

СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ В РАЗНЫХ СТРАНАХ

доц. Н.И. Абдинова^{1а}, Э.В. Абдинов^б

¹Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта

^а nataliya.abdinova@sport.edu.az, orcid.org/0000-0001-9151-1452

^б bakinec77@mail.ru

Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 15 sentyabr 2022

Dərc olunub: 27 dekabr 2022

© 2022 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

Аннотация. В работе исследованы современные концепции системы физического воспитания школьников в некоторых странах Европы, Азии, Америки. Проанализированы формы обязательных и факультативных занятий с указанием используемых средств. Выявлены основные направления физического воспитания. Намечены пути повышения эффективности процесса физического воспитания.

Ключевые слова: *Физическая культура, физическое воспитание, уроки физической культуры, факультатив, стандарты, ин-теграция.*

Введение. Одним из основателей научной системы физического воспитания детей школьного возраста был выдающийся русский ученый П.Ф.Лесгафт (1837-1909). Продолжатели его педагогических идей француз физиолог и педагог Ж.Демени (1850-1917) и австрийский педагог К.Гаульгофер оказали большое влияние на развитие современной школьной гимнастики.

Современная система физического воспитания подразумевает совокупность социальных и педагогических подсистем, направленных на достижение цели физического воспитания. Функции подсистем осуществляются с помощью учреждений и организаций, которые организуют и контролируют процесс физического воспитания [4].

Физическое воспитание в школе не может быть сведено только к улучшению физических способностей (мышечной си-

лы, выносливости, гибкости, ловкости, быстроты), но еще оно должно быть направлено на улучшение личной гигиены, профилактики травм, повышение уровня информированности и знаний о рисках и мерах безопасности в процессе двигательной активности. Кроме того, физическое воспитание должно способствовать освоению навыков поведения в различных ситуациях. Физическое развитие тесно связано со здоровьем человека, здоровье выступает как ведущий фактор. Таким образом, большинство стран мира основываются на физическом, личном и социальном развитии молодежи в качестве основных задач системы физического воспитания в школе [4,5,6].

Актуальность. Система физического воспитания в наши дни подтверждает необходимость изучения современного передового зарубежного опыта и, в какой-то мере рационального заимствования в области организации физической культуры как школьной дисциплины. Для многих школьников три урока физкультуры в неделю – единственная возможность для хоть какой-то физической активности. А некоторые стремятся оформить справку и исключить занятия физкультурой вовсе. Но есть страны, в которых отношение к физкультуре принципиально другое и детей пытаются заинтересовать спортивными занятиями всеми возможными способами [7].

Сегодня физическое воспитание глубоко проникло в образовательную сферу, способствуя интеграции национальных образовательных систем. Актуальным является исследование современных концепций физического воспитания в разных странах, так как с ростом цивилизации и социальное, и личностное значение физической

культуры увеличивается как средство огромного влияния на физическое и духовное состояние человека [4, 5].

Задания исследования: 1. Определить количество обязательных и факультативных занятий в недельном цикле физического воспитания школьников разных стран.

2. Определить и охарактеризовать основные направления физического воспитания. 3. Наметить пути интеграции процесса физического воспитания.

Методы исследования: изучение и анализ литературных источников.

Результаты исследования. Дисциплина «Физическая культура» находится на центральных позициях в учебных планах

для всех без исключений общеобразовательных школ. Виды физической деятельности, которые включаются в государственные образовательные программы многих стран, четко разделены между обязательными и факультативными направлениями (см. Таблицу 1). В одних странах обязательными видами физической деятельности в школах являются игры, гимнастика, легкая атлетика и танец. В других же странах уделяют большее внимание единоборствам и водным видам спорта. Несмотря на то, что школы в некоторых странах имеют высокую степень автономии, существуют также обязательные виды физической деятельности, которые включены в рекомендуемые программы и стандарты.

Таблица 1

Виды физической деятельности школьников в разных странах

| Страна | Количество часов в неделю | | | | | | Направленность занятий | Предпочтительные виды спорта |
|----------------|---------------------------|----------|-------|---|-------|-------|--|--|
| | Обязательных | | | Дополнительных | | | | |
| | Возраст школьников | | | | | | | |
| | млад. | сред. | стар. | млад. | сред. | стар. | | |
| Азербайджан | 2 часа | | | Платные спортивные секции вне школы | | | Общее физ. развитие, оздоровление | Виды гимнастики, виды борьбы, футбол |
| Великобритания | 3-4,5 часа | | | Платные спортивные секции, соревнования | | | Соревнования, тренировки | Более 12 видов спорта |
| Германия | 5 час. | 3-4 часа | | в спорт. клубах | | | Соревнования, спорт. резерв | 12 олимп. видов спорта |
| Италия | 5 час | | | Спорт. секции платные 6 час | | | Оздоровление, спорт. резерв | футбол |
| Канада | 5 час | 5 час | | Спорт. секции | | | Межшкольные соревнования | Около 20 видов спорта, ледовые катки |
| Китай | 5 час. | | | Спорт. клубы при школе | | | Укрепление организма, военная подготовка, спорт на всю жизнь | Национальные виды спорта, национальные элементы, боевое искусство, |
| Корея | 3 часа (1 час теория) | | | Спорт. клубы при школе | | | Укрепление организма, здоровый образ жизни | Баскетбол, бейсбол, футбол, альпинизм |
| Россия | 3 часа (1 час аэробика) | | | соревнования | | | Общее физ. | Гимнастика, |

| | | | | | | |
|---------|-------------|----------------|--------------------|--------------------|------------------------|--|
| | | | | | развитие, оздоровление | легкая атлетика, спортивные игры, лыжи |
| США | 5 часов | | соревнования | | Спортивный резерв | Баскетбол, бейсбол, плавание, фитнес |
| Франция | 5 час дошк. | 3-4 часа | | 6 часов спорт.игры | Спорт, физкультура | Футбол, Пинг-понг, баскетбол, велоспорт |
| Чехия | 3 часа | | Спортивно-массовая | | Спортивный резерв | Основная гимнастика, спортивные игры, плавание, лыжи |
| Япония | 3 часа | 2-3 часа (60%) | 1 час | 9 час (40%) | Здоровье | Каратэ, сумо, гимнастика, л/атлетика, плавание, игры, теннис |

Физическое воспитание входит в базовый набор предметов на всех уровнях школьного образования.

Анализ данных табл.1 свидетельствует, что в младшем и среднем школьных возрастах уроки физкультуры проводятся ежедневно по 1 часу, т.е. 5-6 часов в неделю в следующих странах: Германия, Италия, Канада, Китай, США, Франция. Такое же количество часов сохраняется в Италии, Канаде, Китае США и в старшем возрасте. В Великобритании, Германии, Франции количество обязательных занятий уменьшается, но увеличивается посещение факультативных занятий. По 3 часа в неделю отводится на уроки в Корею, России (с 2021 г. введен третий час занятий по аэробике), Чехии, Японии, и 2 часа – в Азербайджане.

Большая часть уроков физкультуры в США завязана на соревнованиях и командной работе. Уроки физкультуры содержат продолжительную и объемную разминку, затем следует фитнес. В школах Японии, Кореи и Китае уроки направлены на укрепление здоровья. В Корею один из трех обязательных уроков посвящен теории. Физическое воспитание в Китае имеет сбалан-

сированную организацию и большее количество обязательных занятий.

Каждая школа опирается на установленные государственные стандарты, выбор средств остается за школой с учетом ее технического оснащения. Основные средства – гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры, плавание и др., в некоторых странах фитнес (США), аэробика (Россия), подготовка массовых выступлений (Китай, Япония), балет для девочек (Великобритания), в Канаде - зимние виды спорта [5,6,8,9].

Общими задачами физического воспитания является развитие всего организма, физических способностей, укрепление здоровья, формирование жизненно важных прикладных умений и навыков.

Во всех изучаемых странах дополнительно проводится различного рода спортивная работа после уроков (факультатив): тренировочные занятия в секциях при школе, спортивные соревнования, массовые спортивные мероприятия, танцы, турпоходы и др. В ряде стран создаются специальные организации, задача которых сводится к отбору юных талантов (в России – ДЮСШ, во Франции, Италии – спортивные ассоциации) [5,6].

В ряде стран, таких как, США, Германия, Великобритания, Россия, Чехия, Италия, Франция, Канада работа по физическому воспитанию детей имеет направленность на подготовку резерва для национальных сборных команд. У каждой школы есть площадки для баскетбола, футбола, тенниса, бассейны и залы для фитнеса, аэробики, гимнастики. Здесь уделяют особое внимание внеклассным тренировкам, внутришкольным и межшкольным соревнованиям. США – страна, где проводится самое большое количество соревнований в год, где все ученики принимают участие в межшкольных соревнованиях, которые даже показывают по местному телевидению с целью пропаганды спортивного образа жизни с самого раннего детства [5, 9].

В Великобритании более 12 видов спорта представляют школьникам для выбора факультативных занятий. В выходные дни команды соревнуются со сборными других школ. В Германии проводятся соревнования на городском и районном уровне по 12 основным олимпийским видам спорта. Со школами тесно сотрудничают спортивные клубы по этим видам спорта.

В школах Италии большое внимание уделяется спорту. Почти в каждой школе имеется ассоциация – школьная спортивная группа. Занятия проводятся после уроков 2–3 раза в неделю под руководством преподавателя физической культуры (общая продолжительность – 6 ч. в неделю). Школьные соревнования организуются Министерством общественного образования при содействии НОК Италии. Главные среди них – Игры молодежи. В стране популярен дворовой футбол, дети и взрослые часто устраивают соревнования между дворами.

В Канаде очень развита любовь к спорту. Более 20 видов спорта предоставляет школа на выбор ученику. Многие семейные канадцы добровольно участвуют в жизни спортивных команд своих детей, тренируют школьников, готовят поле для игры, следят за инвентарём и т.д. В городах

почти в каждом районе существуют плавательные бассейны и крытые ледовые катки, которые привлекают канадцев всех поколений.

Физическая культура в Японии, Корею направлена на формирование здорового образа жизни, в Китае – на формирование идеи пожизненных занятий спортом, развитие системы знаний о физическом состоянии человека [7].

В Японии учащиеся занимаются в спортивных клубах играми с мячом – футбол, бейсбол, теннис и др., популярны и национальные виды спорта – дзюдо, кэндо, айкидо, карате. Каждый год на государственном уровне проводится «День физкультуры». В этот день в городах организовываются массовые утренние разминки и зарядки, в течение дня проводятся соревнования как по традиционной легкой атлетике, так и по менее серьезным видам спорта. Особенно активно этот день празднуется в школах.

В школах Кореи физической культуре уделяют мало внимания, а потому наблюдается отсутствие должного спортивного инвентаря. В школах существуют спортивные клубы, но они не пользуются популярностью. Чаще всего используются виды – альпинизм, бейсбол, футбол и баскетбол [7].

Уроки физической культуры в Китае включают в себя упражнения на развитие выносливости, укрепления общего состояния организма, а также некоторые национальные элементы (тайчи, ушу) и часть военной подготовки.

В школах имеются различные спортивные клубы, но они не завязаны на подготовку олимпийского резерва [7].

Физическая культура в Азербайджане осуществляется по программе «Курикулум физического воспитания», которая на сегодняшний день является одной из самых прогрессивных учебных моделей мира. Программа предусматривает 2 часа обязательных занятий физической культурой в неделю, и это самый низкий показатель в числе представленных стран. Недостаточная фи-

зическая нагрузка ведет к увеличению веса детей, отрицательно сказывается на тренированности вестибулярного аппарата, затормаживает процесс развития физических качеств, затрудняет формирование правильной осанки [1, 2, 3].

Периодические наблюдения за учебным процессом свидетельствуют о низком уровне образования предмета «Физическая культура»: ученики занимаются без спортивной формы; уклоняются от занятий, представляя медицинские справки; наблюдается отсутствие необходимого спортивного инвентаря и оборудования, а также слабую профессиональную подготовку преподавателей. Уроки физкультуры проводятся в разрез с общепринятыми формами и структурами занятий и носят развлекательно-игровую направленность. Дополнительные занятия (факультатив) не проводятся.

Заключение. Изучение литературных источников и анализ систем физического воспитания в разных странах выявил приоритетные направления в развитии физической культуры, цели и задачи, а также, несомненно важную, социальную значимость этого предмета. Изучение современных тенденций и новых подходов к педагогическому процессу, использование новых методик преподавания в школе, позволит мотивировать школьников к занятиям массовой физической культурой и спортом.

Учитывая выявленные недостатки в школах Азербайджана предлагаем интегрировать наиболее перспективные аспекты из других стран, в частности:

- внедрение в уроки физкультуры разминку в аэробном режиме (РФ);
- проведение объемной и продолжительной подготовительной части урока (США) с использованием средств гимнастики, легкой атлетики;
- проведение уроков с широким использованием разнообразных прикладных упражнений;
- использование различных форм и способов организации уроков физкультуры (поточный, круговой);

- внедрение в учебный процесс школьников форму домашних двигательных заданий.

ЛИТЕРАТУРА

1. **Абдинова Н.И.** *Вестибулярный аппарат и способы его тренировки.* Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasında 2015-cü ildə aparılan elmi-tədqiqat işlərinin - hesabatı üzrə elmi – praktik konfransın materialları. Bakı. 2016.
2. **Абдинова Н.И.** *Исследование индекса массы тела и физической активности детей 10-11 лет.* Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasının Elmi xəbərləri. Bakı. 2018, №1.
3. **Абдинова Н.И.** *Исследование состояния осанки у студентов.* Научный вестник Академии Физической культуры и Спорта. Февраль, 2021. Интернет ресурс. Режим доступа: www.sportsciencejournal.org.
4. **Гринченко И.Б.** *Физическое воспитание в странах Европы: Образовательный аспект* © Харьковский национальный педагогический университет имени Г.С. Сковороды.
5. **Зайнутдинов Л.** *Организационные формы физического воспитания и развития школьного спорта в зарубежных странах.* Спорт в школе. 2008. № 23 (448).
6. **Молоков Д.С., Викулов А.Д., Данилова Л.Н.** *Физическое воспитание школьников в зарубежных системах общего и дополнительного образования.* Вестник Томского государственного университета 201.С. / УДК 37.037.1.
7. **Устинова А.В.** *Особенности уроков физической культуры в школах Китайской Народной Республики, Кореи и Японии.* Алтайский государственный университет. Электронный ресурс: <https://scieceforum.ru/2019/>
8. *Физкультура в школе разных стран.* https://mel.fm/mirovoy_opyt/9582430-physical_edu
9. **Фирова А.Г.** *Физическая культура в школе. Европейский и американский опыт*

MÜXTƏLİF ÖLKƏLƏRDƏ MƏKTƏBLİLƏRİN BƏDƏN TƏRBIYƏSİ SİSTEMİ

N.İ. Abdinova^{1a}, E.V. Abdinov^b

¹*Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası*
^a nataliya.abdinova@sport.edu.az, orcid.org/0000-0001-9151-1452
^b bakinec77@mail.ru

Annotasiya. Məqalə Avropa, Asiya və Amerikanın bəzi ölkələrində məktəblilərin bədən tərbiyəsi sisteminin müasir konsepsiyalarını öyrənir. Məcburi və fakultativ dərslərin formaları istifadə olunan vasitələr göstərilməklə təhlil edilir. Bədən tərbiyəsinin əsas istiqamətləri

açıqlanır. Bədən tərbiyəsi prosesinin səmərəliliyinin artırılması yolları göstərilmişdir.

Açar sözlər: *bədən tərbiyəsi, bədən tərbiyəsi dərsləri, fakultativ, standartlar, inteqrasiya.*

THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF SCHOOLCHILDREN IN DIFFERENT COUNTRIES

N.İ. Abdinova^{1a}, E.V. Abdinov^b

¹*Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport*
^a nataliya.abdinova@sport.edu.az, orcid.org/0000-0001-9151-1452
^b bakinec77@mail.ru

Annotation. The paper explores the modern concepts of the physical education system for schoolchildren in some countries in Europe, Asia and America. The forms of compulsory and optional classes are analyzed with an indication of the means used. The main directions of physical education are revealed. Ways

to improve the effectiveness of the physical education process are outlined.

Keywords: *physical Culture, physical education, physical education lessons, elective, standards, integration.*