического воспитания в условиях интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды позволила повысить эффективность физического воспитания студентов, что отражается в высокой степени удовлетворенности занятиями у студентов экспериментальных групп ЭГ/ю и ЭГ/д в сравнении с контрольными группами.

Следовательно, можно утверждать, что организация физического воспитания студентов в условиях интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды позволила повысить его эффективность.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Гаврилик, М. В. Интегрированная физкультурно-спортивная среда учреждения высшего образования / М. В. Гаврилик // Веснік Палескага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук: навучна-практычны журнал. – 2020. – № 1. – С. 55–61.

2. Гаврилик, М. В. Социально-педагогические условия удовлетворенности студентов физическим воспитанием / М. В. Гаврилик // Веснік Магілёўскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя А.А. Куляшова. Серыя С. Псіхалага-педагагічныя навукі: педагогіка, псіхалогія, методыка : навучна-методычны журнал. – 2019. – № 1 (53). – С. 40–45.

3. Гаврилик, М. В. Организационные основы интегрированной физкультурно-спортивной среды и эффективность физического воспитания студентов / М. В. Гаврилик // Веснік Палескага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук: навучна-практычны журнал. – 2019. – № 2. – С. 48–54.

4. Гаврилик, М. В. Эффективность физического воспитания студентов на основе создания физкультурно-спортивной среды / М. В. Гаврилик // Здоровье для всех. – Пинск: ПолесГУ, 2020. – № 1. – С. 37–44.