

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.

THE ROLE OF THE «DOUBLE REDUCTION» POLICY ON WUSHU IN SCHOOLS AND THE CONSTRUCTION OF AN EFFICIENT «WUSHU CLASSROOM»

Kuang Manling

Belarusian State University of Physical Culture, Republic of Belarus

Abstract. Analyze the development situation of wushu into schools in China, and point out the problems of wushu into schools. Analyze the feasibility of the «Double Reduction» policy, the significance of wushu in schools, and use the policy to accelerate the transformation of traditional wushu courses into modern physical education. Provide suggestions for the construction of a high-quality martial arts program.

Keywords. «Double Reduction» Policy, Wushu, Elementary School, Curriculum Development.

24 июля 2021 года Генеральная канцелярия Центрального комитета Коммунистической партии Китая (КПК) и Генеральная канцелярия Государственного совета издали Мнения о дальнейшем снижении бремени домашних заданий для учащихся в системе обязательного образования и бремени внеклассного обучения. Политика «двойного снижения» подразумевает уменьшение чрезмерной нагрузки на учащихся обязательного образования в школе и вне школы. Она направлена на то, чтобы школы могли в полной мере использовать внеучебное время учащихся и предоставлять им разнообразные услуги. Программа «Ушу в школах» призвана помочь учащимся начальной школы более полно понять и осознать смысл укрепления тела и оценки достоинств ушу. Благодаря воспитанию «культурной уверенности» они смогут глубже понять и уважать китайскую традиционную культуру [1, с. 59]. Ушу может не только разнообразить преподавание физической культуры, но и эффективно улучшить физическую подготовку студентов. Политика «двойного сокращения» является важной стратегией развития образования в Китае. Анализ роли политики «двойного сокращения» в физическом воспитании учащихся начальной школы имеет большое значение для развития образования по принципу «добродетельного круга». В настоящее время в школах разных городов распространяется ушу, которое, являясь традиционным китайским видом спорта, будет очень хорошо развиваться в условиях политики «двойного сокращения» благодаря разнообразию форм обучения и всестороннему охвату вида спорта.

Цель исследования – Изучить политику «двойного сокращения» с целью развития школьного спорта.

Материал и методы. В данной работе методом обзора литературы обобщена информация о политике «двойного сокращения» и ушу в школах. При использовании методов мышления индуктивного вывода своей информации, рассуждения, мышления и различения в условиях политики «двойного сокращения» подчёркивается важность курсов боевых искусств. С помощью метода качественного анализа анализируется характер учебной программы по ушу в школах в условиях политики «двойного сокращения», выявляется внутренний закон вещей и предлагаются пути совершенствования учебной программы по ушу.

Результаты и их обсуждение. В большинстве школ Китая учащиеся, проходящие обязательное обучение, перегружены учебной работой. Основными причинами этого явления являются: во-первых, фиксированная цель обучения учащихся. В Китае целью усвоения знаний является сдача экзаменов и получение хороших оценок на экзаменах в средней школе и на вступительных экзаменах в колледж. Во-вторых, в школах слишком высока конкуренция. Большинство школ стремится к выпуску высокоуспевающих учеников главным образом потому, что высокоуспевающие ученики привлекают в школу боль-

шее количество учеников. В-третьих, высока степень инволюции родителей. Большинство родителей на большей части территории Китая ожидают от своих детей слишком многого, что в сочетании с социальными тенденциями приводит к тому, что у учащихся нет собственного свободного времени, а также к сокращению внеклассных занятий спортом для своих детей. Учитывая ограничения экзаменационной системы, суть китайской политики «двойного сокращения» состоит в том, чтобы построить систему образования в колледже, адаптированную к требованиям времени. В-четвертых, распространение в Китае внеклассных учебных заведений. Организации внеклассного обучения в разных городах конкурируют друг с другом за повышение значимости подготовки студентов, а отсутствие единой системы управления ими серьезно нарушает нормальный порядок обучения и воспитания. Целью политики «двойного сокращения» является повсеместное уменьшение общего объема и продолжительности домашних заданий учащихся. Задачами политики являются совершенствование системы управления, сокращение общего объема работы учащихся, повышение качества работы учащихся, усиление внеурочной работы учителей с учащимися и увеличение времени, отводимого на внеклассную работу. В настоящее время политика «двойного сокращения» активно внедряется в школьное образование и преподавание, обеспечивая качество образования учащихся за счет оптимизации преподавания, а также совершенствуя механизм внеурочной работы школ за счет консультирования учителей. Политика строго регламентирует деятельность учреждений внешкольного образования, чтобы учащиеся имели возможность получать разумную внеклассную подготовку. В школах разрабатывается политика, позволяющая правильно ориентировать учащихся на сбалансированное развитие друг с другом, унифицировать ресурсы от школы к школе путем интеграции учебных ресурсов, а также разработать рациональные, разнообразные, унифицированные и инновационные методы обучения.

История ушу как традиционного национального вида спорта в Китае насчитывает несколько тысяч лет. В процессе эволюции ушу впитало в себя идеи конфуцианства, даосизма и буддизма и, дополняя свои сильные и слабые стороны, постоянно превращалось в современную традиционную культуру. Ее культура способна повысить национальное самосознание учащихся. Ушу как традиционное спортивное единоборство, «ушу в школу» - это цель ушу как носителя, ведущего студентов к улучшению физических качеств спорта одновременно, чтобы студенты учились воспитывать нравственность, мудрость, воспитывать в студентах настойчивость, сознательность и дух единства. Порядки ушу разнообразны, по сравнению с другими видами спорта повторяют связь с основным совершенствованием. Порядки ушу основаны на постепенной практике, диверсификации, многовариантности и отсутствии большого количества повторяющихся движений, что позволяет обогатить режим преподавания спорта и повысить интерес учащихся.

Во-первых, политика «двойного сокращения» оказала каталитическое воздействие на внедрение ушу в школы. С развитием политики «двойного сокращения» курсам ушу стало уделяться больше внимания в школьном спорте. Политика «двойного сокращения» предполагает снижение нагрузки на культурные программы учащихся, в связи с чем школам необходимо совершенствовать систему продленного дня [2, с. 22]. В школах реализуется режим «четыре с половиной класса», учащиеся после уроков во второй половине дня организуют различные мероприятия, должны быть организованы выполнение учащимися домашних заданий, самостоятельное чтение, занятия спортом, искусством и наукой и другие виды деятельности. Дети, получающие обязательное образование, активны и игривы. Используя политику «двойного сокращения», позволять учащимся больше играть, чтобы они могли участвовать во внеклассных мероприятиях и получать удовольствие от физических упражнений. Ушу как комплексный вид спорта постоянно изменяет, совершенствует учебный материал. Улучшая физическую форму студентов,

оно одновременно повышает их культурный дух, уверенность в себе и интерес. По сравнению с другими видами спорта, продление времени занятий в рамках политики «двойного сокращения» может повысить признание ушу в школах и оказать благоприятное воздействие на внедрение преподавания ушу в большем количестве школ. Во-вторых, политика «двойного сокращения» оказывает регулирующее воздействие на «ушу в школах». После введения политики «двойного сокращения» все службы продленного дня в школах перешли на государственный режим закупок. Государство финансирует закупку услуг по внеурочной деятельности для учащихся колледжей и университетов, а также некоторых общественных организаций. Этот способ позволяет не только снизить нагрузку на школы, учителей и родителей, но и стимулировать школы и общество к увеличению поддержки служб продленного дня, что дает возможность некоторым общественным организациям развиваться. Исследование показало, что после реализации политики «двойного сокращения» режимы внеурочных услуг продленного дня по ушу в начальных и средних школах Пекина в основном включают «самостоятельное снабжение», «внедрение иностранной помощи», «самостоятельное снабжение и внедрение иностранной помощи», «самостоятельное снабжение и внедрение иностранной помощи», «самостоятельное снабжение и внедрение иностранной помощи», «самостоятельное снабжение и внедрение иностранной помощи» и «самостоятельное снабжение и внедрение иностранной помощи». В настоящее время в Пекине существует три основных режима обслуживания внешкольных продленных часов: «самостоятельное снабжение», «внедрение иностранной помощи» и сочетание «самостоятельного снабжения и внедрения иностранной помощи». Эти режимы обслуживания позволяют школам осуществлять определенный контроль за внедрением ушу в своих кампусах. В-третьих, политика «двойного сокращения» оказывает инновационное воздействие на внедрение ушу в школах. Политика «двойного сокращения» активно способствует интеграции онлайн- и офлайн-методов обучения и тренировок, а также выступает за снижение чрезмерной учебной нагрузки на учащихся и оптимизацию учебных программ и содержания обучения. Эта политика способствует созданию более расслабленной формы обучения, снижает учебную нагрузку и интенсивность обучения, помогает студентам построить совершенную систему знаний в условиях бега [3, с. 63]. В контексте «двойного снижения» преподаватели физической культуры должны не только обогащать знания студентов, но и снижать их давление и нагрузку. Преподаватели должны в разумные сроки организовать веселые и привлекательные занятия, чтобы стимулировать студентов к размышлениям о спорте, чтобы студенты могли учиться самостоятельно под руководством преподавателей и переходить от «пассивного обучения» к «активному обучению». В соответствии с этой политикой, для того чтобы учебная программа по ушу лучше реализовывала задачу снижения нагрузки и повышения качества, а также совершенствования инновационного мышления и практических способностей студентов, она должна начинаться с базовой подготовки. Ушу в учебном плане кампуса должно позволять студентам овладевать основами, чтобы студенты, сталкиваясь с трудностями слабой основы, развивали инновационное мышление, выбирали хорошую точку входа в спортивное качество образования.

Построение качественной структуры классов для занятий ушу в школах на фоне «двойного сокращения» имеет свои особенности. Во-первых, особое внимание уделяется исследованию учебных материалов по физическому воспитанию и научно обоснованной постановке задач. Политика «двойного сокращения» предполагает повышение уровня обслуживания внеурочного времени учащихся, удовлетворение разнообразных потребностей учащихся, совершенствование содержания и организации внеклассной работы в школе. Ушу, как многообразный вид спорта, вполне может соответствовать этим требованиям, однако в школьном физическом воспитании отсутствует единый учебный материал по ушу, что не позволяет реализовать научные зада-

чи учебной программы. Министерство образования должно целенаправленно разрабатывать соответствующие учебные материалы, а школы должны иметь план подготовки учителей к распознаванию учебных материалов, их глубокому пониманию и обсуждению, а также формулированию научных целей обучения. Во-вторых, усилить программу по теории спорта, чтобы расширить знания учащихся. Ушу как вид спорта внедряется в школы, и в то же время в школы привносится традиционная китайская культура. Школы «двойного сокращения» направляют учеников на бесплатные услуги онлайн-обучения, чтобы расширить их знания. Традиционные курсы языка и математики только увеличивают учебную нагрузку на учеников, в то время как курсы ушу не только могут использоваться как спорт на свежем воздухе, но и в особые моменты позволяют ученикам в режиме онлайн и после уроков испытать удовольствие от культурных изменений в ушу, что никогда не улучшит знания и любовь учеников к китайской культуре. Поэтому школы должны разработать теоретический учебный план по ушу и представить его для внеклассного обслуживания учащихся. В-третьих, поощрять приход преподавателей ушу в университетский городок для повышения уровня преподавания. Политика «двойного сокращения» указывает на то, что образовательные ресурсы должны развиваться сбалансированно, чтобы способствовать равноправию в образовании. Ушу как спортивная программа, отличающаяся разнообразием преподавания, должна повсеместно реализовываться в школьной программе. Однако в настоящее время число преподавателей ушу в начальных и средних школах Китая относительно невелико по сравнению с числом других специализированных учителей физической культуры, а доля курсов физической культуры невелика. Основная причина этого заключается в том, что ушу - сложный и трудный вид спорта, требующий длительных тренировок для достижения определенного уровня. Поэтому выпуск преподавателей ушу меньше, благо, что преподаватели поступили в колледжи и университеты. Это приводит к нехватке преподавателей ушу в начальных и средних школах. Поэтому в школах необходимо создать совершенную систему подбора учителей и ввести группу учителей, специализирующихся на ушу. В-четвертых, улучшить спортивные сооружения, улучшить условия для тренировок. Для того чтобы соответствовать высокому качеству и разнообразию учебных программ, предусмотренных политикой «двойного сокращения», преподавание ушу нуждается в определенном оборудовании и местах. Ушу относится к сложным видам спорта, к месту проведения занятий и оборудованию предъявляются жесткие требования, но пока лишь в нескольких школах есть поле для ушу, тренировочный ковер для ушу и оборудование для занятий ушу. Поэтому невозможно углубленное изучение ушу студентами и повышение качества преподавания ушу преподавателями. Поэтому увеличение инвестиций в оборудование для обучения ушу должно стать ключом к повышению качества программ ушу.

Заключение. В рамках политики «двойного сокращения» спорт должен стать частью жизни студентов и проникнуть в их повседневную жизнь. Сочетание политики «двойного сокращения» хорошо сказывается на продвижении ушу в университетский городок. Внедрение ушу в кампусы начальной и средней школы может обогатить спортивную форму учащихся, повысить их интерес к спорту, снизить психологическое давление учащихся начальной и средней школы, а также способствовать распространению традиционной китайской культуры, помогая учащимся начальной и средней школы укрепить свою культурную уверенность в себе. Только углубление понимания ушу учащимися начальной и средней школы, сбалансированное соотношение между ушу и другими предметами физической культуры, повышение профессионального уровня преподавателей ушу, совершенствование подборки учебных материалов и оборудования для ушу позволяют успешно внедрить ушу в начальную и среднюю школу, в полной мере реализовать воспитывающую функцию ушу и способ-

ствовать реализации политики «двойного сокращения». Преподавание по учебным программам должно способствовать расширению и углублению внеклассной работы, чтобы у учащихся было хорошее представление о спорте.

Литература

- 1 陈春平.7-10岁儿童基本动作技能发展的特征及促进策略研究[D].北京体育大学, 2020: 1-259.= Чэнь, Чуньпин. Исследование особенностей развития основных двигательных навыков и стратегий продвижения детей в возрасте 7-10 лет (Диссертация аспиранта) / Чуньпин Чэнь // Пекинский спортивный университет, 2020. – С. 59.
- 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.= Ван, Цзиньчан. Исследование структуры совокупности знаний в области науки о спортивном отборе/ Цзиньчан Ван // Журнал Физ. культура и образование взрослых. – 2003. – № 4. – С. 21–22.
- 3 肖泽兰.基于灰色系统理论的宁夏7-18岁学生身体素质预测及应对策略研究[D].宁夏大学,2021: 19-65.= Сяо, Цзелань Исследование прогнозирования физической подготовки и копинг-стратегий учащихся 7-18 лет в Нинся на основе теории серых систем (Магистерская диссертация) / Цзелань Сяо // Университет Нинся, 2021. – С. 19–65.

УДК 796.035–057.87

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕВОЧЕК МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА Г. ПИНСКА И ПИНСКОГО РАЙОНА

Е.Т. Кузнецова, В.М. Дронова

Полесский государственный университет, Республика Беларусь

e-mail: kuznetsova.e@polessu.by;

e-mail: Verunchik2007@mail.ru

Аннотация. В работе приводятся результаты уровня физической подготовленности девочек 6–10 лет Белорусского Полесья. В исследовании участвовало 256 девочек 6–10 лет из младших классов общеобразовательных школ. Из общего количества детей – 5 % проживают в Пинском районе. Анализ результатов педагогического тестирования позволил установить в возрастном аспекте их поступательный, но, как правило, неравномерный рост. В связи с гетерохронностью развития двигательной функции организма детей в возрасте 6-10 лет наблюдается значительное колебание величин исследуемых показателей внутри каждой группы.

Ключевые слова: младший школьный возраст; физическое развитие; физическая подготовленность; учебный предмет; программа.

PHYSICAL FITNESS OF JUNIOR GIRLS SCHOOL AGE PINSK and PINSK DISTRICT OF BELARUS

O.T. Kuznietsova, V.M. Dronova

Polessky State University, Republic of Belarus

Abstract. The paper presents the results of the level of physical fitness of girls 6–10 years old in Belarusian Polesie. The study involved 256 girls aged 6–10 years from junior grades of secondary schools. Of the total number of children, 5% live in the Pinsk region. Analysis of the results of pedagogical testing made it possible to establish their progressive, but, as a rule, uneven growth in terms of age. Due to the heterochronic development of the motor function of the body of children aged 6-10 years, there is a significant fluctuation in the values of the studied indicators within each group.

Keywords: primary school age; physical development; physical fitness; academic subject; program.