

Д.С. Молоков, А.Д. Викулов, Л.Н. Данилова

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ В ЗАРУБЕЖНЫХ СИСТЕМАХ ОБЩЕГО И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Обоснована тенденция взаимообогащения теории и практики физического воспитания, раскрыта необходимость изучения передового зарубежного опыта организации физического воспитания детей и молодежи. Представлен спектр новых функций, которые призвана реализовать физическая культура как школьный предмет. Материалы статьи обобщают передовой опыт организации физического воспитания в сфере общего и дополнительного образования в некоторых странах Европы, Америки и Азии.

Ключевые слова: физическое воспитание школьников; физическая культура; зарубежный опыт.

С момента зарождения первых школ в древнейших цивилизациях мира физическим упражнениям уделялось серьезное внимание, причем лучший опыт физического воспитания детей ретранслировался, перенимался в соседних государствах и регионах мира. Так, древнегреческая практика организации занятий пятиборьем и гимнастикой, равно как и система закаливания, распространились во всем античном мире. Средневековая модель рыцарского воспитания, которая состояла преимущественно из физических навыков и умений, использовалась во всех христианских странах феодальной Европы. Гуманисты эпохи Возрождения пытались ввести физическое воспитание в школе.

Классно-урочная система, обоснованная Яном Амосом Коменским в начале Нового времени и ставшая основой общего образования на планете, предполагала физические упражнения и игры, вопросы школьной гигиены, питания и здорового режима детей. Включение Иоганном Генрихом Песталоцци элементов физического воспитания в программу начальной школы в XVIII в. изменило практику его организации во всем мире. Идеи В. Фельтре, Ф. Рабле, Е. Славинецкого, Дж. Локка, Ж.-Ж. Руссо, К.Д. Ушинского, П.Ф. Лесгафта и др. [1] дополнили мозаику физического воспитания подрастающего поколения и обогатили его практику.

Систему физического воспитания в наши дни невозможно представить себе исключительно национальной. Даже советский педагогический опыт, формировавшийся в условиях жесткой конфронтации с западной культурой, не исключал заимствований в области организации физической культуры как школьной дисциплины.

Все эти примеры подтверждают тенденцию взаимообогащения теории и практики физического воспитания, что, в свою очередь, подтверждает необходимость изучения современного передового зарубежного опыта организации физического воспитания детей и молодежи.

Целью исследования было выявление и обобщение передового зарубежного опыта физического воспитания в сфере общего и дополнительного образования. **Теоретическая значимость** подобного исследования основана на недостаточной изученности вопроса об использовании потенциала общего и дополнительного образования в сфере физического воспитания детей и молодежи. **Практическая значимость**

заключается в определении интересных находок для отечественной модели физкультурной подготовки и возможности использовать лучший, передовой опыт в данной сфере.

Методы и организация исследования. В ходе исследования был использован *системный подход* как методологический ориентир, позволяющий изучить социальные системы, их компоненты, признаки и характеристики. В данном контексте уместно говорить о системе физического воспитания как уникальном социальном явлении. Одним из ключевых исследовательских методов явился *сравнительно-педагогический анализ* проблемы выявления передового опыта физического воспитания школьников в зарубежных системах общего и дополнительного образования. *Метод абстракции* мысленно выделить в исследуемом объекте только определенные свойства, признаки и характеристики (в данном случае – элементы физической культуры в зарубежных образовательных моделях. На основе *классификационного анализа* были определены критерии определения передового опыта физического воспитания за рубежом: новизны, актуальности, оптимальности, высокой результативности, стабильности и возможности использования в массовом опыте. Наконец, *метод обобщения* позволил упорядочить, организовать в определенную систему опыт организации физической культуры за рубежом.

Результаты и их обсуждение. Проблема здоровья школьника является одной из самых острых для современного образования. По материалам российской статистики, число здоровых детей за период обучения в школе сокращается в 3–4 раза. Понимая важность физического развития учащихся, системы образования в различных странах мира стремятся организовать для них занятия спортом. Физкультуру и спорт по праву можно назвать приоритетными дисциплинами в общеобразовательной школе большинства развитых стран. Подтверждает этот аргумент то, что на них отводится до четверти учебного времени [2. С. 59].

Материалы проведенного сравнительно-педагогического исследования отражают современную практику организации физической культуры и молодежного спорта в зарубежных системах общего и дополнительного образования. Из представленных примеров к передовому опыту можно отнести элементы физического воспитания, которые соответствуют

критериям: новизны, актуальности, оптимальности, высокой результативности, стабильности и возможности использования в массовом опыте.

Выбор стран отражает желание авторов привести примеры зарубежного опыта стран разных континентов в сфере физической культуры школьников. Так, материалы статьи отражают опыт организации физического воспитания в сфере общего и дополнительного образования в некоторых странах Европы, Америки и Азии.

Кроме физкультуры, в ряде систем образования в учебные планы включены такие отдельные области, как здоровье (в Японии, Финляндии), ознакомление с окружающей средой и природой (в Финляндии). В ряде стран мира обязательным школьным предметом является плавание (в Австралии, Австрии, Германии, США, Вьетнаме, Швеции, Японии, Польше, Чехии, Словакии, Болгарии, Норвегии, Эстонии) [3. С. 79]. В США, например, помимо обязательной программы, рассчитанной на 36 часов, действует программа факультативных занятий по плаванию в таком же объеме. Она не повторяет обязательных уроков: мальчики на внеклассных занятиях играют в водное поло, девочки осваивают элементы синхронного плавания [Там же].

В Швеции школьники посещают уроки по плаванию один раз в две недели на протяжении всего периода школьного обучения. Те ученики, которые не осваивают программный материал за год, проходят курс дополнительных занятий в летнее время в школах плавания.

Так, на примере плавания как школьного предмета можно заключить, что для решения задачи физического воспитания подрастающего поколения в некоторых странах используется потенциал как общего (школа), так и дополнительного образования (факультативы, летние школы, секции и кружки). Как же обстоит дело в целом с физической культурой как школьной дисциплиной в различных государствах мира?

В западных странах физкультура *в начальной школе* включает в себя разнообразные виды физической деятельности, такие как бег, лазание по канату, игра с мячом, гимнастические упражнения, ритмика, аэробика и т.д. Курс физкультуры предполагает и теоретические занятия, в частности, изучение тем, связанных со здоровьесбережением, организацией режима дня, правильным питанием, личной гигиеной. Учебный день спланирован таким образом, что уроки в классе чередуются с подвижными играми на воздухе [1. С. 238].

Уроки физической культуры и спорта направлены не только на укрепление здоровья ребенка, но и на формирование общественной личности. В начальных школах Великобритании программа включает не столько спортивные занятия, сколько упражнения по развитию ребенка (игры, соревнования и пр.). Англичане на протяжении нескольких столетий активно приучают детей к физическим нагрузкам, холоду, ограниченности в питании, что закаляет их тело, волю и характер. Молодежный спорт занимает чрезвычайно важное место и в американской школе и семье.

В Нидерландах учащихся начальной школы приучают соблюдать личную гигиену, заниматься физическими упражнениями, правильно питаться. В рамках воспитания здорового образа жизни даже с родителями в начале обучения проводят ознакомительную беседу о том, что следует давать детям перекусить в школу (они питаются домашними завтраками). Йогурты, бутерброды, фрукты, сок, молоко, печенье являются «разрешенными» продуктами, а вот, к примеру, на школах школа накладывает вето. Кстати, обедать большинство детей ходит домой, но за отдельную плату они могут остаться на это время и в школе, находясь под присмотром педагога [4. С. 59].

Дети в школах Японии учатся правилам японского этикета, опрятности, гигиене, ответственности за свое здоровье. Так, в 1-м классе существует специальный учебник по питанию. В нем всего 12 страниц, но это любимый учебник школьников. Здесь рассказывается, что нужно есть для укрепления зубов и мускулов, для активизации мозговой активности и т.д. В качестве примера действия такой воспитательной системы выступает тот факт, что все шестилетние дети, вне зависимости от вкусовых предпочтений и домашних привычек, обязательно пьют в школе молоко. Срабатывают «механизмы убеждения учебника, требований коллектива и общественного примера: все пьют молоко, и я буду» [5. С. 122].

Средние школы в западных странах располагают спортивными залами, открытыми площадками, стадионами и бассейнами, благодаря чему учащиеся имеют возможность заниматься спортом, который отвечает их интересам. В частности, на выбор школьника предлагаются гимнастика, борьба, футбол, плавание, баскетбол, волейбол. Таким образом, организация физического воспитания в западных образовательных моделях строится на основе индивидуализации, выстраивания индивидуальных траекторий физического развития.

В Японии в средних школах преподается от 8 до 10 видов спорта, причем за каждый вид отвечает отдельный учитель. Японские преподаватели физподготовки обладают высочайшей квалификацией, в том числе медицинской. Такой учитель – и тренер, и психолог, и наставник, и врач. Если у ребенка обнаружилось проблемы со здоровьем уже в первом классе, учитель физкультуры ведет его на протяжении всех школьных лет, подбирая ученику индивидуальные упражнения, систему питания и образ жизни. Более того, к концу обучения японские юноши и девушки фактически становятся профессионалами в тех или иных видах спорта [1. С. 20].

В Японии физкультура относится к обязательным предметам в средней школе. Однако учащиеся могут выбрать физкультуру и как факультативный предмет для углубленной подготовки. Поражает в японской школе, что учитель не должен культивировать индивидуальные способности, учитывать особенности учеников (даже физические), стремясь привести весь класс к общему уровню развития. В работе с коллективом учащихся не применяют индивидуальных форм обучения. Все ученики участвуют в школьных мероприятиях, спортивных соревнованиях, походах и экскурсиях [6. С. 62].

О положительных результатах физического воспитания в стране восходящего солнца свидетельствует статистика: средний выпускник начальной школы в начале 90-х гг. пробежал 50 м быстрее на 0,1 с и прыгал на 6,2 см дальше, чем его сверстник в середине 60-х гг. прошлого столетия [5. С. 125]. Однако существуют проблемы и в современной японской школе, одной из которых является сохранение традиций жесткой регламентации воспитания. Так, в старших классах японской школы мальчики обязаны носить темные мундиры, установленным нормам должны соответствовать прическа, одежда и обувь девочек.

Для учащихся средней школы создаются условия для воспитания выносливости, стойкости, умений положиться на свои силы. Во Франции многие дети ежегодно проводят несколько недель в горах в так называемых «снежных школах» (другие их названия: «белые школы», «горные школы») [7. С. 41]. Эти учреждения относятся к сфере неформального (дополнительного) образования и предоставляют возможности обучения навыкам лыжного, горнолыжного и других зимних видов спорта. Учащиеся посещают эти школы в каникулярное время, поэтому данную форму работы можно отнести к внешкольной (*Extrascolaire* – разновидность неформального образования, осуществляемого вне школы) [8. С. 84].

Очень много внимания в Швейцарии уделяют физическому воспитанию. В школах можно заниматься различными видами спорта, в большинстве из них есть свои собственные теннисные корты и бассейны, но зимние виды спорта – прежде всего, лыжи, сноубординг и коньки – вне конкуренции. Например, в школах, которые находятся далеко от горнолыжных трасс, проводится лыжная неделя, когда в разгар горнолыжного сезона класс, а то и вся школа, отправляется на целую неделю в горы. Ученики школ, расположенных в горных районах, занимаются горными лыжами с января по апрель регулярно.

В частных школах Швейцарии прекрасно организовано физическое воспитание: дети катаются на лыжах, коньках и горных велосипедах, занимаются скалолазанием и конным спортом, гимнастикой и теннисом, футболом и регби, плавают и ходят под парусом, играют в гольф и крикет. Частные школы малочисленны, и каждому ребенку здесь уделяется персональное внимание, а потому обстановка в них похожа на семейную [4. С. 59].

Любопытным можно назвать опыт интеграции общего и дополнительного образования в решении задачи физического воспитания школьников на примере Чехии. Здесь ежегодно организуется детский и молодежный фестиваль «Бамбириада» (ит. bambino – ребенок). Программа этого фестиваля предлагает участникам попробовать себя в различных видах деятельности (в том числе, спортивных), а также познакомиться с многочисленными учреждениями общего и неформального образования и центрами свободного времени. У участников и их родителей есть возможность испытать себя в спортивных дисциплинах, танцах и играх [8. С. 85].

В США физкультура и гигиена занимают в школах примерно шестую часть учебного времени. В сфере

неформального образования расширяются движения и программы, призванные подготовить ребенка ко взрослой жизни. Например, участники движения «Проверь себя» (*Test yourself*) – школьники-подростки – после необходимых тренировок помещаются в отдаленные и трудные для жизни места, где они, располагая минимальными средствами для поддержания себя, должны проявить физическую выносливость, силу, ответственность, чтобы выжить [2. С. 239]. К слову, тесты физической подготовленности получили широчайшее распространение в этой стране с середины 60-х гг. XX в. [9. С. 21].

Возрастает *участие семьи* в школьном и дополнительном образовании, в том числе в сфере физического развития учащихся. Интересен в этой связи опыт Франции. В некоторых школах именно родители руководят детскими спортивными кружками, ведут занятия по физической культуре. В Японии родители систематически выполняют различные поручения: участвуют в совместной с детьми уборке школы, проводят спортивные состязания.

На физическую подготовку направлена деятельность многих детских и юношеских организаций, в первую очередь *скаутской*. По мысли автора идеи скаутинга Р. Баден-Пауэлла, эта организация наиболее полно обеспечивает развитие и становление здоровой физически и богатой духовно личности. Распространившись во всем мире, скаутское движение привнесло во многие национальные модели физического воспитания такие традиции и формы, как обучение через дело, активные игры, деятельность на природе.

Школы стран *Азии и Африки*, не имеющие необходимых условий, ограничиваются подвижными играми на воздухе. Помимо этого, в них культивируются народные виды спорта (борьба, стрельба из лука, верховая езда, бег, лазание по канату или дереву). У многих народов Африки сохранилась *традиция инициации*, когда мальчики по достижении определенного возраста отправляются в специальные лагеря, где проходят интенсивный курс физической тренировки, после которого следуют экзамены на ловкость, выносливость, силу. Прошедшие сложные физические испытания принимаются как равные в общину взрослых.

Особо следует подчеркнуть, что в *развитых странах* уделяется особое внимание рациональной планировке школьных зданий, режиму питания и в целом учебного дня. Системы образования располагают развитой инфраструктурой: современная архитектура школьных зданий, одноместные парты, хорошее освещение, разнообразие кабинетов, наличие спортзалов и бассейнов, – все это способствует укреплению здоровья учащихся [2. С. 231]. Кроме того, за рубежом часто прибегают к практике аренды частных и муниципальных спортивных сооружений.

Пристальное внимание к здоровью подрастающего поколения в системе общего и дополнительного образования за половину ушедшего столетия привело к позитивным изменениям. Средний школьник значительно подрос; отмечается более раннее половое созревание подростков. Заметна, к примеру, физическая акселерация детей в Японии. Рост выпускника начальной школы в период с 1950 по 1992 г. увели-

чился на 13,5 см, выпускника средней школы – на 17,7 см, выпускника старшей средней школы – на 8,9 см. Соответственно, средняя масса тела увеличилась на 9,5 кг, 15 кг, 9,8 кг [5. С. 124]. Подобные явления наблюдаются и в других государствах мира. В связи с физической акселерацией детей у школы возникли серьезные проблемы. Как заметил японский ученый С. Мураяма, поскольку у школьников взросление души не поспевает за физическим развитием тела, возникает разлад между переполняющей душу энергией и общепринятыми нормами поведения [4. С. 59].

Заключение. Резюмируя, следует отметить, что опыт организации физического воспитания в различных странах мира чрезвычайно разнообразен. Используя потенциал систем общего и неформального (дополнительного) образования, зарубежные воспитательные модели пытаются эффективно решать задачи физического развития подрастающего поколения. Предоставляя широкие возможности как для отдельной личности, так и для всех школьников, системы воспитания за рубежом ориентированы на применение разнообразных форм и методов работы в сфере физического воспитания детей и молодежи.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кукушкин Г.И., Столбов В.В., Решетень И.Н. Физическое воспитание // Большая советская энциклопедия. М., 1969–1978. URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/bse/144657/%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5>. (дата обращения: 12.10.2018).
2. Вульфсон Б.Л., Малькова З.А. Сравнительная педагогика : учеб. пособие. Москва ; Воронеж, 1996. 256 с.
3. Викулов А.Д. Особенности профессионального физкультурного образования в современных условиях // Ярославский педагогический вестник. 2007. № 1. С. 78–84.
4. Данилова Л.Н. Физическое воспитание школьников за рубежом // Физическое культура в школе. 2011. № 5. С. 58–64.
5. Бондаренко А. Японская школа глазами русского // Начальная школа. 2000. № 5. С. 120–126.
6. Данилова Л.Н. Физическое воспитание школьников в Канаде, Германии и США, или Как выиграть Олимпиаду // Физическое культура: воспитание, образование, тренировка. 2010. № 5. С. 2–7.
7. Молоков Д.С. Сравнительная педагогика. Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2007. 70 с.
8. Молоков Д.С. Тенденции развития дополнительного образования // Ярославский педагогический вестник. 2008. № 3. С. 83–86.
9. Сычев А.В., Синельников О.А., Хасти П.А. Программы тестирования уровня физической подготовленности школьников в Соединенных Штатах Америки // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2006. № 6. С. 21–26.
10. Викулов А.Д., Фролов Д.В. Эффективность занятий подростков в школьной спортивной секции // Ярославский педагогический вестник. 2009. № 2. С. 43–46.
11. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. М., 1982. 400 с.
12. Морозов Г.Л. Приобщение школьников к физкультурно-оздоровительной деятельности средствами информационно-пропагандистского воздействия : дис. ... канд. пед. наук. Калининград, 1999. 146 с.

Статья представлена научной редакцией «Педагогика» 17 декабря 2018 г.

Physical Training in Foreign Systems of Primary, Secondary and Non-Formal Education

Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal, 2019, 443, 236–240.

DOI: 10.17223/15617793/443/28

Dmitry S. Molokov, Yaroslavl State Pedagogical University named after K.D. Ushinsky (Yaroslavl, Russian Federation). E-mail: dsmolokov@mail.ru

Alexander D. Vikulov, Yaroslavl State Pedagogical University named after K.D. Ushinsky (Yaroslavl, Russian Federation). E-mail: a.vikulov@yspu.org

Larisa N. Danilova, Yaroslavl State Pedagogical University named after K.D. Ushinsky (Yaroslavl, Russian Federation). E-mail: yar-da.l@mail.ru

Keywords: physical training; physical culture; foreign experience.

The article summarizes the advanced experience of physical training in foreign systems of primary, secondary and non-formal education in some countries. Since the birth of the first schools in the ancient civilizations of the world, physical exercise has been paid serious attention to. The best experience was passed on and adopted in neighboring countries and regions. Modern education is also characterized by the adoption of advanced practices in the field of physical education of children and young people. In the article, the tendency of mutual enrichment of the theory and practice of physical education is proved, the range of new progressive practices which are urged to enrich physical culture as a school subject is presented. The aim of the study was to identify and summarize the advanced experience in physical training in foreign systems of primary, secondary and non-formal education. In the course of the study, the authors used the systemic approach as a methodological reference point in order to explore the social systems, their components, characteristics and features. In this context, it is appropriate to talk about the system of physical training as a unique social phenomenon. The main research methods were comparative pedagogical analysis, abstraction, classification analysis and generalization. The study identified the criteria of advanced experience in physical training: novelty, relevance, optimality, high performance, stability and possibility of using in mass practice. The choice of countries reflects the intention of the authors to give examples of foreign experience of countries from different continents. Thus, the article presents the experience of Europe, America and Asia. The authors identified the following best practices of the organization of physical training. In the developed countries of the world, physical culture is recognized as a priority discipline in the secondary school: it is given up to a quarter of school time. In addition to physical education, a number of educational systems include such specific areas as *health* (in Japan, Finland), *environmental awareness and nature* (in Finland) in their curricula. Lessons of physical culture and sports are aimed not only at improving the health of the child, but also at the formation of a social personality. Organization of physical education in Western educational models is based on individualization, building individual routes of physical development. In the field of non-formal education, best practices include the activities of “snow schools” in France, the Bambiriada festival in the Czech Republic, the “Test Yourself” movement in the United States, etc.

REFERENCES

1. Kukushkin, G.I., Stolbov, V.V. & Resheten', I.N. (1969–1978) Fizicheskoe vospitanie [Physical education]. In: Prokhorov, A.M. (ed.) *Bol'shaya sovetskaya entsiklopediya* [Great Soviet Encyclopedia]. Moscow: Sovetskaya entsiklopediya. [Online] Available from: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/bse/144657/%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5>. (Accessed: 12.10.2018).
2. Vul'fson, B.L. & Mal'kova, Z.A. (1996) *Sravnitel'naya pedagogika* [Comparative pedagogy]. Moscow: Izdatel'stvo "Institut prakticheskoy psikhologii"; Voronezh: MODZK.
3. Vikulov, A.D. (2007) Osobennosti professional'nogo fizkul'turnogo obrazovaniya v sovremennykh usloviyakh [Features of professional physical education in modern conditions]. *Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik – Yaroslavl Pedagogical Bulletin*. 1. pp. 78–84.
4. Danilova, L.N. (2011) Fizicheskoe vospitanie shkol'nikov za rubezhom [Physical education of schoolchildren abroad]. *Fizicheskoe kul'tura v shkole*. 5. pp. 58–64.
5. Bondarenko, A. (2000) Yaponskaya shkola glazami russkogo [Japanese school through the eyes of a Russian]. *Nachal'naya shkola*. 5. pp. 120–126.
6. Danilova, L.N. (2010) Fizicheskoe vospitanie shkol'nikov v Kanade, Germanii i SShA, ili Kak vyigrat' Olimpiadu [Physical education of schoolchildren in Canada, Germany and the USA, or How to win the Olympics]. *Fizicheskoe kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*. 5. pp. 2–7.
7. Molokov, D.S. (2007) *Sravnitel'naya pedagogika* [Comparative pedagogy]. Yaroslavl: Yaroslavl State Pedagogical University.
8. Molokov, D.S. (2008) Tendentsii razvitiya dopolnitel'nogo obrazovaniya [Trends in the development of supplementary education]. *Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik – Yaroslavl Pedagogical Bulletin*. 3. pp. 83–86.
9. Sychev, A.V., Sinel'nikov, O.A. & Khasti, P.A. (2006) Programmy testirovaniya urovnya fizicheskoy podgotovlennosti shkol'nikov v Soedinyennyykh Shtatakh Ameriki [Programs of testing the level of physical fitness of schoolchildren in the United States of America]. *Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*. 6. pp. 21–26.
10. Vikulov, A.D. & Frolov, D.V. (2009) Effektivnost' zanyatiy podrostkov v shkol'noy sportivnoy sekcii [The effectiveness of adolescents in a school sports section]. *Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik – Yaroslavl Pedagogical Bulletin*. 2. pp. 43–46.
11. Kun, L. (1982) *Vseobshchaya istoriya fizicheskoy kul'tury i sporta* [The universal history of physical culture and sports]. Moscow: Raduga.
12. Morozov, G.L. (1999) *Priobshchenie shkol'nikov k fizkul'turno-ozdorovitel'noy deyatel'nosti sredstvami informatsionno-propagandistskogo vozdeystviya* [Involvement of schoolchildren in sports and recreational activities by means of information and propaganda influence]. Pedagogy Cand. Diss. Kaliningrad.

Received: 17 December 2018