

*И. В. МАНЖЕЛЕЙ*

**СРЕДОВЫЙ ПОДХОД В ФОРМИРОВАНИИ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ  
СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

Вхождение человечества в постиндустриальную культурную эпоху, характеризующуюся глобализацией, динамизмом и высокой мерой неопределенности, актуализировало трансформацию сферы образования, которая сейчас призвана выполнять не только традиционные воспитательную и образовательную, но и социально-адаптивную, личностно-развивающую, социально-защитную, культуротворческую и здоровьесберегающую функции.

В эпоху размытости нравственных ценностей и идеалов физкультурно-спортивная среда образовательного учреждения с ее многочисленными межличностными контактами, в основу которых положены правила честной игры во всех видах спорта, сможет стать для студенческой молодежи территорией здоровья, толерантного взаимодействия, сохранения идеалов морали, нравственности и этики.

Студенческая молодежь, приобщенная к физкультурно-спортивному стилю жизни, включенная в регламентируемое правилами соперничество и сотрудничество, сможет в социально одобряемой форме двигательной активности снимать психофизическое напряжение, преодолевать барьеры непонимания, возникающие на самой различной, в том числе национальной почве, обрести способность к конструктивному взаимодействию, а также развить умение работать в команде, что чрезвычайно важно для личного и профессионального роста.

Интерес к педагогическому потенциалу среды проявился на рубеже XIX-XX вв. в связи с проблемами воспитательного пространства, которое рассматривалось через культурную среду, генерирующую образ жизни, ориентированный на развитие личности (А. Буземан, А. Вольф, С. Т. Шацкий). Сегодня проблемы образовательной среды за рубежом разрабатываются в трудах Р. Баркера, Е. Виллемса, Дж. Гибсона, О. Дункана, Л. Шноре, в России им посвящены работы О. С. Газмана, М. В. Кларина, Н. Б. Крыловой, Ю. С. Мануйлова, В. А. Петровского, В. И. Слободчикова, И. Д. Фрумина, В. А. Ясвина и др.

Целью нашего исследования стали разработка и экспериментальное обоснование теоретических и прикладных основ средового подхода в физическом воспитании, создающем условия для формирования физкультурно-спортивного стиля студенческой молодежи.

Средовый подход в физическом воспитании (СПФВ) мы рассматриваем как способ построения воспитательно-образовательного процесса, при котором акценты в деятельности преподавателя смещаются с активного воздействия на личность обучающегося в сферу построения, обогащения и освоения физкультурно-спортивной среды образовательного учреждения, создающей условия и предоставляющей возможности для саморазвития и самовыражения личности.

Под физкультурно-спортивной средой образовательного учреждения (ФССОУ) мы, вслед за В. А. Ясвиным<sup>1</sup>, понимаем совокуп-

---

<sup>1</sup> Ясвин В. А. Образовательная среда от моделирования к проектированию. М.: Смысл, 2001. 365 с.



ность различных условий и возможностей физического и духовного формирования и саморазвития личности, содержащихся в пространственно-предметном и социальном окружении.

В *методологическом* плане средовой подход базируется на теории возможностей Дж. Гибсона, отмечающего активное начало субъекта, осваивающего свою жизненную среду («экологический мир» по Гибсону), и на экобихевиоральных исследованиях Р. Баркера и Виллемса, обосновавших существование «поведенческих сеттингов», опосредующих поведение человека в зависимости от физического и социального окружения<sup>1</sup>.

Основные концептуальные положения средового подхода сформулированы нами следующим образом:

- Меняется философия физического воспитания в плане создания условий и предоставления возможностей для становления физически активной и ответственной за свое здоровье личности, готовой к саморазвитию на любом этапе жизненного пути.

- Физкультурно-спортивная среда образовательного учреждения создается педагогами и обучающимися, где каждый субъект осуществляет свою деятельность, творчески используя и преобразуя пространственно-предметные элементы, дифференцированные программы и технологии в контексте благоприятных социальных отношений.

- Педагогическое воздействие на личность заменяется конструктивным взаимодействием субъектов воспитательно-образовательного процесса.

- Критерием оценки профессионализма педагога становится умение организовать физкультурно-спортивную среду, создающую условия и предоставляющую возможности для физкультурно-спортивного развития и самовыражения личности.

В связи с этим *педагогический потенциал* локальной физкультурно-спортивной среды образовательного учреждения обусловлен содержанием *пространственно-предметного компонента* данной

---

<sup>1</sup> См.: Смит Н. Современные системы психологии: пер. с англ. / под общ. ред. А. А. Алексеева. СПб., 2003. С. 192-208, 325-330.

*среды (современная архитектура и дизайн спортивных залов, столовой, здравпункта; наличие душевых и рекреаций на свежем воздухе; оснащенность качественным оборудованием и инвентарем; насыщенность физкультурно-спортивными символами; соответствующие санитарно-гигиенические условия и др.); содержанием социальных отношений в ней (открытые, доброжелательные взаимоотношения между педагогами, студентами и широкие социальные связи), содержанием воспитательно-образовательного процесса как ее содержательно-технологического компонента (высокий уровень его программно-методического обеспечения; эффективность использования образовательных ресурсов для решения комплекса задач; направленность на раскрытие личностного потенциала каждого субъекта; способность удовлетворить спектр физкультурно-спортивных потребностей и сформировать у студентов систему ценностей) и, что особенно важно, характером связей и отношений между указанными выше компонентами.*

Физкультурно-спортивный стиль жизни (ФССЖ) мы рассматриваем как здоровьесозидающий, динамичный, интерактивный, эмоционально и эстетически привлекательный способ самовыражения индивидуальности в жизнедеятельности средствами физической культуры и массового спорта.

В структуре ФССЖ личности целесообразно выделить ценностно-мотивационный, деятельностный, коммуникативный и поведенческий компоненты. *Критериями эффективности ФССЖ* могут выступать: осознанная, значимая, действенная и ответственная мотивация здоровья и занятий физической культурой и спортом; благоприятное психофизическое состояние; здоровьесозидающее поведение во всех сферах жизни; повышение уровня физкультурно-спортивных компетентностей; физкультурно-спортивная активность в свободное время; развитие волевых и коммуникативных качеств личности; ориентированность субъекта на популяризацию ФССЖ в социокультурной среде и приобщение к нему ближайшего окружения.

Для выявления реальной картины вовлеченности в ФССЖ студенческой молодежи нами в период с 2009 по 2012 гг. было прове-



дено социально-педагогическое исследование (более 2000 студентов-первокурсников (17-18 лет) вузов и сузов г. Тюмени), результаты которого показали, что в иерархии их жизненных ценностей «здоровье» занимает не ниже 5-го рангового места, причем около 90% опрошенных признают физическую культуру и массовый спорт действенным средством созидания и укрепления здоровья, и лишь 23% из них регулярно занимаются физкультурно-спортивной деятельностью дополнительно к академическим занятиям. В то же время физкультурно-спортивные потребности молодых людей значительно выше их реальной активности, а в иерархии видов деятельности в сфере досуга занятиям физическими упражнениями студенты отводят в среднем 3,5% свободного времени. Наиболее значимыми мотивами посещения занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов являются «желание повысить физическую подготовленность», «необходимость получения зачета», «желание быть здоровым» и «желание совершенствовать телосложение». Большинство студентов предпочитаемой формой организации академических занятий по «Физической культуре» назвали секции по видам спорта на основе дифференциации физкультурно-спортивных интересов, которые у девушек в основном связаны с аэробикой, спортивной хореографией и спортивными играми, у юношей — со спортивными играми, единоборствами и атлетизмом. Физкультурная грамотность у 36% студентов соответствует уровню «ниже среднего»: 54,4% опрошенных не могут составить комплекс упражнений гигиенической гимнастики, 70,2% — не компетентны в вопросах закаливания, 54,3% — не умеют делать самомассаж, 72,5% — не владеют техникой аутотренинга и т. д.

Изучение уровня соматического здоровья студентов по методике экспресс-оценки Л. Г. Апанасенко показало, что от 40 до 52% обследованных девушек и юношей имеют низкий и ниже среднего уровень соматического здоровья, от 36 до 50% — средний, от 12 до 22% — выше среднего и только от 3 до 7% — высокий уровень. При этом от 9 до 21% студентов показали низкий уровень общей физической подготовленности, от 34 до 42% — ниже среднего, от 44 до 48% — средний, от 11 до 19% — выше среднего и от 2 до 4% — высокий.

Результаты эмпирических исследований позволили выявить основные *проблемные зоны и опорные точки* физического воспитания студенческой молодежи г. Тюмени.

Опытно-экспериментальная работа по формированию физкультурно-спортивного стиля жизни студенческой молодежи была организована в Центре оздоровительной физической культуры Тюменского государственного университета в период с 2009 по 2012 гг.

В ходе работы нашли подтверждение теоретические положения о том, что формирование физкультурно-спортивного стиля жизни (ФССЖ) студенческой молодежи следует осуществлять в открытой, сложной, гетерогенной, гибкой и когерентной задачам целостного развития личности физкультурно-спортивной среде образовательного учреждения через *«осознание осознания» (М. М. Бахтин), или понимание человеком оснований собственных мироориентаций, определяющих его индивидуальность и взаимодействие с окружающим миром природы и социума*, что существенно отличается от традиционных подходов, ориентированных либо на изменение поведения человека в рамках заданных извне целеориентиров и стереотипов их достижения, либо только на совершенствование его индивидуальности.

*Системообразующим* фактором формирования ФССЖ является наличие внутреннего источника активности человека. *Системо-наполняющими* факторами предстают способности личности к познанию и самопознанию, самоопределению и самоуправлению. *Системообуславливающими* факторами формирования ФССЖ являются социальные взаимодействия, детерминирующие самосовершенствование личности: *во-первых*, это характер межличностного взаимодействия с ближайшим окружением, оказывающий различного рода влияния на психологические усилия личности; *во-вторых*, это специфика физкультурно-спортивной среды, от взаимодействия с которой зависят характеристики включения и функционирования механизмов самосовершенствования личности.

Механизмы становления физкультурно-спортивного стиля жизни студенческой молодежи связаны с осознанием — оценочной реф-



лексией — принятием — самоопределением — самоуправлением — самовыражением и реализуются через прохождение ряда ступеней.

Экспериментально обоснован средовой подход в физическом воспитании, в основе которого лежат ноосферное мышление и современное понимание воспитательного потенциала среды как условий и возможностей для развития личности с акцентом на активно-созидательную позицию субъектов (обучающихся и педагогов). Это позволяет определить оптимальное соотношение содержания пространственно-предметного, содержательно-технологического и социально-коммуникативного компонентов среды образовательного учреждения (ресурсное обеспечение), а также упорядочить связи и отношения между указанными компонентами на основе принципов открытости и когерентности; прогностичности и опережающего развития; координации и уравнивания; гетерогенности и гибкости; компенсации и кумулятивности. В свою очередь это важно в ситуации дефицита спортивных сооружений. Средовой подход помогает в организации пользующихся популярностью у студенческой молодежи занятий физической культурой и спортом в стенах вуза и в условиях городского ландшафта с применением трансформерных и информационно-коммуникативных технологий.

Эффективность формирования физкультурно-спортивного стиля жизни студентов (достоверное повышение мотивации занятий физической культурой и физкультурно-спортивной активности, позитивная динамика методической и физической подготовленности и др.) обеспечивалась *организацией* открытой и когерентной задачам целостного развития личности физкультурно-спортивной среды на основе интеграции содержания и форм основного и дополнительного образования в сфере физической культуры и массового спорта; *конкретизацией* целей физического воспитания как формирования физкультурно-спортивных компетенций, осуществления целеполагания на основе смыслополагания и актуализации значимого мотива деятельности; *соответствующим* отбором учебного материала для реализации значимой проектно-исследовательской деятельности; *организацией* конструктивного взаимодействия субъектов воспитательно-образовательного процесса,

ориентированного на проявление и актуализацию не только индивидуальных, но и групповых смыслообразующих контекстов физкультурно-спортивной деятельности; *улучшением* ресурсного (материально-технического, кадрового, учебно-методического) обеспечения.

Индивидуальное приобщение студентов к физкультурно-спортивному стилю жизни предполагало формирование физкультурно-спортивных компетентностей через успешное протекание пяти взаимосвязанных процессов: присвоения как интериоризации физкультурно-спортивных ценностей (*хочу*); развития физических, эмоционально-волевых и коммуникативных качеств (*могу*); освоения физкультурно-спортивных знаний (*знаю*); овладения физкультурно-спортивными умениями и навыками (*умею*); обогащения субъектного физкультурно-спортивного опыта (*имею*).

В ходе опытно-экспериментальной работы доказана эффективность условий формирования выделенных нами физкультурно-спортивных компетенций (социальной, информационной, двигательно-прикладной; двигательно-кондиционной; оздоровительно-адаптивной; оздоровительно-коррекционной; спортивно-рекреативной; коммуникативной; самообразовательной). В учебном процессе мы с неизбежностью максимум внимания уделяли формированию *знаний, умений, навыков* и развитию физических кондиций, вне которых компетенцию сформировать невозможно. Кроме того, были организованы разного рода практики в микросредах образовательного учреждения, построенных на основе интеграции учебной и внеучебной работы, а также в социокультурной среде города.

Содержание *учебного материала* раздела «Физическая культура» состояло из двух блоков: *базового* или биосоциокультурного, направленного на овладение многообразием ценностей физической культуры и целостное интеллектуальное, физическое, нравственное, эстетическое развитие человека в ее контексте, и *вариативного* или индивидуально-личностного, учитывающего индивидуальные физкультурно-спортивные способности и потребности студентов, причем по мере обучения, в процессе интериоризации ценностей физической культуры в личностные ценности, доля базового компонента уменьшалась, а вариативного возрастала.



Вариативность образовательной *программы* определял не преподаватель, выбирая те или иные разделы учебного материала в соответствии со своими представлениями о необходимой системе знаний, умений и навыков, а студент, исходя из желаемых для него «на выходе» результатов процесса обучения (элективные курсы по видам спорта).

Понимая содержание образовательной области «Физическая культура» как адаптированный для образования социальный опыт человечества, тождественный по структуре физической культуре, в содержание раздела «Физическая культура» мы включили следующие модули учебного материала, направленные на формирование определенных физкультурных компетенций:

- Общефизическая подготовка бакалавра (с I по VI семестр).
- Оздоровительные системы (с I по VI семестр).
- Особенности занятий избранным видом спорта (с I по IV семестр).
- Социально-биологические и гигиенические основы физической культуры и здорового стиля жизни (V семестр).
- Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавра (V-VI семестры) (табл. 1).

Следует отметить, что в силу специфики образовательной области «Физическая культура», ее практико-ориентированного характера, отдельные модули учебного материала являются сквозными, то есть изучаются не в одном, а в нескольких семестрах, и обозначаются как модули, привязанные к семестру обучения.

В физкультурно-спортивной среде образовательного учреждения были построены взаимопроникающие и взаимодействующие микросреды разной модальности: учебная работа по разделу «Физическая культура»; элективные курсы (по видам спорта и дополнительные курсы «Основы самомассажа», «Здоровьесберегающие технологии» и т. д.), самостоятельные и факультативные занятия; волонтерская деятельность в качестве судей и пресс-секретарей на соревнованиях, совместная исследовательская деятельность педагогов и обучающихся (конференции, проекты и др.); занятия в группах спортивного совершенствования и в группах высшего спортивного мастерства; оздоровительные и двигательно-рекреа-

тивные мероприятия в режиме учебного дня; внеучебная оздоровительная и физкультурно-спортивная деятельность (ОФСД) внутри образовательного учреждения, в том числе на платной основе, (секции, клубы, конкурсы, спартакиады, турслеты и т. д.) и за его пределами (в районе, городе, регионе и т. д.); ОФСД по месту жительства, во время летнего отдыха, во время практики.

Таблица 1

**Содержание дисциплины «Физическая культура»**

| Физкультурные компетенции                                                                                                            | Макромодули учебного материала дисциплины «Физическая культура» |                                     |                                            |                                                                             |                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                      | Оздоровительные системы                                         | Общefизическая подготовка бакалавра | Особенности занятий избранным видом спорта | Социально-биологические основы физической культуры и здорового образа жизни | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавра |
| Социальная                                                                                                                           | ∇©                                                              | ∇©                                  | ∇©                                         | ∇©                                                                          | ∇©                                                                           |
| Информационная                                                                                                                       | ∇©                                                              | ∇©                                  | ∇©                                         | ∇©                                                                          | ∇©                                                                           |
| Коммуникативная                                                                                                                      | ∇©                                                              | ∇©                                  | ∇©                                         | ∇©                                                                          | ∇©                                                                           |
| Самообразовательная                                                                                                                  | □©®                                                             | □©®                                 | □©®                                        | □©®                                                                         | □©®                                                                          |
| Оздоровительно-адаптивная                                                                                                            | □©®                                                             | □©®                                 | ∇©®                                        | □©®                                                                         | ∇©®                                                                          |
| Оздоровительно-коррекционная                                                                                                         | □©®                                                             | □©®                                 | ∇©®                                        | □©®                                                                         | ∇©®                                                                          |
| Двигательно-кондиционная                                                                                                             | □©                                                              | □©®                                 | □©®                                        | ∇©®                                                                         | ∇©®                                                                          |
| Двигательно-прикладная                                                                                                               | ∇©®                                                             | □©®                                 | □©®                                        | ∇©®                                                                         | □©®                                                                          |
| Спортивно-рекреативная                                                                                                               | ∇©®                                                             | □©®                                 | □©®                                        | ∇©®                                                                         | ∇©®                                                                          |
| Примечание: □ — целенаправленное формирование; ∇ — сопряженное формирование; © — ситуационное применение; ® — творческое применение. |                                                                 |                                     |                                            |                                                                             |                                                                              |



В соответствии с вариативным содержанием и многообразием форм физического воспитания, построенного на основе средового подхода, используются традиционные и инновационные методы воспитания, обучения, развития, здоровьесбережения. Основные ограничения методов связаны с характером педагогического взаимодействия, которое может быть конструктивным и гуманным, но не директивным, что предполагает альтернативный *согласованный выбор* педагогом и студентами содержания и методов обучения.

Для прояснения ценностно-смысловых оснований развивающей физкультурно-спортивной деятельности личности применялись методы лабилизации, смысловой перестройки, убеждения.

Обобщение опыта внедрения средового подхода в Тюменском государственном университете позволяет выделить основные опорные позиции в деятельности коллектива:

- совершенствование программно-нормативной базы физического воспитания студентов: разработка и утверждение Ученым советом краткосрочной (3 года) программы развития физической культуры и спорта в образовательном учреждении с поэтапным контролем процесса ее реализации по основным критериям («Программа «Университет здорового образа жизни» и пр.);
- развитие организационно-управленческих и самостоятельных структур физического воспитания в образовательном учреждении: создание координационного совета по физической культуре и спорту в вузе, открытие Центра оздоровительной физической культуры, научной лаборатории «Оздоровительные технологии в образовании», активизация деятельности спортивного клуба, кураторов по физическому воспитанию и спортивного актива;
- повышение качества программно-методического обеспечения и организации учебного процесса: разработка ИКТ, подготовка учебно-методических материалов и алгоритмов для их составления; разработка и внедрение паспортов здоровья, кейс-технологий, компьютерной версии мониторинга физического состояния студентов, введение новых форм и методов организации занятий (элективные курсы, интегрированные занятия, мастер-классы, деловые игры, фестивали и др.), развитие совместной проектно-исследовательской деятельности преподавателей и студентов;

- совершенствование внеучебной оздоровительной и спортивно-массовой работы: составление комплексного плана работы с привлечением студенческого актива, организация дополнительных секционных занятий по видам спорта (в том числе в рамках дополнительных образовательных услуг), развитие традиций проведения ежегодных спартакиад, месячников, конкурсов, декад здоровья, участие сборных команд в областных и республиканских соревнованиях, создание музея и стендов спортивной славы, популяризация спортивных символов и ритуалов, укрепление связей с иными ведомствами (культуры, здравоохранения, правопорядка и др.) и учреждениями (школы, ДЮСШ, сузы, вузы), широкое освещение в СМИ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;

- подготовка и переподготовка кадров: проведение семинаров-практикумов с педагогами по построению физкультурно-спортивной среды и тренингов конструктивного педагогического взаимодействия, обучение студенческого общественного актива;

- укрепление материально-технической базы: строительство и реконструкция спортсооружений, совершенствование способов их функционирования, обновление оборудования и инвентаря.