

## СОЗДАНИЕ ИНТЕГРИРОВАННОЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ СРЕДЫ, НАПРАВЛЕННОЙ НА ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

### THE CREATION OF AN INTEGRATED PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ENVIRONMENT DIRECTED TOWARDS INCREASING THE EFFECTIVENESS OF THE PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

Гаврилик М. В.

*УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, Республика Беларусь*

DOI <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2021.9.19>

#### **Аннотации**

В статье представлены результаты апробации методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды в учреждении высшего образования. Методика создания интегрированной физкультурно-спортивной среды заключается в последовательной реализации трех этапов: аналитического, базового и оценочного. Представлена модель интегрированной физкультурно-спортивной среды. Модель создает целостное представление об интегрированной физкультурно-спортивной среде, позволяет исследовать ее функционирование, отражает пространственно-предметный, педагогический и социальный аспекты в едином образовательном процессе и обосновывает необходимость учёта средовых факторов, что обеспечивает оптимальное функционирование интегрированной физкультурно-спортивной среды. Модель представляет физкультурно-спортивную среду как динамическую целостность, в которой создаются условия для гармоничного развития личности студента и его самореализации в физической культуре и спорте. Сущность интегрированной среды заключается в создании реальных условий для продуктивного взаимодействия УВО и социальной среды, представляющих собой единый образовательный процесс. Физическое воспитание в созданной среде основано на использовании возможностей вариативной части содержания программы по физической культуре, рациональном использовании управляемой самостоятельной работы (планирование, организация и контроль), что создает наиболее благоприятные условия для самоопределения студентов в выборе видов двигательной активности и включения их в самостоятельную двигательную деятельность. Интегрированная физкультурно-спортивная среда основана на реализации системного, средового и личностно-ориентированного подходов при организации физического воспитания студентов, что создает индивидуальные модели развития студента. В статье отражены результаты физического воспитания студентов в интегрированной физкультурно-спортивной среде на основе: анализа удовлетворенности студентов физическим воспитанием; динамики показателей и уровня физической подготовленности экспериментальных групп и контрольных групп, полученных в ходе педагогического эксперимента.

**Ключевые слова:** методика, физическое воспитание, интегрированная физкультурно-спортивная среда, физкультурно-спортивная деятельность, физическая культура, физическая подготовленность.

У статті наведено результати апробації методики створення інтегрованого фізкультурно-спортивного середовища в установі вищої освіти. Методика створення інтегрованого фізкультурно-спортивного середовища полягає в послідовній реалізації трьох етапів: аналітичного, базового та оцінного. Представлено модель інтегрованого фізкультурно-спортивного середовища. Модель створює цілісне уявлення про інтегроване фізкультурно-спортивне середовище, дозволяє досліджувати його функціонування, відображає просторово-предметний, педагогічний та соціальний аспекти в єдиному освітньому процесі та обґрунтовує необхідність обліку середовищних факторів, що забезпечує оптимальне функціонування інтегрованого фізкультурно-спортивного середовища. Модель представляє фізкультурно-спортивне середовище як динамічну цілісність, у якій створюються умови для гармонійного розвитку особистості студента та його самореалізації у фізичній культурі

та спорті. Сутність інтегрованого середовища полягає у створенні реальних умов для продуктивної взаємодії УВО та соціального середовища, що є єдиним освітнім процесом. Фізичне виховання у створеному середовищі засноване на використанні можливостей варіативної частини змісту програми з фізичної культури, раціональному використанні керованої самостійної роботи (планування, організація та контроль), що створює найбільш сприятливі умови для самовизначення студентів у виборі видів рухової активності та включення їх до самостійної рухової діяльності. Інтегроване фізкультурно-спортивне середовище засноване на реалізації системного, середовищного та особистісно-орієнтованого підходів при організації фізичного виховання студентів, що створює індивідуальні моделі розвитку студента. У статті відображено результати фізичного виховання студентів в інтегрованому фізкультурно-спортивному середовищі на основі: аналізу задоволеності студентів фізичним вихованням; динаміки показників та рівня фізичної підготовленості експериментальних груп та контрольних груп, отриманих у ході педагогічного експерименту.

**Ключові слова:** методика, фізичне виховання, інтегроване фізкультурно-спортивне середовище, фізкультурно-спортивна діяльність, фізична культура, фізична підготовленість.

The article presents the results of approbation of the methodology for creating an integrated physical culture and sports environment in a higher education institution. The methodology for creating an integrated physical culture and sports environment includes the sequential implementation of three following stages: analytical, basic and evaluative. The model of an integrated physical culture and sports environment is presented the article. The model creates a holistic view of the integrated physical culture and sports environment and allows to study its functioning, reflects the spatial-subject, pedagogical and social aspects in the unified educational process and substantiates the need to take into account environmental factors, which ensures the optimal functioning of the integrated physical culture and sports environment. The model represents the physical culture and sports environment as a dynamic integrity, in which conditions are created for the harmonious development of the student's personality and his self-realization in physical culture and sports. The essence of the integrated environment is to create real conditions for productive interaction between HEI and the social environment, which are equal parts of the unified educational process. Physical education in the created environment is based on the use of the possibilities of the variable part of the content of the program in physical education, the rational use of supervised independent work (planning, organization and control), which creates the most favorable conditions for self-determination of students in the choice of types of motor activity and their inclusion in independent motor activities. The integrated physical culture and sports environment is based on the implementation of systemic, environmental and personality-oriented approaches in the organization of physical education of students, which creates individual models for student development. The article reflects the results of physical education of students in an integrated physical culture and sports environment based on: the analysis of students' satisfaction level with physical education; the dynamics of indicators and the level of physical fitness of the experimental groups and control groups, obtained in the course of the pedagogical experiment.

**Key words:** methodology, physical education, integrated physical culture and sports environment, physical culture and sports activity, physical culture, physical fitness.

**Вступление.** Образовательная среда учреждения высшего образования является важнейшим условием успешного развития образовательного процесса, так как в ней протекает основная жизнедеятельность студента. Учреждения высшего образования характеризуются наличием определенной образовательной среды. Проблема образовательной среды и ее влияния на развитие личности занимает одно из центральных мест в системе проблем современного образования [4]. С переходом на новые образовательные стандарты высшего образования созданы предпосылки для модернизации физического воспитания

студентов [4]. Физкультурно-спортивная деятельность студента в современных условиях требует разработки новых методик физического воспитания, направленных на самореализацию личности с учетом потребностей, мотивов, интересов, ценностей, т.е. ведущих стимулов активной жизни. Это может произойти и за счет изменений социальных, педагогических взглядов на организацию и управление образовательным процессом, что обусловлено различными, не всегда позитивными тенденциями в молодежной среде: снижением уровня физического здоровья и двигательной активности студентов,

отсутствием у них осознанного стремления к занятиям физической культурой и спортом [2]. С целью повышения эффективности физического воспитания студентов разработана методика создания интегрированной физкультурно-спортивной среды в учреждении высшего образования (далее – УВО).

Для апробации методики и определения эффективности физического воспитания в данной среде проводился педагогический эксперимент.

**Результаты исследования.** Участники эксперимента были распределены по группам с учетом гендерного признака. Количество девушек, принявших участие в эксперименте, составило 760 человек, из которых сформированы группы: экспериментальная – 382 человека (ЭГ/д) и контрольная – 378 человек (КГ/д). Количество юношей составило 318 человек, из которых сформированы: экспериментальная – 163 человека (ЭГ/ю) и контрольная – 155 человек (КГ/ю) группы.

Согласно учебным планам специальностей и расписанию занятий по физической культуре в контрольных (КГ/ю и КГ/д) и экспериментальных группах (ЭГ/ю и ЭГ/д) количество часов занятий было одинаковым и составляло 140 часов в год, в объеме 4 часов в неделю. Занятия в контрольных группах (КГ/ю и КГ/д) проводились по традицион-

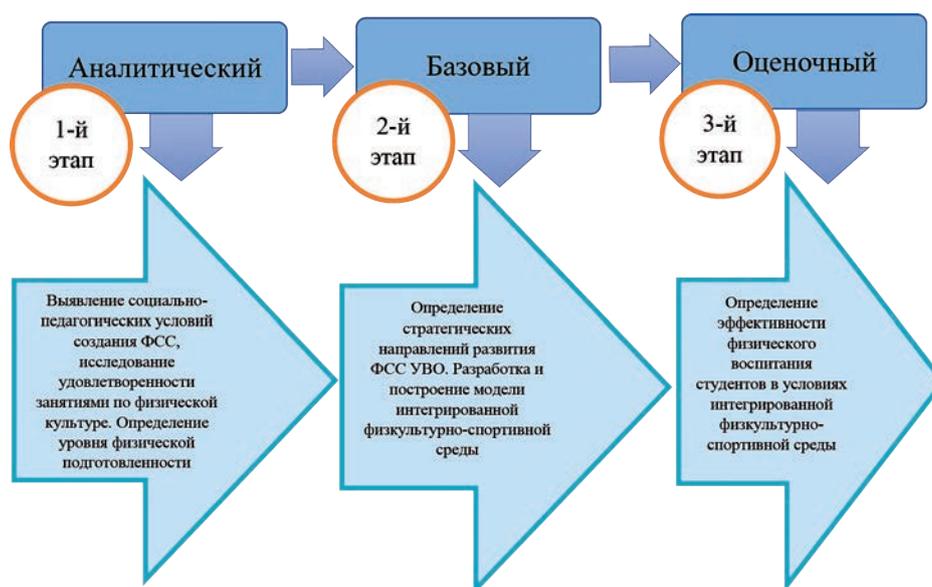
ной методике согласно учебной программе. В экспериментальных группах (ЭГ/ю и ЭГ/д) физическое воспитание студентов происходило в условиях модели интегрированной физкультурно-спортивной среды и реализации авторской методики.

Методика создания интегрированной физкультурно-спортивной среды заключается в последовательной реализации трех этапов: аналитического, базового и оценочного.

На первом этапе изучалось состояние физического воспитания в учреждении образования «Полесский государственный университет». Для этого разработана и внедрена в образовательный процесс «Анкета исследования удовлетворенности студентов организацией физического воспитания и выявления факторов, влияющих на отношение студентов к занятиям физической культурой».

Респондентами стали 1078 студентов факультета банковского дела, экономического и биотехнологического факультетов ПолесГУ.

Исследование удовлетворенности студентов физическим воспитанием показало, что занятиями физической культурой удовлетворены около 48% студентов, частично удовлетворены почти 10% и около 42% не удовлетворены занятиями [2].



**Рис. 1. Схема методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды**

В результате проведенного исследования выявлено, что социально-педагогическими условиями повышения эффективности физического воспитания студентов являются: инновационный подход к организации образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура»; реализация личностно-ориентированного подхода на основе избирательности видов физкультурно-спортивной деятельности; комплекс адекватных форм и средств физического воспитания студентов в процессе обучения; кадровое и материально-техническое обеспечение новых подходов к организации и содержанию физического воспитания в учреждении высшего образования.

Лимитирующим фактором выступают, прежде всего, неудовлетворенность обучающихся традиционной организацией и проведением занятий, которые обуславливают невозможность выбора вида двигательной активности; отсутствие индивидуального подхода и диалогового сотрудничества.

Установлено, что одним из критериев эффективности физического воспитания и позитивного отношения к занятиям физической культурой является удовлетворенность студентов организацией и содержанием физического воспитания. Полученные данные позволили выявить состояние физического воспитания студентов, определить основные подходы к решению проблемы исследования – системный, средовой и личностно-ориентированный – и пути повышения его эффективности.

На втором этапе разработаны стратегические направления интегрированной физкультурно-спортивной среды ПолесГУ:

- внедрение в образовательный процесс по физической культуре индивидуальной траектории развития, которая позволяет обучающемуся освоить разнообразные физкультурно-спортивные виды деятельности;

- обеспечение качественного информационного сопровождения с использованием возможностей интернет-ресурсов университетских СМИ соревновательной и спортивной составляющей; детальное освещение

соревнований как серьезного и заслуживающего всеобщего внимания события; создание патриотического ореола вокруг университетских команд, защищающих честь УВО;

- создание спортивных команд по различным видам спорта. Освоение новых молодежных проектов и физкультурно-спортивных направлений, таких как чирлидинг, паркур, гребля на ялах и т. п.;

- организация и проведение анимационно-насыщенных физкультурно-спортивных мероприятий: «Международный спортивный фестиваль «PRO-sport на Полесье», «Фитнес Фестиваль», «Рождественский турнир по волейболу», «Полесская регата (гребля на ялах)» и другие спортивные праздники, конкурсы, ежегодные театрализованные вручения спортивных наград и премий лучшим командам, спортсменам и самым активным участникам;

- организация и проведение с иностранными вузами-партнерами международных соревнований, фестивалей, праздников, научно-практических конференций и т. д.;

- организация и проведение соревнований, фестивалей, праздников, с лицами, имеющими особые нужды (инвалиды): волейбол сидя, фестиваль «Сиреневая ласточка»;

- создание волонтерских отрядов для организации и сопровождения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Определены сущность и содержание физического воспитания студентов в интегрированной физкультурно-спортивной среде. Внесены принципиальные изменения в организацию образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура», связанные с постепенным сокращением занятий с преподавателем и увеличением доли управляемой самостоятельной работы [1]. Организация физического воспитания и создание физкультурно-спортивной среды основаны на вариативной части учебной программы по физической культуре, рационализации управляемой самостоятельной работы (планирование, организация и контроль), что создает наиболее благоприятные условия для

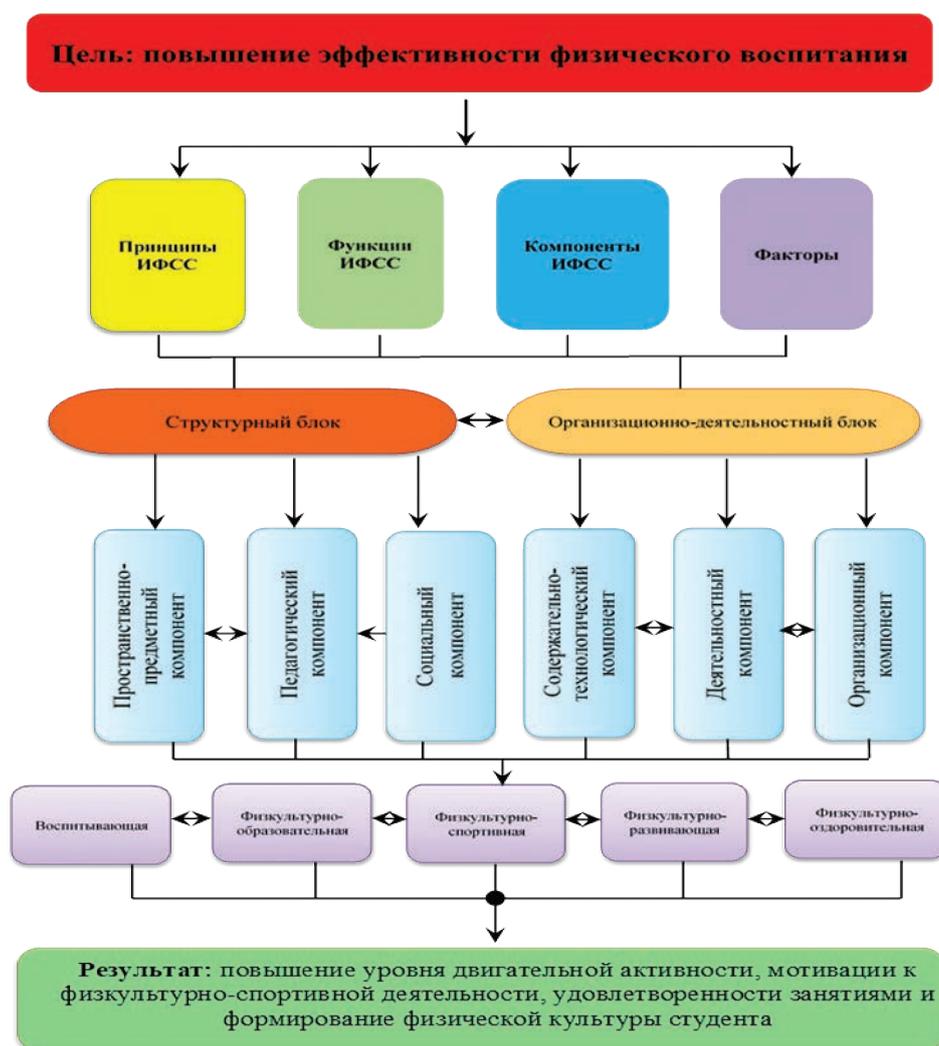
самоопределения студентов в выборе видов двигательной активности и их включения в самостоятельную двигательную деятельность [1].

Предоставление студентам свободы выбора видов физкультурно-спортивной деятельности и индивидуальных направлений самосовершенствования согласно их интересам, потребностям и возможностям, а также обеспечение доступной физкультурно-спортивной среды, способствуют формированию мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре и повышают их заинтересованность в занятиях в целом [1].

Модель интегрированной физкультурно-спортивной среды (рисунок 2), соответствует сущностным характеристикам физического воспитания студентов и объединяет про-

странственно-предметную, педагогическую, социальную среду УВО, в которой образовательный процесс по учебной дисциплине «Физическая культура» и внеаудиторные формы физического воспитания преобразуются в содержательно-технологическом, организационном и деятельностном аспектах.

Главное функциональное назначение модели – согласование системного взаимодействия факторов, что обеспечивает оптимальное функционирование интегрированной физкультурно-спортивной среды. Сущность интегрированной среды заключается в создании реальных условий для продуктивного взаимодействия УВО и социальной среды, представляющих собой единый образовательный процесс.



**Рис. 2. Модель интегрированной физкультурно-спортивной среды**

Структурный блок включает: пространственно-предметный компонент: материально-техническое обеспечение (сооружения, залы, инвентарь, оборудование и др.); педагогический компонент: профессорско-преподавательский состав кафедр, сотрудники центра физической культуры и спорта, воспитательного отдела (воспитатели, руководители кружков, инструкторы общежитий и др.) ПолесГУ; социальный компонент: семья, одноклассники, друзья, социальное окружение и др.

Организационно-деятельностный блок включает: содержательно-технологический, деятельностный и организационные компоненты образовательного процесса, включающего изучение учебной дисциплины «Физическая культура» и внеаудиторных видов деятельности (образовательная, оздоровительная, спортивная, развивающая, воспитательная).

Компоненты и составляющие могут меняться в зависимости от материально-технической базы, количества социальных объектов, от целеустремленности и готовности самих субъектов образовательной деятельности повышать ее воспитательный потенциал.

Модель отражает следующие положения: объединяет пространственно-предметную, педагогическую, социальную среды УВО, продуцирует интеграционный эффект воспитания в единый образовательный процесс, выражающийся в содержательно-технологическом, организационном и деятельностном аспектах; обуславливает создание различных взаимопроникающих компонентов, создающих условия для формирования индивидуальной среды каждого студента; обеспечивает успех разнообразной физкультурно-спортивной деятельности студентов.

Интегрированная физкультурно-спортивная среда представляет функционирование различных сред, создающих индивидуальные вариативные образовательные и воспитательные модели, реализующие идеи модернизации физического воспитания в УВО [1].

Реализация модели интегрированной физкультурно-спортивной среды основана на

разработке и внедрении в образовательный процесс по учебной дисциплине: дневника контроля управляемой самостоятельной работы по учебной дисциплине «Физическая культура»; программного обеспечения «Электронная система контроля физического воспитания студентов в физкультурно-спортивной среде УВО», что позволило оперативно управлять физическим воспитанием студентов; отслеживать своевременность выполнения разделов управляемой самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура»; а также обеспечить вовлеченность студентов в физкультурно-оздоровительную, спортивно-массовую и волонтерскую деятельность [2].

Для определения результативности модели интегрированной физкультурно-спортивной среды на протяжении эксперимента проводился анализ учебной документации, журналов посещаемости занятий, медицинских справок в контрольных и экспериментальных группах. Выявлено, что студенты контрольных групп имеют большее количество пропущенных занятий (на 14 часов в среднем на одного человека) в сравнении с экспериментальными группами. Реализация экспериментальной модели интегрированной физкультурно-спортивной среды выразилась в более высокой посещаемости занятий студентами экспериментальных групп относительно контрольных.

После завершения эксперимента проводился мониторинг удовлетворенности занятиями по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов экспериментальных ЭГ/ю (n=163), ЭГ/д (n=382) и контрольных групп КГ/ю (n=155), КГ/д до (n=378) (таблица 1).

Исследование удовлетворенности занятиями физической культурой показало, что на начальном этапе эксперимента статистически достоверных различий между экспериментальными и контрольными группами не выявлено ( $p < 0,05$ ). После проведения педагогического эксперимента имеются статистически достоверные различия между экспериментальными и контроль-

ными группами ( $p > 0,05$ ). Исследование удовлетворенности студентов организацией физического воспитания после педагогического эксперимента свидетельствует о достоверно значимых различиях в экспериментальных группах. Следовательно, организация физического воспитания в условиях реализации модели интегрированной физкультурно-спортивной среды позволила повысить его эффективность, что проявляется в высокой степени удовлетворенности занятиями студентов, входящих в состав экспериментальных групп в сравнении с контрольными [2; 3].

На третьем этапе определялась эффективность физического воспитания студентов в условиях апробации методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды в УВО по показателям динамики уровня физической подготовленности студентов экспериментальных и контрольных групп.

На начальном и заключительном этапах эксперимента проводилось тестирование уровня физической подготовленности согласно типовой программе учебной дисциплины «Физическая культура». Результаты тестирования юношей, полученные в ходе экспериментального исследования, позволили определить, что на начальном этапе исследования у юношей по показателям прыжка в длину с места; подтягивания на высокой перекладине; сгибания и разгибания рук в упоре лежа; бега 30 м; челночного

бега 4×9 м; бега 3 000 м; поднимания туловища из положения лежа на спине за 60 с; наклона вперед из положения сидя ноги врозь достоверно значимых различий между ЭГ/ю и КГ/ю не выявлено ( $p < 0,05$ ) (таблица 2).

После завершения эксперимента результативность физического воспитания в интегрированной физкультурно-спортивной среде выразилась в повышении показателей физической подготовленности в экспериментальной группе. Значимые различия зафиксированы во всех исследуемых показателях между ЭГ/ю и КГ/ю  $W_{эмп} > 1,96$ , достоверность различий равна 95 % ( $W_{эмп} > 0,05$ ), что доказывает эффективность физического воспитания в условиях интегрированной физкультурно-спортивной среды.

Исследование уровня физической подготовленности показало, что на начальном этапе эксперимента достоверно значимых различий между юношами ЭГ/ю и КГ/ю не выявлено ( $p < 0,05$ ). После проведения эксперимента имеются достоверные сдвиги в уровне физической подготовленности ЭГ/ю и КГ/ю ( $p > 0,05$ ) (рисунок 3).

Таким образом, результативность физического воспитания в условиях реализации методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды выразилась в повышении уровня физической подготовленности юношей экспериментальной группы ЭГ/ю, что доказывается статистически достоверно различимыми результатами после проведения эксперимента.

Таблица 1

**Динамика удовлетворенности занятиями по учебной дисциплине «Физическая культура»**

Группы	Уровень удовлетворенности студентов, %			$X^2_{эмп}$	p
	Удовлетворены	Частично удовлетворены	Не удовлетворены		
КГ/ю до	51,0 % (79 чел.)	9,0 % (14 чел.)	40 % (62 чел.)	0,177	$p < 0,05$
ЭГ/ю до	50,3 % (82 чел.)	10,4 % (17 чел.)	39,3 % (64 чел.)		
КГ/ю после	59,4 % (92 чел.)	8,4 % (13 чел.)	32,3 % (50 чел.)	50,858	$p > 0,05$
ЭГ/ю после	91,4 % (149 чел.)	5,5 % (9 чел.)	3,1 % (5 чел.)		
КГ/д до	48,9 % (185 чел.)	8,5 % (32 чел.)	42,6 % (161 чел.)	1,586	$p < 0,05$
ЭГ/д до	45,0 % (172 чел.)	10,5 % (40 чел.)	44,5 % (170 чел.)		
КГ/д после	55,0 % (208 чел.)	11,1 % (42 чел.)	33,9 % (128 чел.)	140,349	$p > 0,05$
ЭГ/д после	87,4 % (334 чел.)	11,0 % (42 чел.)	1,6 % (6 чел.)		

\*используется статистический критерий хи-квадрат,  $X^2_{крит} (0,05) = 5,991$ .

Результаты физического воспитания студентов, полученные в ходе проведения экспериментального исследования, позволили определить, что на начальном этапе исследования по тестам: прыжок в длину с места; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; челночный бег 4×9 м; бег 30 м; бег 1500 м; поднимание туловища из положения лежа на спине

за 60 с; наклон вперед из положения сидя ноги врозь – достоверных различий у девушек экспериментальных и контрольных групп не имелось ( $p < 0,05$ ). После завершения эксперимента выявлены достоверно значимые различия между ЭГ/д и КГ/д, достоверность различий равна 95 % ( $p > 0,05$ ) во всех исследуемых показателях (таблица 3).

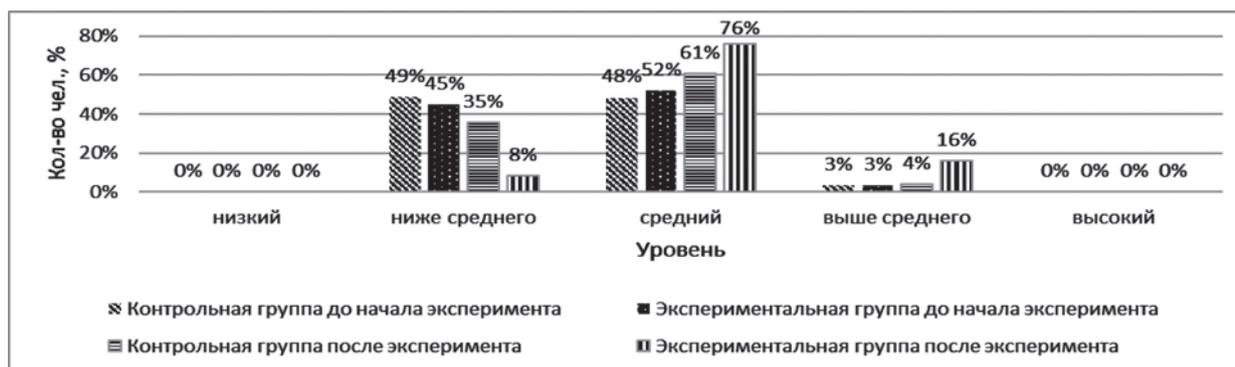


Рис. 3. Динамика уровня физической подготовленности юношей контрольной и экспериментальной групп

Таблица 2

Динамика физической подготовленности юношей контрольной и экспериментальной групп

Тесты	КГ/ю до эксп. ( $\bar{x} \pm \sigma$ )	КГ/ю после эксп. ( $\bar{x} \pm \sigma$ )	Прирост, %	ЭГ/ю до эксп. ( $\bar{x} \pm \sigma$ )	ЭГ/ю после эксп. ( $\bar{x} \pm \sigma$ )	Прирост, %	Wэмп до эксп.	p	Wэмп после эксп.	p
Прыжок в длину с места, см	228,1±14,9	232,6±14,6	2	231,2±16,4	245,3±14	6,1	1,95	<0,05	7,28	>0,05
Наклон вперед из положения сидя, см	11,7±5,4	12,7±5,3	8,4	12±5,8	14,1±5,6	17,4	0,56	<0,05	2,27	>0,05
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз	37,6±9	41,3±9,1	9,8	37,5±10,2	45,4±8,8	20,9	0,67	<0,05	4,57	>0,05
Подтягивание на высокой перекладине, раз	7,6±3,6	10,2±2,9	34,4	7,7±4,2	11±3,4	44,4	0,51	<0,05	2,13	>0,05
Поднимание туловища из положения лежа за 60 с	47,3±7,3	52,9±7,6	11,8	48,3±7,3	57,4±7,5	18,8	1,11	<0,05	4,95	>0,05
Челночный бег 4×9 м, с	10,06±0,51	9,97±0,5	0,9	10,06±0,55	9,75±0,48	3,1	0,33	<0,05	3,85	>0,05
Бег 30 м, с	5,02±0,27	4,9±0,22	2,4	5,01±0,28	4,83±0,19	3,6	0,36	<0,05	2,44	>0,05
Бег 3000 м, с	849,8±41,2	822,8±42,8	3,2	853,7±47,9	758,7±50,2	11,1	1,09	<0,05	10,5	>0,05

\*используется статистический критерий Вилкоксона – Манна – Уитни (далее – ВМУ),  $W_{крит}(0,05) = 1,96$ .

Таблиця 3

Динамика физической подготовленности девушек контрольной и экспериментальной групп

Тесты	КГ/ю до эксп. ( $\bar{x} \pm \sigma$ )	КГ/ю после эксп. ( $\bar{x} \pm \sigma$ )	Прирост, %	ЭГ/ю до эксп. ( $\bar{x} \pm \sigma$ )	ЭГ/ю после эксп. ( $\bar{x} \pm \sigma$ )	Прирост, %	Wэмп до эксп.	p	Wэмп после эксп.	p
Прыжок в длину с места, см	169,8±13,2	173,8±12,5	2,4	170,7±13,2	180,8±11,2	5,9	0,79	<0,05	8,18	>0,05
Наклон вперед из положения сидя, см	17,3±6,4	19±5,8	9,9	17,1±6,2	21,6±4,9	26,3	0,46	<0,05	6,47	>0,05
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз	7,6±3,7	9,5±3,5	26,3	7,5±3,6	10,6±3	40,6	0,31	<0,05	5,17	>0,05
Поднимание туловища из положения лежа за 60 с, раз	45,1±7,2	47,6±6,4	5,7	45,2±7,6	50,3±7,3	11,2	0,44	<0,05	5,74	>0,05
Челночный бег 4×9 м, с	11,29±0,46	11,16±0,42	1,1	11,28±0,46	11,07±0,44	1,9	0,07	<0,05	2,82	>0,05
Бег 30 м, с	5,65±0,3	5,59±0,27	0,9	5,64±0,3	5,48±0,25	2,9	0,25	<0,05	6,29	>0,05
Бег 1500 м, с	501,7±17,7	483,1±16,8	3,7	503,4±17,8	465,4±16,3	7,6	1,62	<0,05	13,02	>0,05

\*используется статистический критерий ВМУ,  $W_{крит} (0,05) = 1,96$ .

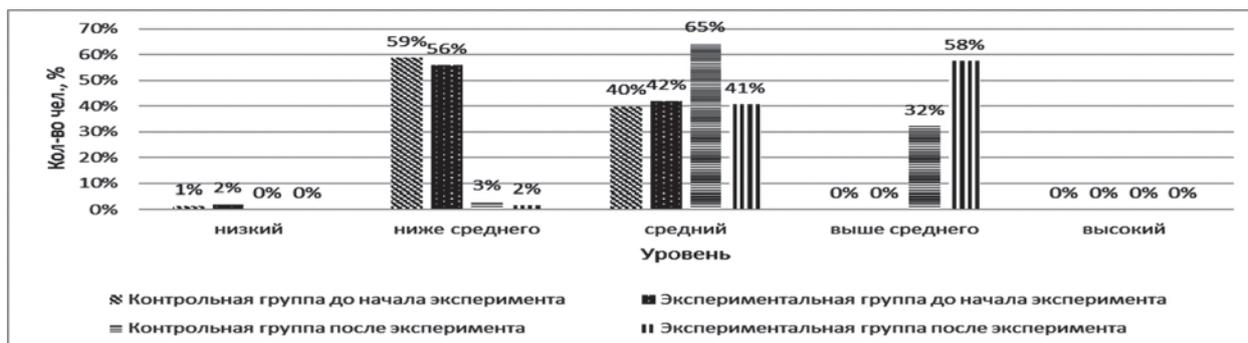


Рис. 4. Динамика уровня физической подготовленности девушек контрольной и экспериментальной групп

Исследование уровня физической подготовленности показало, что на начальном этапе эксперимента достоверно значимых различий между девушками ЭГ/д и КГ/д не выявлено ( $p < 0,05$ ). После проведения эксперимента имеются достоверные различия в уровне подготовленности ЭГ/д и КГ/д ( $p > 0,05$ ) (рисунок 4).

Результативность физического воспитания в условиях реализации методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды выразилась в повышении уровня физической подготовленности девушек экс-

периментальной группы ЭГ/д, что доказывается статистически достоверно различимыми результатами.

**Выводы**

1. Особенность педагогического эксперимента заключалась в открытости образовательного процесса и планомерном переходе от традиционных форм занятий к деятельностному самосовершенствованию студентов в освоении знаний, двигательных умений и навыков. Физкультурно-спортивная среда УВО может быть действенной в развитии и становлении личности только при созда-

нии условий для удовлетворения предпочтений, потребностей и возможностей студента, ресурсного обеспечения занятий и спортивных мероприятий, включая кадровый потенциал учреждения образования и системность образовательного процесса.

2. Полученные результаты свидетельствуют о том, что интегрированная физкультурно-спортивная среда в УВО способствует повышению эффективности физического воспитания студентов. Это подтверждено повышением показателей физической подготовленности, экспериментальных групп

ЭГ/д и ЭГ/ю по отношению к контрольным КГ/ю и КГ/д. Анализ итоговых результатов показал, что у студентов экспериментальных групп произошли достоверно значимые положительные сдвиги по всем исследуемым показателям. Направленное создание интегрированной физкультурно-спортивной среды в УВО позволило повысить эффективность физического воспитания студентов. Это подтверждено приростом показателей физической подготовленности и удовлетворенностью организацией физического воспитания студентов экспериментальных групп.

### Литература

1. Гаврилик М.В. Интегрированная физкультурно-спортивная среда учреждения высшего образования *Вестник Палесскага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук : науч.-практ. журнал.* 2020. № 1. С. 55–61.

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

3. Гаврилик М.В. Организационные основы интегрированной физкультурно-спортивной среды и эффективность физического воспитания студентов. *Вестник Палесскага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук : науч.-практ. журнал.* 2019. № 2. С. 48–54.

4. Гаврилик М.В., Коледа В.А. Методика создания интегрированной физкультурно-спортивной среды УВО. *Известия Гомельского гос. ун-та им. Ф. Скорины.* 2021. № 5(128). С. 14–21.

### References

1. Gavrilik M.V. Integrated physical and sports environment of higher education [Integrated physical and sports environment of higher education]. *Vestnik Poleskogo gosudarstvennogo universiteta. [Bulletin of Palesky State University],* 2020, no. 1, pp.55-61. (In Russian)

2. Gavrilik M.V. Socio-pedagogical conditions of students' satisfaction with physical education [Socio-pedagogical conditions of students' satisfaction with physical education]. *Vestnik of the A. A. Kuleshov Mogilev State University [Vestnik MSU A.A. Kuleshov],* 2019, no. 1(53), pp.40-45. (In Russian)

3. Gavrilik M.V. Organizacionnyye osnovy integrirrovannoj fizkul'turno-sportivnoj sredy i jeffektivnost' fizicheskogo vospitaniya studentov [Organizational foundations of an integrated physical education and sports environment and the effectiveness of students' physical education].

4. Gavrilik, M.V. The method of creating an integrated physical culture and sports environment of the HEI/M.V. Gavrilik, V.A. Koleda // *Journal "GSU Proceedings".* – 2021. – № 5(128). – P. 14–21. (In Russian)