

## СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ РБ И КНР

Хижевский О. В., Юй Хунцзе  
г. Минск, Беларусь

*Physical education is part of the mandatory national curriculum established by the Ministry of Education of the People's Republic of China. Physical culture is a compulsory training course in general education institutions of Belarus. The subject "Physical culture" is the basis of physical education of schoolchildren.*

Китай, крупнейшая развивающаяся страна, претерпела серьезные изменения в социальной, экономической сферах. Подобные изменения оказали значительное влияние на здоровье и образ жизни, о чем свидетельствует сниженный уровень физической активности, лишний вес, снижение уровня физической подготовки среди детей школьного возраста. В 2010 году национальный опрос 166 812 детей показал, что только 22,7% занимались любимым видом спорта в течение 60 минут в день. В рамках продолжающихся усилий общественного здравоохранения по отслеживанию и оценке физической подготовленности детей школьного возраста в 2016 году было проведено исследование «Физическая активность и фитнес в Китае – молодежное исследование» (PAFACTYS).

Исследование на основе акселерометрии среди 2163 городских детей показало, что только 9% мальчиков и 2% девочек соответствовали рекомендуемому уровню физической подготовленности. Другие исследования также показали и тенденцию к увеличению малоподвижного образа жизни среди младших школьников.

Физическое воспитание является частью обязательной национальной учебной программы, установленной Министерством образования Китайской Народной Республики. Еженедельное время занятий физической культурой с первого по второй классы должно составлять четыре часа, а для классов с третьего по шестой – три часа.

Учебная программа ориентирована на то, чтобы школьник по результатам экзамена получил как можно более высокий балл, процесс обучения направлен непосредственно на получение баллов. В начальной школе количество учебных часов составляет около 30 в неделю, из них только 4 часа отводится занятиям физическими упражнениями, включая физическую активность и практические уроки. В 1996 году Министерство образования Китайской Народной Республики провозгласило изменение политики в области начального школьного образования, после чего школам было предписано обеспечивать более 1 часа занятий на свежем воздухе в день, также обязательной является утренняя зарядка, которая проводится каждый день перед уроками.

В 2014 году было объявлено, что футбол станет частью обязательной национальной учебной программы, и в школах были незамедлительно созданы внеклассные клубы. Физическое воспитание в китайских школах сегодня характеризуется сочетанием элементов классической конфуцианской мысли о самосовершенствовании тела, сердца и разума; маоистскими традициями массового спорта; и самыми последними разработками. В разных странах физическое воспитание – и спорт в целом – связаны с несколько отличными друг от друга культурными идеями морали и социальности. На спортивных площадках китайских школ обучение новым навыкам происходит наряду с

самосовершенствованием посредством усердия и выносливости; учителя демонстрируют свои навыки, приверженность и пристальное внимание к деталям.

Школы обязаны организовывать внеклассные физические занятия, которые могут включать утреннюю зарядку, упражнения для перерывов, соревнования, мероприятия и внешкольные виды спорта. Министерство образования предоставляет стандартизированные учебные материалы для основного содержания учебной программы. Основные элементы – это фундаментальные двигательные навыки, легкая атлетика, игры, гимнастика, боевые искусства и другие традиционные виды спорта. Кроме того, в учебной программе излагаются цели в области знаний о спорте, здоровье и безопасности, а также в отношении психологического развития, которое подчеркивает устойчивость и навыки сотрудничества.

Начальное образование делится на три уровня: с первого по второй класс, с третьего по четвертый и с пятого по шестой классы. Например, в гимнастике первый уровень состоит из базовых навыков; на втором уровне дети выполняют более сложные учебные упражнения и начинают изучать гимнастику на тренажерах; третий уровень состоит из относительно сложной массовой гимнастики и использования такого оборудования, как скакалка и двойные брусья. Дети должны пройти стандартные тесты, чтобы продолжить свое образование на следующем уровне. В дополнение к этим стандартным элементам Министерство также выдает программы для факультативов, которые могут быть предложены школами. Предложение спектра факультативов зависит, например, от приоритетов, установленных органами образования на уровне провинции, а также от возможностей и учебных ресурсов, доступных на местном уровне. Они сильно различаются, особенно между сельскими и городскими районами, и не все школы могут соответствовать даже основным стандартам учебной программы. Среди подобных факультативных занятий отмечается и возросшая популярность секций по баскетболу.

Согласно официальной программе по баскетболу Китая, первое, чему должны овладеть младшие школьники 6-7 лет, – так называемое ощущение мяча. Только понимая вес мяча можно правильно управлять им. Школьники тренируются передавать мяч между руками.

Также государственные программы предусматривают положения о месте проведения, оборудовании и бюджете. Школы должны выделять тренировочные площадки: спортивные залы, баскетбольные площадки внутри и вне школы, спортзал, школьная футбольная площадка. Тренировочное оборудование: несколько баскетбольных мячей, тренажерный зал.

Интересно отметить, что в Китае программы обучения баскетболу на базе школьных секций подразумевают и расчет расходования бюджетных средств. Бюджет на недельные тренировки: 1200 юаней в неделю на спортзал, 1800 юаней на баскетбол, 500 юаней в неделю на тренажерный зал, 1800 юаней в неделю на руководителя и помощников тренера, 350 юаней на питьевую воду спортсменов, 1000 юаней на билеты в кино; в общей сложности – 5650 юаней еженедельно.

Помимо программ для секций при школах, китайским правительством рекомендовано ориентироваться на руководящую идеологическую стратегию «Здоровье, прежде всего» и «Проект солнечного спорта» Министерства образования. Стратегия «Здоровье, прежде всего» гласит следующее: целью школьного специального учебного

класса по баскетболу является повышение физической подготовленности учащихся, улучшение их физического и психического здоровья, а также выработка основных технических концепций баскетбола посредством тренировок, ознакомление с мячом и развитие способности контролировать мяч, а также первоначальное овладение навыками игры в баскетбол.

«Проект солнечного спорта» представляет точное содержание и график обучения для младших школьников.

1. Тренируйтесь с мячом.

Вести мяч на месте, владеть мячом, делать пас и ловить мяч обеими руками на груди, бросать с плеча плечо одной рукой на месте.

2. Тренируйтесь с мячом на ходу.

Прямое ведение, криволинейное ведение между маршами, ведение с разворотом, два или три паса и прием мяча.

3. Практика без мяча.

Обманные действия, боковой удар, разворот на ходу, бег назад, остановка.

4. Практика баскетбольной тактики.

5. Баскетбольные мероприятия и соревнования.

Общие правила баскетбольных игр, а также некоторые из наиболее распространенных гонок и соревнований в баскетбольной деятельности.

6. Физические упражнения (общеукрепляющие).

7. Организация времени.

Помимо секций, лучшие игроки могут быть отобраны в специальные класс баскетбола. Специальный класс по баскетболу предназначен для повышения физической подготовки школьников, улучшения их физического и психического здоровья, усвоения основных технических концепций баскетбола посредством тренировок, ознакомления с мячом и упражнений в управлении мячом, первоначального усвоения основных технических приемов в баскетболе, развития физической подготовки.

Программа развития школьных секций в Китае также предусматривает следующие дополнительные действия тренеров.

1. Общайтесь с родителями и учениками и стремитесь к родительской поддержке и участию учеников.

2. Используйте гибкие и изменяемые методы и методы обучения, чтобы повысить тренировочный энтузиазм игроков.

3. Уделяйте пристальное внимание стилю тренировок команды, чтобы игроки могли выработать хорошие тренировочные привычки.

4. При обучении одиночной технике используется метод тренировки с несколькими мячами.

5. Проводите большое соревнование для всей команды раз в неделю, чтобы повысить осведомленность игроков о соревновании и помочь друг другу улучшить свои навыки.

Прогнозируемые результаты, представленные в Программе, следующие:

1. Благодаря обучению и тренировкам навыки игры в баскетбол у учащихся должны быть улучшены. К третьему классу школы учащиеся должны овладеть упражнениями на

владение мячом, такими как ведение на месте и дриблинг на ходу. Учащиеся могут играть в простую баскетбольную игру.

2. Школьные учителя и ученики должны активно участвовать в баскетболе, и баскетбол постепенно должен стать обыкновением в школах. Позволить учащимся проявить большой интерес к баскетболу как к хорошему средству для отдыха и занятий фитнесом.

Рассматривая программные положения и существующую практику, можно отметить, что школы проделали большую работу по популяризации и совершенствованию баскетбола, что способствовало улучшению физической подготовки учащихся и обогатило их внеклассную жизнь.

Государственная программа по развитию спорта в Республике Беларусь создает условия для оказания благоприятного воздействия на укрепление здоровья и дальнейшего вовлечения в активные занятия физической культурой и спортом. Существуют государственные стандарты, определяющие образование в области физкультуры. Она должна проходить в специализированных классах, допущенных к проведению урока (спортзалы, например).

Физическая культура – обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях Беларуси. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлиненных переменах и в группах продленного дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) - достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Целью школьного физического воспитания в Беларуси является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

В целом же можно отметить большую схожесть двух образовательных систем в исследуемом аспекте двух стран. Общими чертами (проблемами) реализации официальных программ по ФВ среди школьников в Китае и Беларуси можно назвать следующие:

- недостаточная образованность населения в области физической культуры;
- низкий уровень здоровья и физической подготовки учащихся;
- малое число школьников, систематически занимающихся физической культурой и спортом (10-15%).

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские,

сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

Если говорить о системе физического образования в Китае, следует отметить тот факт, что она значительно отличается от системы образования в Беларуси.

В обеих странах физкультура является обязательным для изучения предметом, регламентируемым обязательными государственными стандартами. На протяжении занятий оценивается включенность детей в работу: наличие спортивной формы, дисциплина, активность.

Таким образом, у детей формируется положительное отношение к спорту и возможность для анализа своих ошибок и самосовершенствования. По тому, как проводятся уроки, как организован процесс физического воспитания в образовательных учреждениях, можно сделать вывод о спортивной подготовленности страны. Понятно, что физическое развитие и здоровье имеют большое значение не только для отдельно взятой нации, но и для всего человечества. Большое внимание в Китае уделяется физическому воспитанию вне школы – это всевозможные секции и клубы.

Несмотря на схожий методологический подход к проведению физкультурно-оздоровительной работы с населением, китайский и белорусский физкультурные комплексы имеют существенные различия в своей структуре.

#### *Литература:*

1. Баскетбол: Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (учебно-тренировочные группы, четыре года обучения). 1984. – 150 с.
2. Болдырева, В.Б. Физкультурно-оздоровительные занятия учащихся младшего школьного возраста средствами подвижных игр / В.Б. Болдырева, М.Ю. Богданов, К.В. Болдырев // Вестник Тамбовского университета // Гуманитарные науки. – 2012. – №6. – С. 167-169.
3. Учебная программа на учебном предмете «Физическая культура и здоровье» для специальных медико-педагогических групп I-XI классах учреждений образования, являющихся учреждениями общего среднего образования, с белорусской мовой преподавания и воспитания. – Минск, 2020.
4. Дегтярева, О.С. Формирование навыков игры в волейбол и баскетбол школьников 4-5 классов на основе применения подвижных игр: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.С. Дегтярева. – Москва, 2008. – 174 с.
5. Егоров, А. В. Психологическая подготовка баскетболистов // Молодой ученый. – 2015. – №8. – С. 428-430.
6. Лепёшкин, В.А. Баскетбол: Подвижные и учебные игры / В.А. Лепёшкин – М.: Сов. спорт, 2011. – 104 с.
7. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания. 1-11 классы / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М., 2004. – 126 с.
8. Об утверждении Положения о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь и признании утратившим силу постановления Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 24 июня 2008 г. №17: постановление Министерства спорта и туризма



Республики Беларусь, 02 июля 2014 г., №16 // Нац. реестр правовых актов Респ. Беларусь. – 2014. – В/29060.

9. Официальные правила баскетбола ФИБА 2010. Утверждены ЦБ ФИБА 2010.

10. Постановление Министерства Образования Республики Беларусь 13 июля 2020 г. № 192 «Об утверждении учебных программ факультативных занятий». Учебная программа факультативного занятия «Баскетбол» для V–XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования [Электронный ресурс] // Законодательство Республики Беларусь. – Режим доступа: [https://pravo.by/upload/docs/op/W22035711p\\_1598562000.pdf](https://pravo.by/upload/docs/op/W22035711p_1598562000.pdf). – Дата доступа: 05.05.2015.

11. Учебная программа по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для специальных медицинских групп I–XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования, с русским языком обучения и воспитания. – Минск, 2020.

12. Liangjun, Zhou. The development of NBA in China: a globalization perspective / Zhou Liangjun // *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*. – 2017. – #18(1). – С.81–94. [Electronic resource]. – Mode of access: [https://www.researchgate.net/publication/313361937\\_The\\_development\\_of\\_NBA\\_in\\_China\\_a\\_globalization\\_perspective](https://www.researchgate.net/publication/313361937_The_development_of_NBA_in_China_a_globalization_perspective). – Date of access: 20.09.2020.

13. Ministry of Education of the People's Republic of China, *教育部关于保证中小学体育课课时的通知* (Beijing: Beijing Normal University Publishing Group, 2004).

14. Ministry of Education of the People's Republic of China, *体育与健康课程标准 (011 年版)* (Beijing: Beijing Normal University Publishing Group, 2011).

15. *小学生篮球训练计划书* // Ruiwen. – 2020 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.ruiwen.com/gongwen/jihuashu/261994.html>. – Дата доступа: 08.10.2020.

16. *小学生篮球训练计划 写作帮文库* // Xiexiebang – 2020 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.xiexiebang.com/a15/201905153/f9cc5343582ec5d7.html>. – Дата доступа: 08.10.2020.

## ВНЕКЛАССНАЯ РАБОТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК ОСНОВА ОЗДОРОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Цао Юнцзянь, Борисевич А. Р.  
г. Минск, Беларусь

*The article deals with the general scientific concept of extracurricular educational work. This type of extracurricular work is widely used in the People's Republic of China, as physical education plays an important role in personal development.*

В современном понимании, внеклассная работа представляет собой систему организованных занятий физическими упражнениями, проводимых школой с учащимися во внеурочное время.

**Задачи внеклассной работы:** содействовать школе в выполнении стоящих перед ней учебно-воспитательных задач; содействовать укреплению здоровья, закаливанию организма, разностороннему физическому развитию учащихся; углублять и расширять знания, умения, навыки, получаемые учащимися на уроках, физической культуры; воспитывать и развивать организаторские навыки у школьников; организовывать здоровый отдых учащихся; прививать учащимся любовь к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Чтобы добиться массового охвата учащихся внеклассной работой, используются самые различные формы организации и проведения занятий с детьми с учетом их