

**Заключение.** Мотивационно-ценностное отношение к физической культуре личности выпускника предполагает объединение следующих компонентов: когнитивного, эмоционального, волевого и интеллектуального. Следовательно, все эти компоненты взаимосвязаны и взаимозависимы. Ни один из них не может быть определен как преобладающий. Все приведенные компоненты мотивационно-ценностного отношения к физической культуре старшеклассников требуют выполнения комплекса наиболее значимых, целенаправленных психофизических действий в их логической последовательности [3].

Из вышесказанного следует, что на этапе формирования положительного отношения учащихся старших классов к ценностям физической культуры необходимо уделять особое внимание развитию когнитивного, эмоционального, волевого и интеллектуального компонентов в процессе физического воспитания.

#### Литература

1. Малютина, М. В. Формирование культуры здорового образа жизни подростков в учреждении дополнительного образования: Дис... канд. пед. наук 13.00.01/М.В. Малютина.- МаГУ. Магнитогорск, 2005 -176 с.
2. Малютина, М.В. Физическая и функциональная подготовка студентов в вузе средствами аэробики. / М.В. Малютина, В.В. Инжеватов, О.В. Андронов. Вестник оренбургского государственного университета, - № 2, 19 февраля 2016 г.
3. Самородский, П.С. Методика профессионального обучения: Учебно- методическое пособие /П.С. Самородский, В.Д. Симоненко. - Брянск: Издательство БГУ, 2002. - 90 с
4. Сафронова, М.А. Становление тенденций развития теории физической культуры: диссертация на соискание уч. степ. канд. пед. наук / М.А. Сафронова //ФГБОУ ВО Национальный гос. ун-т физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, 2017. – 223 с.

УДК 371.3:796.06(510):373.3

### **НЕОБХОДИМОСТЬ РЕФОРМИРОВАНИЯ МОДЕЛИ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В КИТАЕ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ**

**Куан Маньлин**

*Белорусский государственный университет физической культуры, Республика Беларусь*  
e-mail: manlinkuan@gmail.com

**Аннотация.** Анализируется система образования Китая и представляется проблема, существующая в китайском образовании в настоящее время. Обосновывается важность и предлагаются пути совершенствования модели физического воспитания в Китае.

**Ключевые слова:** начальное образование, педагогические инновации, физическая подготовка.

### **THE NECESSITY OF REFORMING THE PHYSICAL EDUCATION TEACHING MODE IN CHINA TO IMPROVE THE PHYSICAL FITNESS OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS**

**Kuang Manling**

*Belarusian State University of Physical Culture, Republic of Belarus*

**Abstract.** By analyzing China's education system, it presents the problems that exist in Chinese education nowadays. Argues the importance of and suggests improvements to the physical education model in China.

**Keywords:** Elementary education, pedagogical innovations, physical fitness.

В «Мнениях о всестороннем укреплении и совершенствовании школьного физического воспитания в новую эпоху», изданных Главным управлением ЦК КПК и Главным управлением Госсовета, говорится, что к 2022 г. школы должны улучшить условия

работы школ и систему школьного физического воспитания, значительно повысить уровень физической подготовленности и всестороннего качества учащихся, а к 2023 г. школьное физическое воспитание в Китае должно представить диверсифицированные, модернизированные и высококачественные методы обучения. Поэтому необходимо искать такие методы обучения, которые отвечали бы политике Китая, условиям школы и способствовали бы повышению качества физической подготовки учащихся.

*Цель исследования* – изучение методов преподавания физической культуры в школах Китайской Народной Республики.

**Материал и методы.** В данной работе с помощью метода обзора литературы поставлена проблема, подлежащая изучению, а затем с помощью метода качественного анализа проанализирована тема исследования. С помощью двух методов мыслительной обработки полученной информации достигается понимание сути вещей, выявляется внутренний закон. Наконец, с помощью разведывательного метода исследования изучить существующий режим преподавания внутреннего закона в школьном спорте и выдвинуть новый инновационный режим прорыва.

**Результаты и их обсуждение.** Физическое воспитание является важной частью школьного образования, а также важным символом человеческого прогресса и проявлением цивилизованности. В настоящее время китайское правительство активно выступает за то, чтобы школы уделяли внимание программам физического воспитания и реформировали их. Школы способствуют здоровому развитию тела и духа молодых людей посредством физического воспитания, что является целью и значением развития физического воспитания в новую эпоху спортивного Китая, поэтому развитие инноваций в преподавании физической культуры является задачей, которую должно решить современное китайское физическое воспитание. В Китае традиционные виды спорта играют роль совершенствования национального «я», национального единства и т.д. В сочетании с инновациями школьной программы физического воспитания каждая школа активно внедряет традиционные китайские виды спорта, традиционные культурные виды спорта в преподавание физической культуры. Конечно, при внедрении инноваций в спорт возникают и проблемы.

В современной китайской системе физического воспитания существует множество проблем, в том числе: большая разница в зарплатах сотрудников, что приводит к дисбалансу в притоке талантов; отстающие от времени образовательные концепции, школы плохо интегрируют ресурсы, что приводит к неравномерному распределению ресурсов в школах; школы плохо оснащены, чтобы учащиеся могли получить полноценный опыт работы по различным программам физического воспитания; подготовка учителей физического воспитания не налажена, и в настоящее время Китай не вкладывает достаточно средств в учителей физического воспитания начальной и средней школы. Подготовка учителей физической культуры не налажена, в настоящее время Китай вкладывает недостаточно средств в учителей физической культуры начальной и средней школы, большинство курсов физической культуры основано на практических занятиях, учителя не прививают знания учащимся и не умеют прививать учащимся теоретические знания по физической культуре, что приводит к тому, что учащиеся не могут самостоятельно заниматься физической культурой и выработать хорошую привычку заниматься физической культурой на протяжении всей жизни; люди не придают должного значения физической культуре, физическая культура занимает слишком низкое место по сравнению с другими предметами для поступления в вуз, а содержание экзамена является единым, что не может повысить интерес учащихся к занятиям физической культурой. Единое содержание экзамена не способно повысить интерес студентов к программам физического воспитания. Поэтому содержание и методика преподавания учебников, поддерживающих высокий уровень обучения, не всегда отвечают требованиям современного мира к качеству образовательного процесса; стремление увеличить количество учебных часов по программам физического воспитания и обогатить требования учебных планов снижает двигательную подготовлен-

ность преподавателей и инструкторов, а также отсутствие подготовки в области физического воспитания. С развитием олимпийского движения страны прилагают постоянные усилия и добиваются хороших результатов в развитии удобства физического воспитания. Для повышения уровня физического воспитания в своих странах страны принимают масштабные социально-экономические и организационные меры по сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения средствами спорта и физической культуры. Своей главной задачей страны считают поддержание физической и социальной активности, улучшение здоровья и демографической ситуации населения, для чего ведется масштабное строительство и реконструкция современных спортивных сооружений, физкультурно-оздоровительных комплексов, катков, бассейнов, многофункциональных стадионов и других спортивных объектов.

С наступлением новой эры правительство Китая придает все большее значение здоровью населения и стремится привить людям привычку самостоятельно заниматься спортом. Формирование привычки к физическим упражнениям должно начинаться с начальной школы, однако существующий в Китае подход к обучению, начиная с начальной школы и заканчивая университетом, характеризуется постоянным повторением скучного содержания, без возможности учесть индивидуальные способности занимающихся. Процесс обучения в основном ориентирован на достижение одной учебной цели, на достижение определенного стандарта для решения задачи дальнейшего обучения. Теоретически такой способ преподавания может обеспечить выполнение учащимися определенных норм здоровья, но он не может мотивировать учащихся к занятиям спортом, а также не позволяет сформировать у учащихся здоровые повседневные привычки и реализовать задачу всестороннего развития учащихся. Как видно, такой режим обучения не в полной мере отвечает потребностям новой эпохи физической подготовки и физического воспитания.

Рост уровня жизни китайских школьников в новое время в сочетании с необходимостью продолжения образования привел к тому, что подростки недостаточно вкладываются в спорт, и вес учащихся-подростков демонстрирует тенденцию постоянного роста, при этом частота выявления избыточного веса и ожирения становится все выше, а уровень физической подготовленности учащихся демонстрирует тенденцию к снижению. Было проведено статистическое исследование физической подготовленности 4391 учащегося начальной школы 1-5 классов (7-12 лет) в одной из начальных школ Шанхая в течение 2007-2016 учебного года. В ходе исследования было отмечено, что учащиеся начальной школы с недостаточной массой тела составляют 20% от общего числа учащихся школы, причем доля девочек с недостаточной массой тела выше, чем мальчиков. Нормальная масса тела мальчиков и девочек в 1-5 классах начальной школы составляла около 50%, причем в 1-3 классах нормальная масса тела у мальчиков была выше, чем у девочек, а в 4 и 5 классах наблюдалась обратная картина. Исследование показало, что распространенность избыточной массы тела и ожирения была выше среди мальчиков, чем среди девочек во всех классах, за исключением показателя ожирения среди девочек в 1-м классе и избыточной массы тела среди девочек в 4-м классе, который был несколько выше, чем у мальчиков. Поскольку в младших и средних классах мальчики больше занимаются спортом, то у них возникает желание показать свои спортивные способности в школе. В старших классах мальчики занимались спортом в меньшей степени, у них не выработалась привычка контролировать свое питание, и по мере развития организма потребление пищи не было пропорционально количеству физических нагрузок, что привело к ожирению [1, с. 103-104]. Однако дети этого периода находятся в критическом периоде развития базовых и переходных двигательных навыков. Медленное развитие двигательных навыков в этой возрастной группе требует эффективных вмешательств, способствующих развитию базовых двигательных навыков. Общими чертами развития базовых двигательных навыков у детей являются плохая координация, несбалансированное

развитие движений левой и правой конечностей, плохое равновесие и постуральный контроль, плохое завершение движений, плохая координация и плохая зрительно-ручная координация. В то же время мальчики превосходят их в развитии и овладении навыками манипулирования предметами. Современные исследования ожирения у школьников в основном сосредоточены на патологической стороне, а педагогической практики по улучшению физической подготовленности меньше. А ведь начальная школа - это ключевой период в жизни человека, на который необходимо обратить внимание для формирования отношения к физическим упражнениям.

Физическая подготовленность как способность человеческого организма к выполнению любой деятельности является базовой, она складывается из скорости, силы, выносливости, чувствительности и гибкости в пяти аспектах. Это не только внешнее проявление физической силы студентов, но и важный параметр для измерения процесса роста и развития студентов. Физическая подготовленность будет меняться по мере взросления студентов, она будет развиваться по мере постоянного совершенствования органов и систем организма, причем из-за разной скорости развития органов человека существует очень большая разница между разными возрастами и полами, а процесс развития характеризуется явными волнами и стадиями. Этот этап играет важную роль в физиологии, психологии, поведении, интеллекте, физической подготовке и общем состоянии здоровья детей и подростков и является концентрированным проявлением пластичности человеческого организма. Поскольку в разное время развитие физической подготовленности подростков имеет разные закономерности, развитие физической подготовленности подростков подразделяется на несколько этапов: этап быстрого роста, этап медленного роста, этап стабильного роста и этап спада. Развитие физической подготовленности подростков представляет собой переход от стадии быстрого роста и стадии медленного роста к стадии стабильного роста, для которой также характерен сенситивный период [2, с. 21-22]. Большое количество исследований, проведенных в разных странах в связи с данной проблемой, показывает, что целенаправленное и инновационное физическое воспитание вносит незаменимый вклад в процесс психомоторного, умственного и эмоционального развития детей младшего школьного возраста [3, с. 82]. Уровень физического и психического воспитания детей в начальной школе позволяет активно участвовать в эстафетах на уровне начальной школы, демонстрировать свои достижения, показывать физическую подготовленность в играх, соревнованиях, традиционных и нетрадиционных видах физических упражнений. Дети показывают значительные результаты физической активности в выполнении упражнений на гибкость, силу, ловкость, а в скоростных, силовых, координационных упражнениях, умении сохранять и поддерживать статическое и динамическое равновесие, физическая активность значительно улучшает показатели [4, с. 118; 5, с. 87]. Для повышения уровня физической подготовленности младших школьников необходимо стремиться к активному привлечению учащихся к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитывать у них сознание стремления к индивидуальным достижениям, активному участию и всестороннему развитию, создавать новую модель обучения с прорывом в рациональном выборе содержания и организационных форм обучения.

**Заключение.** Физическое воспитание, являясь важной частью национальной системы образования, должно обновить концепцию физического воспитания, идти в ногу со временем и проявлять инициативу по внедрению инноваций, чтобы идти в ногу с новой эпохой. Пусть оно сыграет свою роль в подготовке талантов и строительстве сильной спортивной страны. Для того чтобы отметить реформу методов обучения и повысить уровень физической подготовки студентов, необходимо сделать следующее. Во-первых, необходимо усилить сбалансированность работы преподавателей физической культуры. Уменьшить разницу в оплате труда преподавателей в каждой области и повысить уровень заработной платы преподавателей. Во-вторых, необходимо повышать уровень информированности населения о спорте. Журналы, газеты, телепередачи и т.д. могут использовать-

ся для повышения осведомленности людей о спорте и, следовательно, для повышения уровня их физической подготовки. В-третьих, усилить финансовые вложения в спортивные сооружения. Спортивные сооружения, являясь основой программы физического воспитания и спорта, позволяют студентам развиваться всесторонне, улучшая тем самым их физическую подготовку. В-четвертых, необходимо повышать уровень теоретических знаний школьных учителей. Инвестируя в подготовку учителей, преподаватели смогут в полной мере использовать практику и теорию для преподавания в рамках учебной программы, что позволит учащимся лучше усваивать образовательные знания. В-пятых, физическое воспитание должно стать важной частью учебной программы. Увеличение доли физического воспитания в учебном плане позволит родителям осознать важность физического воспитания в школе, что будет способствовать увеличению доли физического воспитания в повседневной жизни учащихся. Внести соответствующие коррективы в цели существующей учебной программы по физической культуре, обновить модель преподавания физической культуры, обучить основным элементам развития физической культуры, привить учащимся начальной школы интерес к физической культуре и спорту, развить осознанное мышление при выполнении различных спортивных движений и упражнений, что может обеспечить хороший уровень межличностного общения и сотрудничества и позволит сформировать у подрастающего поколения позитивное и оптимистичное отношение к жизни. Совместное внедрение программ по физической культуре, технических средств обучения и обновление содержания предмета может развить мотивацию учащихся и послужить основой для конструктивного сотрудничества.

#### Литература

1. 孙晓菊.小学生身体素质状况调查研究.教研干线[J].2021:103-104.= Сунь, Сяоцзюй. Исследование физической подготовленности учащихся начальной школы / Сяоцзюй Сунь // Изучение новых учебных программ, 2021. – С. 103–104.
2. 王金灿.《运动选材学》知识结构体系探索[J].体育成人教育学报, 2003 (4): 21-22.= Исследование структуры совокупности знаний в области науки о спортивном отборе/ Ван Цзиньчан // Журнал Физ. культура и образование взрослых. – 2003. – № 4. – С. 21–22.
3. Маслюков, А. В. Развитие координационных способностей у школьников / А. В. Маслюков. – М.: Чистые пруды, 2012. – 132 с.
4. Бейлин, В. Р. Обучение акробатическим упражнениям / В. Р. Бейлин, А. Ф. Зеленко, В. И. Кожевников. – Челябинск: изд-во УралГУФК, 2006. – 118 с.
5. У, Бицян. Базовые техники ушу / Бицян У // Чунцин Изд-во ун-та Чунцина, 2008. – С. 87.

УДК 796.8:796.011.3:373.5

## РОЛЬ ПОЛИТИКИ «ДВОЙНОГО СНИЖЕНИЯ» В ОТНОШЕНИИ ВНЕДРЕНИЯ УШУ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ И ПОСТРОЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОГО «КЛАССА УШУ»

**Куан Маньлин**

*Белорусский государственный университет физической культуры, Республика Беларусь*

e-mail: manlinkuan@gmail.com

**Аннотация.** Проанализирована ситуация с развитием ушу в школах и указано на проблемы ушу в системе школьного образования. Проанализирована целесообразность политики «двойного сокращения», значения ушу в школах и применение этой политики для ускорения трансформации традиционных курсов ушу в современном физическом воспитании. Даны рекомендации по созданию качественной программы ушу в школах.

**Ключевые слова:** политика «двойного сокращения», ушу, средняя школа, формирование учебных программ.