

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

На правах рукописи

ГОРОДИЛИН Станислав Кузьмич

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

13.00.04 – Теория и методика физического
воспитания, спортивной тренировки и
оздоровительной физической культуры

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т

диссертации на соискание учёной степени
кандидата педагогических наук

Минск - 1993

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

Работа выполнена в Академии физического воспитания и спорта
Республики Беларусь

Научный руководитель – кандидат философских наук,
профессор МОРОЗОВ В.И.

Официальные оппоненты – доктор педагогических наук, профессор
Фурманов А.Г.

– кандидат педагогических наук, доцент
Огородников С.С.

Ведущая организация – минский государственный педагогичес-
кий институт им. А.М.Горького

Защита состоится "28" сентября 1993 года в 15⁰⁰
на заседании докторского специализированного совета Д 046.07.01
при Академии физического воспитания и спорта Республики Беларусь
/ 220020, Минск, пр. Машерова, 105 /.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке института.

Автореферат разослан "—" "сентября" 1993 года.

Ученый секретарь специализирован-
ного совета



КОНЮКОВ А.Н.

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность.Радикальные общественные сдвиги ведут, как правило, и к изменениям в индивидуальном существовании каждого человека. Трансформируется как способ осмысления личностью своего бытия, так и практическая организация образа и стиля жизни.

Новые условия предъявляет к человеку совершенно иные требования, которые вынуждают его меняться, становиться другим. В наибольшей степени все вышесказанное относится и к специалистам с высшим образованием. Важнейшими качествами их становятся открытость новому, конструктивное отношение к себе, способность к самопрограммированию и самопроектированию, умение вырабатывать и реализовывать индивидуальную жизненную стратегию, в том числе и в сфере физической культуры и спорта.

Сложившаяся на сегодняшний день проблемная ситуация, которая заключается в противоречии между уровнем социальных требований и эффективностью физического воспитания студенческой молодежи, требует существенного улучшения всей системы физкультурного образования в вузах, пересмотра привычных взглядов и представлений на процесс физического воспитания.

В связи с этим одним из перспективных направлений решения имеющихся проблем является активное внедрение физической культуры в повседневный быт студентов, совершенствование организации физкультурно-оздоровительной работы по месту их жительства. Этим вопросам посвящено определенное количество научных работ (Куланин Б.Д., 1985; Васильев А.А., 1982; Чернобаб И.Ф., 1991; Романова О.Г., 1987; Вердичков И.Г., 1980; Кожина Н.Ф., 1988 и др.).

Проведенный анализ имеющихся исследований показывает, что физкультурно-оздоровительная работа по месту жительства студентов пока еще не имеет глубоко продуманной и широко разработанной научно-практической базы. Проводимые исследования носят зачастую чис-

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

то теоретический, либо узко-прикладной характер. Кроме того, слабо анализируются причины обнаруженных процессов, не устанавливаются сущностные взаимосвязи между различными явлениями. Почти полностью упускается социально-психологический аспект проблемы. А ведь нормы и привычки, образцы социально одобряемого поведения, бытующие в студенческой среде, стереотипы общественного сознания и поведения, наконец, межличностные отношения и групповые процессы имеют огромное значение как для научного осмысления происходящих процессов, так и для практической организации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства студенческой молодежи.

Объект исследования. Физкультурно-спортивная жизнь студентов,

Предмет исследования. Особенности осмысления и осуществления, а так же возможности оптимизации физкультурно-спортивной жизни студентов в рамках специально организованной работы по их месту жительства.

Рабочая гипотеза. Предполагалось, что физкультурно-спортивная жизнь студентов может оптимально осуществляться и давать основания для личностного роста, если по месту их жительства создается особого рода (физкультурно-оздоровительная) среда, как пространство выбора, действия и коммуникации.

Цель работы. Выявить наиболее эффективные методы организации физкультурно-оздоровительной работы со студенческой молодежью в условиях общежитий.

Задачи исследования:

1. Изучить представления студентов о смысле физкультурно-спортивной активности.
2. Выявить интересы и предпочтения студентов в занятиях физической культурой по месту жительства.

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

-5-

3. Выявить влияние занятий физической культурой в группах различной оздоровительной направленности на физическое развитие и физическую подготовленность студентов.
4. Определить и экспериментально обосновать методику организации физкультурно-спортивной деятельности студентов по месту жительства.

Методы и организация исследования. Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы; педагогические наблюдения; тестирование уровня физического развития и физической подготовленности; педагогический эксперимент; статистические методы обработки результатов исследования.

Материалы исследования обрабатывались современными методами математической статистики на ЭВМ " ЕС - 1036 " .

Диссертационное исследование проводилось в период с 1988 по 1992 год. В процессе работы можно выделить несколько этапов.

На первом этапе (сентябрь 1988 - сентябрь 1989) был осуществлен выбор темы и разработка программы исследования. Кроме того, в этот же период изучались состояние и практический опыт организации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства студенческой молодёжи, ознакомление с объектом исследования, разработка инструментария исследования для проведения пробного анкетного опроса.

На втором этапе (сентябрь - май 1990 года) было проведено пилотажное исследование в Гродненском Государственном университете им. Я. Купалы ($n = 120$). В ходе его были подвергнуты проверке и коррекции элементы основного социологического исследования, уточнялись его задачи и качество операционализации основных понятий.

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

Третий этап (май 1990 – сентябрь 1991 года) был посвящен разработке окончательного варианта анкеты " Физическая культура в быту студентов " и второй анкеты для преподавателей кафедр физического воспитания вузов под аналогичным названием. На этом же этапе осуществлялся основной опрос в виде полевого социологического исследования с студенческих общежитиях вузов Республики Беларусь и преподавателей кафедр физического воспитания этих же вузов.

На четвертом этапе (сентябрь 1991 – август 1992 года) проводилась работа по организации и проведению педагогического эксперимента, обработка и анализ данных исследования, разработка практических рекомендаций.

Генеральная совокупность конкретно-социологического исследования была представлена студентами вузов Республики Беларусь, проживавших в общежитиях, что составило 63,3 тыс. чел. или 60,4 % от всех студентов дневного отделения.

В исследовании использовался двухступенчатый комбинированный тип выборки единиц генеральной совокупности. Первичными единицами этой совокупности послужили все высшие учебные заведения. На первой ступени методом случайного отбора было выделено 12 вузов (37 % от общего числа), являющихся типичными для республики и представляющие все её административные регионы. Общая численность студентов, проживающих в общежитиях выделенных вузов, явилась основой для извлечения вторичных единиц исследования, составивших 10 % от этого количества. Проверка репрезентативности выборки проводилась путем сравнения данных Госкомстата Республики Беларусь и данных выборочного исследования по показателям соотношения мужчин и женщин.

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

-7-

Анкетному опросу подверглось 3100 студентов и 260 преподавателей. Опрос студентов проводился самим исследователем непосредственно в студенческих общежитиях, что позволило вызвать большой процент возврата анкет. При анкетировании было роздано 3100 анкет, собрано 2584 или 83,3 %.

При изучении ответов респондентов 2572 анкеты оказались пригодными для дальнейшей обработки и анализа, что составило 82,9 % от общего числа. Конкретные единицы респондентов, подвергшихся анкетному опросу, выявлялись на основе списков студентов, проживающих в общежитиях. По полу выборка представлена следующими данными: мужчин - 1189 (46,2 %), женщин - 1383 (53,8 %).

Опрос преподавателей проводился в те же сроки по месту работы респондентов. В процессе проведения анкетного опроса было роздано 260 анкет, собрано - 250, что составило 96,1 % от общего числа. Все собранные анкеты оказались пригодными для дальнейшей обработки.

На основании результатов предварительных исследований была разработана методика проведения педагогического эксперимента, учитывающая интересы и потребности студентов в выборе форм и направленности занятий физической культурой по месту жительства.

Для проведения педагогического эксперимента было организовано 5 экспериментальных групп (67 человек) : две группы юношей, две девушек и одна смешанная. В четырех однополых по составу группах использовались традиционные методы занятий в физкультурно-оздоровительных группах с различной направленностью со следующим распределением средств занятий: ЭГ 1 - 50% - атлетическая гимнастика, 30% - оздоровительный бег, 20% - плавание; ЭГ 2 - 50% - спортивные игры, 30% - плавание, 20% - общеразвивающие упражнения; ЭГ 3 -

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

-8-

60% – ритмическая гимнастика, 30% – плавание, 10% – оздоровительный бег; ЭГ 4 – 50% – спортивные игры, 30% – плавание, 20% – общеобразовательные упражнения. Пятая, смешанная группа была ориентирована на личностный рост студентов посредством культивирования особой рефлексивной среды через организацию свободного выбора форм и средств занятий, интенсивного общения и обмена опытом, совместного анализа результатов и проектирования дальнейших действий.

Наличие физических и психологических изменений в процессе экспериментальной работы фиксировалось с помощью тестов и анкетного опроса в начале и в конце эксперимента. В ходе педагогических обследований регистрировались показатели физического развития и физической подготовленности занимающихся. Антропометрические показатели физического развития – рост, вес, жизненная емкость легких, силовые показатели кисти определялись по общепринятым методикам врачебного контроля (Мотылянская Р.И., 1980). Показатели физической подготовленности определялись по результатам следующих контрольных нормативов: бег 100м. (скоростные качества), бег 3000м. и 500м. (общая выносливость), подтягивание двумя руками на перекладине и поднимание туловища (силовые показатели), прыжок в длину с места (скоростно-силовые), наклон вперед (гибкость). Указанные тесты рекомендуются для исследований показателей физических качеств В.М. Зациорским 1982, М.А. Годиком 1973 и др. Следовательно, данные тесты можно считать достаточно апробированными.

Научная новизна. Разработаны эффективные подходы к организации деятельности по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства студенческой молодежи.

Теоретическая значимость. Определены теоретико-методологи-

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

ческие основания оптимизации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства студентов.

Практическая значимость. Результаты исследования позволяют адекватно понимать разворачивающиеся процессы, разрабатывать эффективные стратегии и системы деятельности организаторами физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства студентов.

Положения, выносимые на защиту:

- формирование физкультурно-оздоровительной среды создает необходимые условия для разворачивания процессов самоопределения, саморазвития и самореабилитации студентов;

- основным содержанием деятельности организатора физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства является создание внешних и внутренних условий для собственного движения личности студента, осуществление ей эффективной поддержки, а также анализ, прогнозирование и мониторинг происходящих процессов;

- важнейшими новообразованиями личности студентов, вовлеченных в физкультурно-оздоровительную среду являются способность к самоанализу и самоопределению, открытость новому опыту, умение выработать и реализовывать индивидуальные стратегии физкультурно-спортивной деятельности.

Структура и объем диссертации. Работа состоит из введения, пяти глав, выводов, практических рекомендаций, списка использованной литературы и приложений.

Диссертация изложена на 193 страницах машинописного текста, содержит 37 таблиц и 9 рисунков. В библиографии представлены 204 работы отечественных и зарубежных авторов.

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

с места" и "наклон вперед" так же превышали аналогичные в ЭГ 4 к концу эксперимента соответственно на 2,5% и 4,1%. Различия по всем показателям статистически достоверны ($p < 0,05$).

Представленные данные позволяют сделать вывод о том, что улучшение физического развития и физической подготовленности занимающихся произошло во всех экспериментальных группах. Однако наибольший прирост зафиксирован в ЭГ I юн. с направленностью атлетической гимнастики и в ЭГ 3 дев. с направленностью ритмической гимнастики. Данные ЭГ 2 и 4 по основным показателям ниже, чем в ЭГ I и 3.

ВЫВОДЫ

1. В исследовании установлено, что, осмысливая свою физкультурно-спортивную жизнь, студенты в основном ориентируются на личный опыт, который может быть позитивно, негативно или индифферентно окрашен, в большей или меньшей степени отрафлексирован и принят личностью, от чего во многом зависит характер физкультурно-спортивной активности.

2. Данные исследования показывают, что большинство студентов воспринимает на вербальном уровне физическую культуру в качестве важной жизненной ценности, однако осмысливается она в контексте здоровья, физического развития и улучшения внешнего облика, мотивационным ядром которого является стремление к самоутверждению. Анализ полученного материала позволяет характеризовать сферу осмысления студентами физкультурно-спортивной активности как содержащую достаточно стереотипные ценности, узко мотивированную, практически однозначно опосредованную психофизическим уровнем жизни, что приводит к постепенному выхолащиванию смысла физической жизни и к сужению соответствующей деятельности.

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

-21-

3. Определен ряд факторов, снижающих активность студентов в занятиях физической культурой по месту жительства. Ведущими из них как у юношей, так и у девушек являются: отсутствие условий для занятий (40,4% и 44,3% соответственно), отсутствие свободного времени - 32,6% и 40,1%, отсутствие секций по видам спорта - 13,4% и 18,0%, отсутствие желания и интереса - 11,9% и 18,4%.

4. Выявлены наиболее приемлемые для студентов виды физкультурно-оздоровительных групп и спортивных секций для занятий физической культурой по месту жительства. Большинство юношей (48,1%) выразили желание заниматься в группах атлетической гимнастики, 31,8% - в группах общефизической подготовки, 14,8% - настольного тенниса, 8,6% - оздоровительного бега. У девушек: 45,9% - группах ритмической гимнастики, 22,5% - общефизической подготовки, 20% - настольного тенниса, 10,0% - оздоровительного бега. Из спортивных секций наибольший интерес для студентов представляют: волейбола (39,0% юн. и 40,9% дев.), настольного тенниса (27,8% и 33,2%), бадминтона (6,6% и 32,8%), футбола (39,0% и 2,6%), баскетбола (16,3% и 15,0%).

5. В результате исследований установлено, что ведущими мотивами занятий физической культурой и спортом по месту жительства у студентов являются: укрепление здоровья (78,9% юн. и 36,3% дев.) улучшение фигуры (57,7% и 50,4%), улучшение физического развития (64,7% и 20,8%), получение удовольствия от занятий (27,9% и 23,9%).

6. На основании проведенного педагогического эксперимента установлено, что наиболее существенные изменения показателей физического развития и физической подготовленности произошли в 2Г I юн. с направленностью атлетической гимнастики (17,9%, р<0,05;

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

-22-

22,8%, $p < 0,05$) и в ЭГ 3 дев. с направленностью ритмической гимнастики (7,1%, $p < 0,05$; 24,8%, $p < 0,05$).

7. Установлено, что одним из условий совершенствования физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства студентов является кардинальное изменение менталитета, которое возможно в процессе специальным образом организованного общения по поводу физкультурно-спортивной деятельности посредством инициированного в нем рефлексивно-инновационного процесса.

8. Выявлено, что организация деятельности студентов в рефлексивно-творческом режиме, при котором имеется поле разнообразных возможностей для проявления физкультурно-спортивной активности, условий для её реализации, накопления соответствующего опыта, его осмысление и переосмысление является эффективным средством оптимизации физкультурно-спортивной жизни студентов по месту жительства.

9. В процессе эксперимента установлено, что организация групповой работы в рефлексивном режиме в ЭГ 5 существенным образом увеличило у студентов значимость занятий физической культурой, желание заниматься в дальнейшем, привело к ощутимым сдвигам в осмыслении физкультурно-спортивной активности, наращивании возможностей в её осуществлении.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Основным стратегическим направлением деятельности организатора физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства студентов является культивирование особой рефлексивно-творческой среды, в которой создаются оптимальные условия для осуществления полноценной физкультурной жизни, что предполагает разработку и реализацию системы поддержки индивидуального движения и личност-

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

-23-

ного роста (консультации, информация о формах и средствах занятий и т.д.) студентов.

2. В своей деятельности организаторам физкультурно-массовой и оздоровительной работы необходимо создавать условия для построения студентами собственных стратегий физкультурно-спортивной жизни, которая в содержательном плане проявляется в усилении стремления к разнообразию, индивидуализации и свободному выбору форм и средств занятий физической культурой по месту жительства.

3. Для оптимизации физкультурно-спортивной жизни студентов как по месту жительства, так и в учебном процессе необходимым является организация групповой работы в рефлексивном режиме, предусматривающая обсуждение участниками собственного опыта физической активности, осмысление и переосмысление его, наращивание способности к самоанализу, самоопределению.

4. С целью улучшения физического развития, повышения уровня физической подготовленности студентов рекомендуется по месту их жительства создавать следующие физкультурно-оздоровительные группы: среди юношей - с направленностью атлетической гимнастики (50% атлетическая гимнастика, 30% - оздоровительный бег, 20% - плавание; среди девушек - с направленностью ритмической гимнастики (60% ритмическая гимнастика, 30% плавание, 10% оздоровительный бег).

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Морозов В.И., Городилин С.К., Пастушек Г.П., Филиппов Н.Н. Содержание интересов студенческой молодежи к самостоятельным занятиям физической культурой // Формы и методы активизации учебного процесса по физическому воспитанию студентов высших и средних специальных учебных заведений: Тезисы докл. Республ. научн.-пр. конфер. - Ашхабад, 1989. - С. 47-49.

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

2. Морозов В.И., Рыженков В.Н., Филиппов Н.Н., Городилин С.К.

Интерес студентов к занятиям физической культурой и спортом по месту жительства // Вопросы теории и практики физической культуры и спорта: республ. межвед. сборник. - Минск, 1990. - С. 3-7.

3. Морозов В.И., Городилин С.К., Пастушек Г.П. Пути оптимизации содержания воспитательной работы среди студентов // Индивидуализация учебного процесса физического воспитания дошкольников, учащихся и студентов: Тезисы докл. и выст. на республ. науч.-пр. конф. - Минск, 1990. - С. 151-154.

4. Филиппов Н.Н., Городилин С.К., Поченчук П.И. Отношение студентов к занятиям физической культурой по месту жительства // Учитель в системе непрерывного образования: Тезисы докл. и выст. на республ. научно-практ. конф. - Гродно, 1990. - С. 149-151.

5. Морозов В.И., Городилин С.К. Некоторые проблемы внедрения физической культуры и спорта по месту жительства студентов медицинских вузов // Проблемы совершенствования научно-иссл. работы в сфере физической культуры: Матер. итоговой научн. конф. БГОИЖ. - Минск, 1991. - С. 29-30.

6. Сосколов В.А., Морозов В.И., Киселев В.М., Городилин С.К., Пастушек Г.П. Вопросы содержания воспитательной работы среди студентов // Вопросы теории и практики физической культуры и спорта: республ. межвед. сборник. - Минск, 1991. - С. 138-139.

Подписано в печать 22.03.93г.
объем 1 п-л, Зак 3/ Тир 100 эк.
Отпечатано на ротационной Гродненского госуниверситета им.
Я.Купалы
23.03.93 г. Гродно, ул. Ожешко 22