

Особенности формирования физической культуры в студенческой среде

© А. О. Аристова, Т. Г. Коновалова

Иркутский национальный исследовательский технический университет, г. Иркутск, Российская Федерация

Аннотация. Главное требование к формированию физической культуры среди молодёжи – это создание благоприятной среды для занятий спортивной деятельностью. На основании многочисленных исследований можно сделать вывод о том, что на сегодняшний день студенты высших учебных заведений не уделяют достаточного внимания своему здоровью. Причиной тому можно назвать несколько факторов, одним из которых является влияние враждебной среды (распространение вредных привычек – наркотики и алкоголь) и, как следствие, смена жизненных установок. Это привело к ухудшению физического и психического здоровья молодого поколения. В контексте происходящего физическое воспитание среди студентов следует считать первостепенной задачей. Развитие и укоренение спортивной культуры призвано сыграть особую роль в формировании физически и духовно здоровой личности, способной к саморазвитию на любом этапе жизни. В первую очередь, изменения должны коснуться окружающей студентов среды. Она должна соответствовать определённым требованиям, которые подробно рассматриваются в этой статье. Мы также изучили проблему физического воспитания среди молодёжи, ссылаясь на научные труды известных учёных, занимающихся исследованием этой проблематики. В работе описаны основные концептуальные положения экологического подхода в физическом воспитании, основанные на идеях прогрессивного обучения, а также направления, по которым их следует реализовать. Данная статья является обзорной и может рассматриваться как рекомендационный материал при формировании физической культуры среди студентов ИРНИТУ.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, здоровье, студенты, физкультурно-спортивная среда образовательного учреждения

Features of the Formation of Physical Culture in the Student Environment

© Anastasia O. Aristova, Tatiana G. Konovalova

Irkutsk National Research Technical University, Irkutsk, Russian Federation

Abstract. The main requirement for the formation of physical culture among young people is the creation of a favorable environment for sports activities. Based on numerous studies, it can be concluded that today students of higher educational institutions do not pay enough attention to their health. The reason for this can be called several factors, one of which is the influence of a hostile environment (the spread of bad habits - drugs and alcohol) and, as a result, a change in attitudes. This has led to a deterioration in the physical and mental health of the younger generation. In the context of what is happening, physical education among students should be considered a paramount task. The development and rooting of sports culture is called upon to play a special role in the formation of a physically and spiritually healthy person capable of self-development at any stage of life. First of all, changes should affect the environment surrounding students. It must meet certain requirements, which are discussed in detail in this article. We also studied the problem of physical education among young people, referring to the scientific works of famous scientists involved in the study of this issue. The article describes the main conceptual provisions of the ecological approach in physical education, based on the ideas of progressive education, as well as the directions in which they should be implemented. This article is a review and can be considered as a recommendation material in the formation of physical culture among students of INRTU.

Keywords: physical culture, sports, health, students, physical culture and sports environment of an educational institution

Ухудшение окружающей среды, неопределённые социально-экономические условия и идеологические ориентиры, вредоносное воздействие информационного пространства, влияние враждебной среды (распространение наркомании и алкоголизма) и, как следствие, нарушение жизненных установок

привели к ухудшению физического и психического здоровья россиян. Именно поэтому физическое воспитание молодых людей следует считать главной задачей. В первую очередь, необходимо уделить особое внимание созданию среды, благоприятствующей для занятий физической активностью. Развитие и

укоренение спортивной культуры среди молодёжи призвано сыграть особую роль в формировании здоровой и ответственной личности, готовой самосовершенствоваться на любом этапе жизни. Этим обуславливается актуальность выбранной темы.

Для начала необходимо разобраться, в чём заключается трудность формирования физической культуры у вузовской молодёжи. Основная проблема – снижение эффективности образовательных технологий в системе физического воспитания. Дело в том, что физическое воспитание обучающихся не всегда приносит ожидаемый эффект. Директивные методы формирования физической культуры больше не кажутся продуктивными и зачастую вызывают неодобрительную реакцию со стороны студентов. Консервативные формы воспитания негативно сказываются на отношении молодёжи к занятиям физической культурой, снижают её интерес и мотивацию к внеучебной двигательной деятельности. А как известно, внутренняя мотивация личности формирует её активность. Всё это приводит к тому, что многие студенты замотивированы удачной сдачей зачёта по дисциплине больше, чем возможностью оздоровить свой организм и добиться определённых успехов.

Это же подтверждает ряд исследователей, которые считают, что на сегодняшний день формы, методы и средства обучения, применяемые в вузовских программах, не позволяют в полной мере обеспечить реализацию личностно-ориентированного подхода к формированию здорового образа жизни студентов. Мелешкова Н. А. утверждает, что основной проблемой является отсутствие в системе физического воспитания индивидуально-дифференцируемого подхода¹. Его сущность заключается в учёте индивидуальных особенностей обучающегося с целью активного управления ходом развития их физических возможностей. Этот подход направлен на узнавание студентов, их личностных особенностей для принятия мер и поправок в образовательный процесс. Индивидуальный, субъективный подход к обучающимся очень

важен, поскольку он помогает выявить поведенческие особенности, которые напрямую связаны с сознанием личности. В свою очередь, сознание человека формирует его отношение к окружающей среде. Мелешкова Н. А. также подчёркивает, что во многих высших учебных заведениях плохо развита физкультурно-оздоровительная работа со студентами и организация их самостоятельной физической активности. Можно сделать вывод, что устаревшие методы физического воспитания являются проблемой на пути к формированию физической культуры в студенческой среде. Требуются более прогрессивные методы. Так, например, на сегодняшний день актуальным можно считать экологический или же «средовой» подход в физическом воспитании.

Среда и её воспитательные возможности интересовали многих зарубежных исследователей в области социальной педагогики на рубеже XIX–XX вв. Предполагалось, что именно среда формирует физическую культуру. Среди наиболее известных учёных можно выделить А. Буземана и А. Вольфа. В нашей стране исследованием среды и её педагогического потенциала занимались Н. И. Пирогов, С. Т. Шацкий, Л. Н. Толстой, П. Ф. Лесгафт. Последний является автором оригинальной концепции средовой типологии детей. Учения Лесгафта и на сегодняшний день являются актуальными и успешно применяются на практике.

Экологический воспитательный подход также активно изучают наши современники: В. М. Дрофа, Ю. С. Мануйлов, О. С. Газман, В. А. Ясвин и другие. Их исследования основаны на изучении спортивной среды образовательного учреждения и возможностях её развития. Основные тенденции их трудов заключаются в том, что философия физического воспитания в плане создания условий и возможностей для формирования физически и духовно развитой личности продолжает активно меняться; основной целью физического воспитания на сегодняшний день является формирование идеи здорового образа жизни обучающихся посредством модернизации спортивно-ориентированной студенческой среды; видоизменяется форма отношений между преподавателем и студентом, упор

¹ Мелешкова Н. А. Формирование здорового образа жизни студентов вуза в процессе физического воспитания: дис. ... канд. пед. наук. Кемерово, 2005. С. 215.

делается на дружеское, взаимовыгодное сотрудничество, направленное на достижение общей цели.

По мнению В. А. Ясвина, спортивная среда – это совокупность различных, содержащихся в пространственно-предметном и социальном окружении условий и возможностей для формирования спортивного стиля жизни личности².

Дорожко О. М. выделил два подхода, способствующих введению экологической подготовки в образовательный процесс [4]. В первом делается акцент на внедрении экологической культуры в образовательных учреждениях. Для этого необходимо внести в учебный процесс основы экологических знаний и природоохранительной деятельности. Речь идёт о различных спецкурсах, посвящённых экологической проблематике, которые должны помочь формированию экологического воспитания среди студентов. Во втором подходе предлагается создать пространственное ядро экологической культуры, которое должно постепенно расширяться в процессе присоединения к нему субъектов учебно-воспитательного процесса. Внедрение экологических основ в учебную программу должно служить взаимодополняющим аспектом в формировании эффективной спортивной среды, поскольку знания, полученные в ходе экологической подготовки, способствуют смене ценностных ориентиров с курсом на здоровый образ жизни.

Известный когнитивный психолог Дж. Гибсон утверждал, что влияние физкультурно-спортивной среды на личность зависит от богатства физкультурно-спортивной среды мирового человеческого сообщества, государства, региона, а также от субъективной активности личности по освоению и преумножению её ценностей [2]. Следовательно, углублённое развитие и совершенствование физкультурно-спортивной среды поможет привлечь внимание молодых людей к спортивной деятельности, что поспособствует их физическому и духовному развитию. Это возможно лишь при условии единства свойств среды и субъекта. Возможности, которые предоставляет среда, подталкивают

человека к активной деятельности.

В основе экологического подхода лежат идеи бихевиоризма. Они говорят нам о том, что окружающая среда не инертна, она подвержена изменениям и может влиять на различные аспекты жизни человека. Взаимодействие личности со средой впоследствии образует определённые паттерны, которые изменяются на фоне смены окружающей действительности. В ходе взаимодействия со средой личность начинает функционировать как её носитель. Помимо этого, он принимает непосредственное участие в её формировании. Сторонники бихевиоризма утверждают, что изменение личности невозможно без трансформации окружающей его среды.

Манжелей И. В. определяет систему среды физической культуры как совокупность требований к организации её содержательно-технологического, социально-коммуникативного и пространственно-предметного компонентов, способствующих обеспечению эффективного решения комплекса оздоровительных, образовательных, развивающих и воспитательных задач [5].

Но существует ряд проблем, мешающих формированию подобной среды, а именно отсутствие должного ресурсного обеспечения. Создание физкультурно-спортивной среды в учебном заведении и становление её образовательных функций возможно при наличии определённых условий. Опираясь на эгопсихологический подход, О. Дункан и Л. Шноре выдвинули несколько элементов реализации такой среды: пространственно-предметный, социальный и технологический³.

Мы рассмотрим их по порядку, начиная с пространственно-предметного компонента. Данный компонент способствует проявлению творческой, преобразующей активности. Он нацелен на вдохновение и зарождение мотивации у обучающихся к физкультурно-спортивной деятельности. Пространственно-предметный компонент вузовской среды создаёт благоприятные условия не только для студентов, но и для преподавателей, которые могут побуждать учащихся к активной деятельности и принятию самостоятельных

² Ясвин В. А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. М.: Смысл, 2001. С. 305.

³ Смит Н. Современные системы психологии. СПб.: Еврознак, 2003. С. 192–208; 325–330.

решений. К пространственно-предметному компоненту относятся:

- эстетически приятный и оснащённый дизайн спортивных залов, площадок и т. д.;
- наличие душевых кабинок;
- наличие мест отдыха на свежем воздухе;
- оснащённость спортивных залов новым качественным оборудованием и инвентарём;
- наличие спортивной эмблематики;
- условия, соответствующие санитарно-гигиеническим нормам.

Следующий компонент – социальный. В его основе лежит социальное взаимодействие между субъектами образовательного процесса. Социальный компонент реализует процесс понимания содержательного характера ситуации, способствует выяснению тенденции в общении: соревнование или скрытое соперничество, грубое давление или сознательная дисциплина. Знание особенностей этого компонента поможет в дальнейшем улучшить и развить социальное взаимодействие между субъектами, создать чувство безопасности и комфорта. Эмоциональное благополучие должно являться важным условием при создании благоприятной студенческой среды. В социальный компонент входят:

- вузовские спортивные традиции;
- внедрение физкультурно-спортивных ценностей и идеалов;
- доверительные, доброжелательные и взаимовыгодные отношения между преподавателями и студентами;
- формирование и развитие социальных связей между разными группами, объединёнными общими интересами, и их дальнейшее продуктивное взаимодействие.

Технологический компонент связывает два предыдущих. В его основе лежит педагогическое обеспечение развивающихся возможностей. Оно включает в себя:

- объединение учебной и внеучебной деятельности с ориентиром на физкультурно-спортивное воспитание;
- введение технологических новшеств и

современных методов;

- развитое программно-методическое обеспечение;
- возможность продуктивно использовать образовательные ресурсы с целью решения определённых задач;
- ориентация на выявление и дальнейшее развитие индивидуальных особенностей каждого индивида;
- возможность реализовать спортивные потребности студентов;
- способность сформировать у обучающихся ценностные ориентиры.

Все перечисленные критерии благополучно реализуются и продолжают совершенствоваться в студенческой среде ИРНИТУ. Формирование физической культуры среди обучающихся – важная задача, стоящая перед техническим университетом, поскольку полная реализация такой среды создаст благоприятный климат и условия, где каждый студент и педагог будет чувствовать себя комфортно. Это, в свою очередь, значительно повысит эффективность образовательного процесса и улучшит усвояемость получаемых знаний. Формирование физической культуры в студенческой среде образовательного учреждения реализуется наравне с трансформацией среды жизнедеятельности личности, где акцент делается на потребностно-мотивационное развитие. Особенно важно заострить внимание на этой теме сейчас, когда россияне оправляются от пандемии. У многих людей, в том числе и у обучающейся молодёжи, которая провела много времени на дистанционном обучении, заметно снизился уровень физической активности. Акцент, сделанный на обустройстве физической среды, будет способствовать повышению мотивации к занятиям спортом. Таким образом, эта статья может рассматриваться как обзор научных трудов людей, занимающихся изучением влияния среды на формирование физической культуры среди молодёжи. Описанные методы реализации такой среды актуальны и могут использоваться как рекомендационный материал.

1. Баранцев С. А. Индикаторы эффективности физического воспитания студентов. М.: Советский спорт, 2020. 161 с.
2. Гибсон Дж. Экологический подход к зрительному восприятию. М.: Прогресс, 1988. 464 с.
3. Горбань И. Г., Гребенникова В. А. Основные требования к организации мест занятий физической культурой. Оренбург: ОГУ, 2017. 122 с. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785741018798.html> (16.03.2021).
4. Дорошко О. М. Подготовка будущих учителей к экологическому воспитанию в условиях культурологической парадигмы // Экологические проблемы природно-технических комплексов: тез. докл. II Междунар. эколог. симпозиума: в 2 т. (г. Полоцк, 2–3 сентября 2005 г.). Полоцк, 2005. Т. 2. С. 34–36.
5. Манжелей И. В. Средо-ориентированный подход в физическом воспитании // Теория и практика физической культуры. 2005. № 8. С. 7–11.
6. Серова Л. К. Мотивация в спортивной деятельности: монография. М.: Спорт, 2020. 146 с.
7. Скурихина Н. В. Рефлексивно-деятельностная педагогика как социокультурный фактор развития физической культуры в современном обществе: монография. Красноярск: СФУ, 2016. 161 с.
8. Столяров В. И., Баринев С. Ю., Орешкин М. М. Теоретико-методологические основы инновационной системы физкультурно-спортивной работы со студентами: монография. М.: РАС, 2016. 285 с.
9. Столяров В. И., Баринев С. А. Теоретические основы спортивной культуры студентов: монография. М.: Университетская книга, 2011. 234 с.
10. Ягодин В. В., Сенук З. В. Основы спортивной этики. Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2016. 112 с. [Электронный ресурс]. URL: <https://elar.urfu.ru/handle/10995/40692> (16.03.2021).

Информация об авторах / Information about the Authors

Анастасия Олеговна Аристова,
студентка группы ЖР6-17-1,
Институт экономики, управления и права,
Иркутский национальный исследовательский
технический университет,
664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83,
Российская Федерация,
aristova.anastasia1@gmail.com

Anastasia O. Aristova,
Student,
Institute of Economics, Management and Law,
Irkutsk National Research Technical University,
83 Lermontov Str., Irkutsk, 664074, Russian Federation,
aristova.anastasia1@gmail.com

Татьяна Геннадьевна Коновалова,
старший преподаватель кафедры физической
культуры,
Иркутский национальный исследовательский
технический университет,
664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83,
Российская Федерация,
serafi1972@mail.ru

Tatiana G. Konovalova,
Senior Lecturer of Physical Education Department,
Irkutsk National Research Technical University,
83 Lermontov Str., Irkutsk, 664074, Russian Federation,
serafi1972@mail.ru