

education.ru/ru/article/view?id=11557 (data accessed: 01.12.2021).

2. Karimov, A.K. (2016), "Individual approach in physical culture lessons", *Young scientist*, No.7, pp. 633–634, available at: <https://moluch.ru/archive/111/26948/> (data accessed: 01.12.2021).

3. Ivakhnenko, G.A. and Kuzmin, V.V. (2018), "Problems and prospects of high school physical education", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (158), pp. 111–114.

4. Ivakhnenko, G.A. (2020), "Educational orientation as a factor in increasing the effectiveness of physical culture in universities", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (188), pp. 138–142.

**Контактная информация:** ivakhnenko@inbox.ru

*Статья поступила в редакцию 17.12.2020*

УДК 372.879.6

## ИССЛЕДОВАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В РАМКАХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ШКОЛЬНИКОВ ДРУГИХ СТРАН

*Николай Александрович Мудренко, доцент, Аршам Сергеевич Сергоян, старший преподаватель, Дальневосточный юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, Хабаровск; Евгений Борисович Евтушенко, аспирант, Дальневосточная государственная академия физической культуры, Хабаровск*

### **Аннотация**

Статья посвящена анализу программ, применяемых в области физической культуры в общеобразовательных учреждениях США и Японии. В частности, определения методов, принципов используемых в мотивации школьников к занятиям по физическому воспитанию. По полученным материалам исследования сделаны выводы. Проведены сравнения итогов анализа с основными аспектами, предусмотренными программно-методическим комплексом по физическому воспитанию «Самбо в школу».

**Ключевые слова:** Самбо в школу, физическая культура, мотивация, спорт, образование, методика.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.12.p143-147

## RESEARCH OF GENERAL EDUCATION PROGRAMS IN THE FRAMEWORK OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES FOR SCHOOLCHILDREN FROM OTHER COUNTRIES

*Nikolai Aleksandrovich Mudrenko, the senior lecturer, Arsham Sergoevich Sergoyan, the senior teacher, Far Eastern Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russian Federation, Khabarovsk, Evgeny Borisovich Evtushenko, the postgraduate student, Far Eastern State Academy of Physical Culture, Khabarovsk*

### **Abstract**

The article is devoted to the analysis of programs used in the field of physical culture in the general education institutions in the USA and Japan. In particular, the definition of methods and principles used in motivating students to physical education classes. Conclusions are made based on the obtained research materials. The results of the analysis were compared with the main aspects provided by the program and methodological complex for physical education "Sambo to school".

**Keywords:** Sambo to school, physical culture, motivation, sports, education, methodology.

### ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день образование делает современного человека конкурентоспособным. Ведь современный работодатель выдвигает все более высокие требования к ра-

ботникам, а это очень сильно увеличивает конкуренцию на рынке труда. Помимо того, чтобы получить перспективную работу и иметь устойчивый карьерный рост, специалист должен постоянно развиваться, следить за изменениями в своей профессиональной деятельности. А для этого необходимо постоянно повышать свою квалификацию, получать дополнительное образование, посещать необходимые курсы и заниматься саморазвитием. Это не только дает человеку знания, это делает его еще более компетентным и более грамотным в сфере деятельности, которую он выбирает.

Первой степенью в получении базового образования человеком является образовательное учреждение – школа.

Большинство исследователей, занятых проблемами образования человека, имеют схожесть в суждении, что невозможно описать структуру его воспроизводства, если не прибегнуть к исследованию школьного образования. Непосредственно в ходе школьного обучения закладываются базисные познания и умения, обуславливающие дальнейшее развитие человеческого образования и потенциал максимальной реализации.

Однако вторичным не может быть то, от чего напрямую влияет на главную ценность для человека – его здоровье. Не многим людям после окончания школы понадобятся знания интегралов или химических формул, но осознание необходимости регулярной физической активности и использование навыков здорового образа жизни поможет сделать жизнь любого человека более здоровой, продолжительной и плодотворной.

Именно в детстве и подростковом возрасте здоровье закладывается на всю оставшуюся жизнь. Поэтому так важно уделять максимальное внимание физическому развитию учащихся. Для этого преподавание физической культуры должно быть выведено на новый уровень, который будет отвечать требованиям современных стандартов.

#### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

При анализе Закона Российской Федерации «Об образовании», нормативно – правовых актов, а также в соответствии с положениями образовательных учреждений, можно сделать вывод, что здоровье – мера качества жизни населения и результат государственной политики в сфере спорта и здравоохранения. Изучение педагогической, воспитательной и методической литературы указывает, что действующая теория и методика оздоровления организма человека выстраивается на компетентной научной базе и продолжает научно – теоретическую и экспериментальную разработку различных методик оздоровления обучающихся [1].

Сегодня преподавание физической культуры в школе имеет множество проблем, таких как:

- устаревшие методы обучения;
- отсутствие профессиональных, квалифицированных специалистов;
- отсутствие финансирования.

Если забота о здоровье подрастающего поколения – это не просто слова, то проблемы преподавания физической культуры в школах должны быть решены как можно скорее. Рассмотрим, как проходят занятия по физической подготовке в школах других стран.

В большинстве российских школ уроки физической культуры проводятся два раза в неделю, зачастую это единственная возможность обучающихся для какой – либо физической активности. Некоторые школьники, даже при занятии физической культурой всего лишь два раза в неделю, стараются разными способами избежать нагрузок, например, получением справок у докторов. Но есть большое количество стран, где отношение общества и общественного сознания совершенно иное. В этих странах создаются условия для заинтересованности детей и обучающихся в учебных заведениях к занятию спортом.

Давайте рассмотрим, как организованы занятия физической культуры в Соединенных Штатах Америки и Японии.

Одной из национальных идей в Соединенных Штатах Америки является спорт, а учебные заведения – резерв национальной сборной. В этом государстве занятие физической культурой это целая система, в которую вовлечены многие обучающиеся, преподаватели и спортсмены. Для продвижения идеи и мотивации к занятию спортом создано большое количество условий, например, на территории каждой школы есть своя спортивная площадка. Также на территории многих школ в США построены бассейны.

Вступительная часть занятия довольно продолжительная и интенсивная. Учащиеся выполняют большое количество беговых упражнений, играют в командные игры с мячом и догонялки.

По мнению американских исследователей, такой подход к уроку помогает решить следующие задачи: дать возможность учащимся выплеснуть энергию, разогреть мышцы перед игрой, а также организовать класс в единую дружную команду, что очень благоприятно влияет на дисциплину в классах.

Вторая часть занятия – фитнес. Во многих образовательных учреждениях существует следующая система:

- Школьники делятся на группы
- Каждая группа на протяжении нескольких минут выполняет какой – то один вид активной работы (бросание мяча, отжимание, прыжки через скакалку и т. д.)
- Через несколько минут группы меняются и группы выполняют другие упражнения.

Это делается для того, что ученики могли сами выбирать спорт, который им больше нравится с учетом физического здоровья и нагрузки.

Последнюю часть урока посвящают игре. В случае школьных уроков – это чаще всего баскетбол или волейбол.

В школах Соединенных Штатов Америки с 1986 года действует специальная программа «Вызов президента» Это тестовые задания на физическую подготовку детей в возрасте от шести до семнадцати лет.

Данная программа включает в себя пять упражнений:

1. Сгибание туловища из положения лежа;
2. Бег на одну милю;
3. Подтягивание на перекладине;
4. Наклоны вперед;
5. Челночный бег 4×39.

В сравнении с нормативами, которые включены, во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО имеет значительное отличие в содержании. Мы сравнили только содержание нормативов в ГТО входящие с 1 по 5 ступень, чтоб выдержать сходную возрастную группу, данные отражены в таблице 1 [2].

Таблица 1 – Количество нормативов в ГТО с 1 по 5 ступень

№	Ступень / возрастная группа	Количество испытаний в ГТО
1	1 ступень / 6 – 8 лет	9
2	2 ступень / 9 – 10 лет	10
3	3 ступень / 11 – 12 лет	12
4	4 ступень / 13 – 15 лет	13
5	5 ступень / 16 – 17 лет	13

Еще одной немаловажным отличием является динамика роста количества упражнений по ступеням. Положительной стороной программы «Вызов президента» являются поощрения в виде материальных пособий.

Данная программа напоминает сдачу нормативов ГТО в России. Так же, как и в России спортсменов в Америке очень ценят. Высокий балл по физической подготовке помогает многим ученикам поступить в престижный вуз. Многие университеты готовы побороться за сильных спортсменов, они имеют приоритет.

Далее стоит обратить внимание, на занятия спортом в Японии. В японских школах, помимо основного урока физкультуры, огромное внимание уделяется после урочной деятельности. В школах Японии существует множество различных клубов, как культурных, так и спортивных. Спортивным клубам уделяется большее внимание и так же школа готова спонсировать спортсменов для выезда на междугородние соревнования и соревнования между школами своего города.

Начнем с анализа уроков физкультуры, а далее подробнее рассмотрим деятельность спортивных клубов.

Учитель физкультуры в Японии должен иметь не только физкультурное образование, но также медицинское. При изучении методики преподавания физической культуры в Японии, можно сделать вывод, что ни в одной стране мира здоровому образу жизни не уделяется столько внимания. С самого первого класса ученики обязаны проходить тест, в котором выявляются многие анатомические особенности, проблемы со здоровьем, а также склонность к различным видам нагрузок [3].

Если преподаватель, с помощью теста, обнаружил у ребенка определенные отклонения и проблемы со здоровьем, то им составляется индивидуальная программа питания и физических нагрузок.

Большое внимание в японских школах уделяется командной работе, для выработки у ребенка таких качеств как: ответственность, сплоченность и стремление к победе. Преподаватели разрабатывают различные командные игры, в которых дети активно занимаются спортом, одновременно разрабатывая навыки ловкости, сосредоточенности, а также вырабатывают дисциплину.

Также стоит отметить, что при переходе ребенка из одной школы в другую, преподаватель передает все документы, наработанные о здоровье и физических особенностях ребенка, который продолжает заниматься по той же индивидуальной программе.

Школьные клубы, в которых занимаются обучающиеся, называются «букацу». Помимо занятий спортом ученики изучают иерархии и церемонии, которые свято соблюдаются японцами. Согласно этой иерархии, назначается староста, заместитель старосты, но также внутри может создаваться иная дополнительная структура. Например, главный по хозяйственной части (следит за износом мячей, бит, флажков), главный по бухгалтерии (на кружки организуют родители учеников), главный по расписанию и так далее. Таким образом, ученики не только занимаются физической культурой, но и вырабатывают навыки социализации, совместной работы в системе, а также приобретаются знания структуры общества.

Что касается иерархии, то в «букацу» она очень строгая. Например, в кружке пинг-понга в некоторых школах первый год новые члены в основном подбирают мячики, отлетающие во время игры. Они убирают зал, смотрят на игру и почти не тренируются.

Каждому гражданину Японии с детства известно слово «ундокай». Переводится примерно, как «спортивная встреча». Это может случиться в любом возрасте: японцы могут позвать бегать, прыгать и участвовать в соревнованиях. «Ундокай» – это продолжительные выступления: соревнования в беге на разные дистанции, эстафеты, прыжки в мешках, подвижные игры, разные конкурсы. Зрители должны сидеть по пять-шесть часов или под открытым небом, или под тентами, на трибунах или на циновках – в зависимости от местных условий. Это событие проводится каждый год, начиная с детского сада, потом – в школе и в университете.

В России существует своя программа для повышения физического развития среди школьников. Она называется «Самбо в школы».

Идея создания проекта «Самбо в школах» была предложена еще в 2010 году. В основу данного проекта были взяты идеи Японских преподавателей, где за счет изучения ДЗЮДО в течение восьми лет, приобретаются не только физическая сила, но и уверенность в себе, а также любовь к своей стране.

Самбо для достижения этих целей подходит как нельзя лучше. Как было отмечено участником рабочей группы проекта президента Всероссийской и Европейской федерации самбо Сергей Елисеев: «К самбо должны относиться как к национальному достоянию. Дети должны знать историю самбо, гордиться ей. А значение приемов самозащиты необходимы каждому. Мы не учим детей бороться, делать броски. Мы учим их правильно падать, освобождаться от захватов и как себя вести в экстремальных ситуациях. Если детям нравится, мы советуем им идти заниматься самбо на более продвинутом уровне» ([http://sambo.ru/special/school\\_programm/](http://sambo.ru/special/school_programm/)).

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, несмотря на развитость и особый подход к физическому образованию в других странах, Россия не отстает и готова показать миру своих спортсменов. Пока программа «Самбо в школы» официально не введена в школьную программу, но в дальнейшем, благодаря развитости данного вида спорта, школьники смогут обучиться первоначальным основам самбо и многие смогут выявить в себе талант и развиваться в данном виде спорта.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Авраамова Е.М. Роль школьного образования в развитии человеческого капитала / Е.М. Авраамова, Д.М. Логинов // Экономика региона. – 2014. – № 2 (38) – С. 53–62.
2. Викторов Д.В. Физкультурное образование: фактор здоровьесберегающей компетентности студенческой молодежи / Д.В. Викторов // Вестник Томского государственного университета. – 2014. – № 387 – С. 194–202.
3. Идиятуллин А.М. Физическая культура в Японии: в обществе, семье и учебном заведении / А.М. Идиятуллин // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма : материалы XII Международной научно-практической конференции – Уфа, 2018. – С. 19–22.

#### REFERENCES

1. Avraamova, E.M. and Loginov D.M. (2014), “Role of school education in the development of human capital (RSCI)”, *Economy of the region*, No. 2 (38), pp. 53–62.
2. Viktorov, D.V. (2014), “Physical Education: factor of health saving competence of students”, *Bulletin of Tomsk State University*, No. 387, pp. 194–202.
3. Idiyatullin, A.M. (2018), “Physical education in Japan: society, family and school”, *Actual problems of physical culture, sports, and tourism: materials of the XII International scientific and practical conference*, Ufa, pp. 19–22.

**Контактная информация:** judo101khv@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 15.12.2020*

**УДК 796.015.86**

### **РЕАЛИЗАЦИОННЫЙ АСПЕКТ ТАКТИКИ В СПОРТИВНОМ СОСТЯЗАНИИ В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА**

*Татьяна Ивановна Мясникова, кандидат педагогических наук, профессор, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Екатеринбург*

#### **Аннотация**

Вопросы изучения тактического мастерства и его реализации в спорте в целом и в циклических видах спорта в частности являются одной из недостаточно разработанных проблем в теории спорта. Тактика в циклических видах спорта характеризуется, в первую очередь, распределением сил при преодолении дистанций различной длины, поэтому ее реализация тесно связана с функциональной подготовленностью спортсмена. С учетом выделенных основных факторов, определяю-