

На правах рукописи

Хао Чжэньжу

**ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ
В КИТАЙСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ**

направление подготовки 49.06.01 Физическая культура и спорт
направленность (профиль) подготовки
Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки,
оздоровительной и адаптивной физической культуры

Научный доклад
об основных результатах подготовленной
научно-квалификационной работы

Красноярск 2019

Работа выполнена в институте физической культуры,
спорта и здоровья им. И.Ярыгина,
департаменте спортивных единоборств
ФБГОУ ВО «Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»

Научный руководитель: доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры теории и методики борьбы
КГПУ им. В.П. Астафьева
ЗАВЬЯЛОВ ДМИТРИЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ

Рецензенты: доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры теоретических основ
физического воспитания
КГПУ им. В.П. Астафьева
СИДОРОВ ЛЕОНИД КОНСТАНТИНОВИЧ

кандидат педагогических наук, доцент кафедры
теоретических основ физического воспитания
ФБГОУ ВО «Тувинский
государственный университет»
БАЛЧИРБАЙ МИРА ВАСИЛЬЕВНА

Представление научного доклада состоится 11 июня 2019 г. на заседании государственной экзаменационной комиссии при ФБГОУ ВО «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» по адресу: 660049, г. Красноярск, ул. А. Лебедевой, 89, ауд. 1-53.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. В современной Китайской Народной Республике продолжается период глобальных реформ. Одним из направлений реформ является образование. Несмотря на огромные усилия руководящих органов Китая по проведению реформ качество образования ещё не позволяет говорить о том, что цель достигнута. Среднее общее образование, хоть и является бесплатным, но его качество еще далеко от совершенства. Особенно эта проблема касается небольших городов и очень остро стоит она в сельских школах. Наряду с нехваткой квалифицированных учителей, недостатком инвентаря и оборудования, наблюдается расхождение в нормативном и преподаваемом материале, в том числе, в связи с высокой заполняемостью классов и низким уровнем подготовленности учеников средних классов. В связи с этим уровень физической подготовленности школьников является низким. Что влечёт за собой возникновение сложностей, возникающих на этапах окончания школы и поступления в вузы.

Выход видится в совершенствовании процесса физического воспитания школьников.

Объект исследования - учебный процесс в средней школе Китайской Народной Республики.

Предмет исследования - совершенствование процесса физического воспитания школьников средних классов в Китайской Народной Республике

Цель исследования - повышение эффективности процесса физического воспитания школьников на основе оптимизации форм, средств и методов с учетом имеющихся условий в школах.

Задачи исследования. Исходя из цели исследования, в работе были поставлены следующие задачи:

1. Выявить современные особенности организации и проведения занятий по физической культуре в школах КНР.

2. Уточнить организационную структуру и информационное наполнение занятий по физической культуре.

3. Оптимизировать формы, средства и методы для повышения эффективности образовательного процесса по физической культуре и проверить их в экспериментальной работе.

Гипотеза: предполагается, что коррекция форм, средств и методов, а также перераспределение образовательных ресурсов, имеющихся на базе образовательного учреждения, позволит повысить качество образовательного процесса по физической культуре в средней школе (и, таким образом, опосредовано повлиять на повышение уровня физической подготовленности школьников).

Методологической основой и теоретической базой исследования стали современные педагогические теории и технологии физического воспитания отечественных учёных (А. П. Матвеев, Т. В. Петрова, 2006; В.И. Лях, А. А. Зданевич, 2008, 2010, Г.Б. Мейксон и др.) и работы учёных Китайской Народной Республики (Мао Чжэньминь, 2002; Чжу Фен, 2009; Цзи Лю, 2013, 2015)

Для решения поставленных задач применялись следующие **методы исследования:** анализ научно-методической литературы по теме исследования, анализ отношения респондентов к формам, средствам и методам проведения занятий по физической культуре, контрольные упражнения, педагогический эксперимент, математико-статистический анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Организация и этапы исследования. В проведении исследований участвовали школьники средних классов городских и сельских школ Китая. В том числе, респондентов в количестве 673 человек. На этапе проверки эффективности интеграции карточек-заданий были задействованы школьники 7-9 классов в количестве 108 человек (с. Чаньли). На этапе реализации организации и подготовки приёма обязательных контрольных нормативов по итогам учебного года в форме специально организованных соревнований «школьное пятиборье» были задействованы школьники 8-го

класса в количестве 93 человек (г. Кайфын), 41 человека (г. Чжэньжоу). Таким образом, всего в исследованиях приняли участие 915 человек.

Первый этап исследования (2016–2017 гг.): осуществлялся подбор и анализ педагогической и другой научно-методической литературы, связанной с темой исследования; разрабатывался и формировался методический аппарат исследования, отбирались методы изучения и решения поставленных задач экспериментальной работы.

Второй этап исследования (2017–2018 гг.): проводилась экспериментальная работа по выявлению, коррекции и реализации форм, средств и методов повышения качества образовательного процесса по физической культуре в средней школе Китайской Народной Республики.

Третий этап исследования (2018–2019 гг.): проводились анализ и обобщение полученного экспериментального материала, формировались основные выводы, осуществлялось оформление научно-квалификационной работы.

Научная новизна исследования.

1. Впервые в образовательном процессе по физической культуре в средних классах школ Китая задействованы карточки-задания для повышения эффективности использования времени урока.
2. Впервые приём обязательных контрольных нормативов по итогам учебного года был проведён в форме специально организованных соревнований «школьное пятиборье».

Теоретическая значимость. Для повышения эффективности использования времени урока разработаны и переведены на китайский язык учебные карточки-задания, содержащие материал по элементам баскетбола; элементам футбола; прыжковым заданиям; элементам обучения бегу на короткие дистанции. Особенностью подбора материала в карточки было то, что задания требовали минимум инвентаря и оборудования, необходимого для их выполнения.

Разработано положение о соревновании «Школьное пятиборье». Разработана шкала оценки контрольных нормативов для учащихся 8-х классов.

Практическая значимость. Заключается в корректировке форм, средств и методов проведения уроков по физической культуре. Разработанные материалы могут использоваться преподавателями физической культуры городских и сельских школ Китайской Народной Республики для совершенствования процесса физического воспитания школьников средних классов.

Апробация и внедрение результатов исследования осуществлялась через организацию и проведение опытно-экспериментальной работы. Полученные результаты исследования докладывались на всероссийских и международных конференциях в Красноярске (2017–2019 гг.), Республике Тува (г. Кызыл, май, 2019), на кафедре теоретических основ физического воспитания Красноярского государственного педагогического университета им. П.П. Астафьева (май, 2019 г.). Материалы исследования опубликованы в двух журналах, рекомендованных ВАК РФ, а также в сборниках по итогам всероссийских и международных конференций.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Применение в образовательном процессе по физической культуре в средних классах школ Китая специально разработанных учебных карточек-заданий, не требующих для их выполнения специального инвентаря и оборудования, повышает эффективность использования времени урока, что ведёт к росту контрольных нормативов по итогам учебного года.

2. Приём контрольных нормативов, перечень которых заранее доведён до сведения школьников, по итогам учебного года в форме соревнований «школьное пятиборье» побуждает их относиться к освоению учебного материала сознательно и активно, положительно влияя на динамику показателей во время соревнований.

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечены совокупностью теоретических и методологических положений с использованием объективных методов исследования, в том числе методов математической статистики, а также продолжительностью педагогического эксперимента и его положительными результатами.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обосновывается актуальность выбранной темы исследования, формулируются объект, предмет, цель, задачи и гипотеза; приводятся теоретико-методологические основы и методы исследования; представлены научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы; изложены основные положения, выносимые на защиту.

В первой главе **«Теоретические исследования организации физического воспитания школьников средних классов в Китайской Народной Республике»** проведен анализ и обобщение научной литературы, позволивший заключить: становление системы образования в Китайской Народной Республике было достаточно непростым. За основу была взята организационная структура системы образования Советского Союза, а в последние периоды активно изучался опыт функционирования образовательной системы в США, Западной Европы. В настоящее время система образования в Китае достаточно сложившийся иерархически выстроенный механизм. В то же время происходит оперативная коррекция отдельных его сегментов в связи с меняющимися условиями мирового рынка образовательных услуг.

Образовательный процесс в школах Китая организован и схож с традиционно существующем в школах России. Классы сгруппированы по уровням – младшая школа, средняя школа, высокая (старшая) школа. Содержание образовательного процесса регламентируется нормативными документами. Форма организации также схожа с организацией уроков по физической культуре в российских школах. По итогам учебного года

проводится приём контрольных нормативов для выявления уровня физической подготовленности школьников. Но существует большая неравномерность качества образования в городских школах, особенно крупных городов, и сельских школах. Это связано с особенностями регистрации и учёта населения и создаёт изначально существенно отличающиеся условия по организации и осуществлению образовательного процесса по физической культуре, в частности из-за плохо финансируемых сельских учебных заведений, из-за социально-экономических сложностей в семьях студентов, из-за острой нехватки квалифицированных учителей.

В настоящее время в Китае обостряется проблема снижения двигательной активности детей, что неизбежно ведёт к снижению показателей здоровья школьников. Согласно данным литературы количество китайских детей с ожирением с 1985 по 2010 гг. возросло почти в 40 раз! В настоящее время 14% детей школьного возраста имеют избыточный вес, 12% – страдают ожирением. Городских школьников с ожирением почти в полтора раза больше, чем сельских. Мальчиков с ожирением на 30-40 % больше, чем девочек.

Многочисленные исследования проблемы повышения двигательной активности школьников КНР, проводимые в стране китайскими и зарубежными учёными, а также их неутешительные результаты вынудили министерство образования Китайской Народной Республики по итогам национальной школьной конференции по образованию (2017 г.) рекомендовать реформы в китайской системе образования по физической культуре. В частности: уменьшить академическую нагрузку в пользу физкультурного образования; коррекция учебной программы на увеличение минимума двигательной активности в школе; повышение двигательной активности школьников путём увеличения возможностей школы; учёт двигательных достижений школьников как один из показателей оценки качества школьного образования в Китае.

Во второй главе **«Методы и организация исследования»** приведен необходимый комплекс методов исследования, направленный для решения поставленных задач и проверки выдвинутой гипотезы: теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы; анкетирование; педагогический эксперимент; метод математической статистики: в работе применялся автоматический (онлайн) расчёт U-критерия Манна-Уитни.

Описаны этапы проведения исследования, группы принимавших участие в исследовании. Опрошено 673 школьника средних классов. В педагогическом эксперименте приняли участие 242 школьника средних классов.

В третьей главе **«Разработка и экспериментальная проверка результативности процесса обучения по физической культуре»** представлен анализ анкетирования, проведённого среди городских и сельских школьников средних классов китайских школ. Для выявления особенностей организации и проведения уроков по физической культуре в городских и сельских школах в средних классах нами было проведено анкетирование. Разработанный нами опросник включал 22 вопроса, открытых, закрытых и смешанных, адаптированных по уровню их сложности для учащихся средних классов. Итоговый вариант опросника был переведён на китайский язык и растиражирован в необходимом количестве экземпляров.

В опросе приняли участие 673 учащихся средних классов 8 городских и сельских школ г. Кайфэн (КНР). Хочется отметить, что в некоторых вопросах городские и сельские школьники были практически единодушны, а других – мнения городских и сельских школьников отличались значительно.

Учебная программа – один из основных документов планирования, на который должен опираться учитель физической культуры. В ряде случаев у учителя есть свобода действий в выборе средств и методов при организации урока. Но далеко не всегда они оказываются верными. На это указывают результаты ответов школьников. Например, среди городских школьников

только 24,9% считают, что уроки должны идти в соответствии с учебной программой. Большинство (60,3%) считают, что учитель должен учитывать предпочтения школьников. Для 14,8% респондентов это не имеет значения, все варианты хороши. Схожие ответы были получены при опросе сельских школьников – соответственно – 21,1%, 56,1% и 22,8%).

В последнее время во многих странах мира назревает необходимость в коррекции оценки результативности учебного процесса по физической культуре. Вполне возможно, что конечный результат, опирающийся на нормативные требования для оценки двигательных достижений учащихся, по мнению этих учащихся, не является достаточно объективным и не в полной мере учитывает индивидуальные особенности занимающихся.

Так, по мнению 40,1% городских школьников оценка в соответствии со стандартом (программой) достаточно объективна. 25,2% считают, что достаточно видеть собственный прогресс школьника, независимо от полученных им оценок. Эта точка зрения созвучна с мнением 18,1% школьников, которые предлагают при оценке двигательных достижений учащихся учитывать их индивидуальные особенности. 16,6% ответили, что двигательные достижения школьников нужно оценивать усреднено, в соответствии со стандартом производительности в классе.

Мнения же сельских школьников значительно отличались. На первое место они поставили вариант, учитывающий собственный прогресс школьника, независимо от оценок – 37,7. В соответствии со стандартом (программой) – 32,5%, учитывать индивидуальные особенности – 15,8% и 14,0% – в соответствии со стандартом производительности в классе.

Вопрос совместного обучения мальчиков среди городских и сельских школьников тоже по-разному представляется у городских и сельских респондентов. Так, 47,4% городских школьников ответили, что проведение урока по физической культуре будет более успешным в смешанных группах. В то же время 31,7% считает, что занятия должны проводиться как в высокой школе (старших классах) – отдельно девушки и мальчики. 20,9%

предлагают делить учащихся по уровню физической подготовленности, чтобы каждый получал адекватную физическую нагрузку.

Сельские школьники также выбрали преимущественно совместное обучение (59,6%). А за раздельное обучение высказались вдвое меньше, чем городских (15,8%).

Как правило, занятия физической культурой побуждают к занятиям спортом. Учащиеся понимают значимость занятий спортом. На вопрос, готовы ли они бросить занятия спортом, если станет тяжело, 45,8% городских школьников ответили, что не откажутся от них. 46,7% сказали, что им тяжело, но они не сдаются, и будут преодолевать себя. И только 7,4% готовы бросить занятия спортом. Эти данные говорят о том, что школьники приучены преодолевать трудности.

Среди сельских школьников, готовых остаться в спорте, если будет тяжело, таковых гораздо больше – 61,4%. Соответственно, будут преодолевать себя 32,5%. Тех, кто готов бросить спорт, немного меньше, чем среди городских – 6,1%.

Активность школьников на уроке напрямую зависит от «наполнения» урока интересными и необходимыми для учеников двигательными действиями. От этого же зависит и посещение уроков. На вопрос, что должно быть главным в содержании урока большинство городских школьников (74,8%) ответили, что это – обучение элементам спортивной техники; 17,2% – свободное содержание, 4,1% – разного рода игры.

Доля выбравших обучение элементам спортивной техники среди сельских школьников меньше (57,9%) за счёт того, что вдвое больше из них, чем городские, выбрали свободное содержание урока (35,1%). Возможно, это связано с тем, что именно «свободное содержание» уроков в сельских школах встречается чаще и школьники к этому уже привыкли. А более низкий процент выборки спортивной техники связан с нехваткой соответствующего инвентаря или условий проведения уроков.

Противоречивыми оказались результаты о том, что хотят получить школьники от занятий физической культурой. Если в предыдущем вопросе большинство высказались за обучение элементам спортивной техники, то получить какие-то двигательные навыки хотят только 30,6% городских и 30,7% сельских школьников. Вполне возможно, что обучение техники больше походит на игру. В то же время 66,5% городских и 61,4% сельских школьников благодаря занятиям физической культурой хотят стать счастливыми, бодрыми, здоровыми, приобрести больше друзей.

Несомненно, результативность деятельности учителя зависит от его личностных качеств. Мы решили выявить, какие из них могут выделить школьники. 55,1% городских школьников сказали, что учителю надо быть более весёлым – иметь чувство юмора, 6,1% – наоборот, стать более серьезным. 30,1% школьников сказали, что учителю нужно набраться терпения для работы с ними, и 8,8% – уметь хорошо показывать различные упражнения. Это значит, что профессиональные качества учителя учеников полностью устраивают, и ему необходимо подкорректировать свой эмоциональный фон при проведении уроков.

Среди сельских школьников желающих учителю чувства юмора было 41,2%, стать более серьезным – 3,5%. Уметь хорошо показывать различные упражнения – 4,4%. А вот количество тех, кто пожелал бы учителю иметь терпение для работы со школьниками, была почти половина школьников – 50,9%. Видимо, учителя достаточно свободны в выражении своих эмоций.

Одним из достаточно сложных вопросов по поводу сохранения порядка на занятиях является применение своеобразного наказания за проступок, неповиновение или нарушение дисциплины. Довольно часто таковым является выполнение учеником каких-нибудь физических упражнений или дополнительной физической нагрузки. Мы решили выявить, так ли это. Опрос показал, что большинство городских школьников – 61,2% – таких наказаний никогда не получали; 34,1% сказали, что такое бывает очень редко и 4,7% школьников такие наказания получают довольно часто.

В сельских школах картина совершенно иная. Только 20,2% отметили, таких наказаний никогда не получали. Получали такие наказания иногда 60,5% и получали довольно часто – 19,3% сельских школьников.

Не затрагивая вопрос моральной оценки подобных воздействий, мы можем предположить, что с дисциплиной в сельских школах не всё в порядке и у учителей существует большой резерв для приведения организации уроков по физической культуре в норму.

Таким образом, данные опроса показали, что организация, содержание и особенности проведения уроков по физической культуре в городских и сельских школах в ряде случаев схожи, в ряде случаев отличаются, и довольно серьёзно. Это объяснимо: условия, в которых проходит учебный процесс в городских и сельских школах, неравнозначны. В городских школах уровень материально-технической базы, обеспеченность инвентарём и оборудованием, укомплектованность специалистами гораздо выше. В то же время существует объективная необходимость в повышении уровня преподавания физической культуры, как в сельских, так и в городских школах.

Далее нами был проведён первый педагогический эксперимент. Место проведения эксперимента: с. Чэньлю округа Кайфын. Контингент: школьники 7-9 классов ($n = 108$).

Были разработаны учебные карточки-задания. Всего разработано 35 карточек-заданий.

Карточки содержат следующий материал:

- элементы баскетбола
- элементы футбола
- прыжковые задания
- элементы обучения бегу на короткие дистанции.

Особенностью подбора материала в карточки было то, что задания требовали минимум инвентаря и оборудования, необходимого для их выполнения.

Разработанные карточки были переведены на китайский язык.

Название : БАСКЕТБОЛ С НАДУВНЫМ МЯЧОМ

Задачи : Содействие развитию прыгучести. Развитие ловкости.

Инвентарь: надувной мяч или воздушный шарик

Место : баскетбольная площадка

<p>Схема</p>	
<p>Содержание</p>	<p>Подготовка. Две команды по 4 - 6 игроков произвольно располагаются на баскетбольной площадке (как в баскетболе). Капитаны выходят на середину.</p> <p>Ход игры. Руководитель подбрасывает между капитанами надувной мяч или воздушный шарик, после чего он попадет к одной из команд. Ее игроки, подпрыгивая и подбивая мяч рукой, передают его друг другу. Если есть баскетбольный щит, то конечная цель – коснуться мячом щита противника, за что команда получает очко. Если нет, то надо перебросить мяч через лицевую линию на стороне противника.</p> <p>После того как цель достигнута и команда получила очко, мяч снова разыгрывается в центре площадки между капитанами или игроками, которых они направляют. Игра длится 10 минут со сменой сторон площадки после первых 5 минут игры;</p> <p>Побеждает команда, набравшая больше очков.</p>
<p>Правило</p>	<p>Во время прыжков не разрешается отталкивать других игроков, а также бежать с мячом в руках. За нарушения мяч передается другой команде, за вторичное нарушение игрок удаляется с площадки на две минуты без права замены.</p>

Рис. 1. Пример карточки на русском языке

名称：篮球与充气球（BASKETBOL C НАДУВНЫМ МЯЧОМ）

目标：促进跳跃和灵活性的发展。

器材：充气的球和气球

场地：篮球场

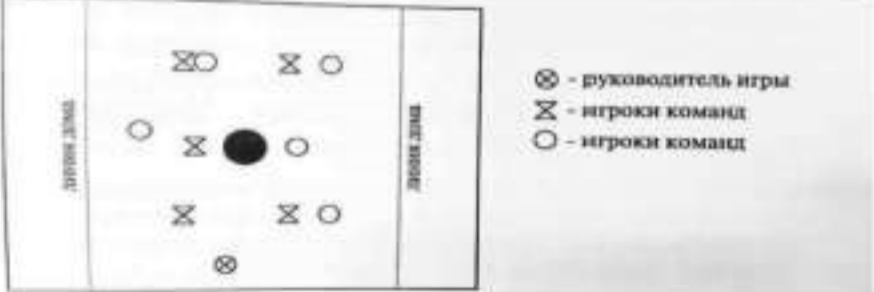
图片	 <p>⊙ - руководитель игры X - игроки команд ○ - игроки команд</p>
内容	<p>准备 两队4-6员是随机分布在篮球场(如在篮球上)。班长站到中间。</p> <p>游戏中 老师站在两个班长中间向上抛球（可以充气的球或者气球）球落下来以后会被其中一个班长抢到自己的队伍中。抢到球的队伍的队员要用力向上跳并用手击球，使球在自己的队伍中来回传递。如果有篮板，那么最后的目标是把球击中对方的篮板，即为得分。如果没有篮板，那么就要把球扔过队手那边的底线。</p> <p>在目标“达到”并且球队获得了一分之后，球队再次在球场中央按照他们分好的球员之间进行比赛。 在比赛的第一个5分钟后，比赛持续10分钟后开始交换场地。</p> <p>获得分数较多的团队即为胜利。</p>
规则	<p>在跳跃期间，不允许推开其他球员，也不允许持球跑动。对于违规行为，球被转移到另一个球队，对于二次违规，球员被从场地罚下两分钟而无权替换。</p>
指标	<p>如果他们使用充气球，那么应该储备两三个相同的球。他们可以取代破球。</p>

Рис. 2. Пример карточки на китайском языке

Карточки были розданы учителям физической культуры как вспомогательный материал и использовались на уроках физической культуры в экспериментальной группе.

До и после эксперимента для выявления динамики физической подготовленности были использованы контрольные упражнения:

До и после эксперимента уровень двигательных достижений выявлялся с помощью контрольных упражнений:

1. Наклон вперед из положения стоя на скамье (см).
2. Прыжок в длину с места (см).

3. Метание набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы из положения стоя на полу (м).

4. Челночный бег 4x10 м (с).

5. Ведение футбольного мяча между стойками (9 класс, девушки) (с).

6. Ведение баскетбольного мяча между стойками (9 класс, юноши) (с).

Результаты исследований представлены в таблице.

Таблица 1 – Прирост результатов контрольных упражнений в группах до и после эксперимента, %

класс	пол	Наклон вперед		Прыжок в длину с места		Метание набивного мяча		Челночный бег 4x10 м		Ведение мяча	
		КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
7	М	17,0	37,97	9,34	6,67	11,13	18,07	4,05	13,01	-	-
	Д	20,90	36,5	17,65	5,98	18,94	16,27	3,83	6,36	-	-
8	М	32,72	41,03	13,71	9,69	37,72	0,15	5,60	6,29	-	-
	Д	36,6	11,85	14,56	0,60	14,52	17,17	0,18	14,58	-	-
9	М	56,52	62,24	14,29	14,76	21,22	30,38	28,92	27,15	14,12	17,75
	Д	27,5	21,43	9,77	16,46	32,98	23,77	32,36	34,5	18,27	49,27

Примечание: жирным шрифтом показаны достоверные значения ($p < 0,05$)

Таким образом, итоги эксперимента показали, что применение карточек-заданий на уроках физической культуры повышает их результативность, вызывая прирост показателей физической подготовленности школьников средних классов Китайской Народной Республики.

Во втором педагогическом эксперименте мы предприняли попытку повлиять на уровень физического развития учащихся 8-го класса. В настоящее время выявление двигательной подготовленности школьников Китая происходит на основании 7-8 нормативов (в зависимости от класса), из которых 5 являются обязательными и 2-3 – на выбор. По согласованию с

учителями физической культуры были выбраны 5 обязательных (для всех учеников класса) нормативов и их перечень был объявлен ученикам:

1. Бег 50 м с низкого старта (с).
2. Прыжок в длину с места (см).
3. Метание набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы из положения стоя на полу (м).
4. Прыжки через скакалку (количество за 1 мин.).
5. Бег на 1000 м (мальчики), на 800 м (девочки).

Учитель физической культуры в начале полугодия сообщил о них школьникам. Таким образом, школьники знали заранее, по каким нормативам они будут оцениваться. И все задания школьной программы, которые содержали элементы техники будущих нормативов, вызывали интерес и выполнялись школьниками с повышенной отдачей. Было проведено предварительное тестирование для определения показателей и выявления отдельных организационных моментов. Кроме этого, для того, чтобы сама сдача нормативов побудила школьников показать свой наилучший результат, мы решили приём нормативов проводить в форме соревнований.

Для этого мы разработали «Положение о школьном пятиборье», в котором учли все нюансы проведения соревнований. Была разработана и выражена в баллах шкала оценок по каждому нормативу в диапазоне от 1 до 100 баллов. Её фрагмент представлен в таблице.

Таблица 2 – Оценка результатов в школьном пятиборье (фрагмент), мальчики, 8 класс

Балл	Прыжок в длину с места	Метание набивного мяча	Прыжки через скакалку (за 1 мин.)	Бег на 1000 м
100	≥ 2.36	≥ 9.70	≥ 170	≤ 3.50
99	2.35	9.64	169-168	3.51
98	2.34	9.58	167-166	3.52
97	2.33	9.52	165-164	3.53
96	2.32	9.46	163-162	3.54

95	2.31	9.40	161-160	3.55
94	2.30	9.34	159-158	3.56
93	2.29	9.28	157-156	3.57

Примечание: нормативы для бега на 50 м представлены отдельно

В эксперименте принимали участие школьники 8-х классов в количестве 93 человек (г. Кайфын), 41 человека (г. Чжэньжоу).

Сдача нормативов проводилась в течение двух дней. Учащиеся были в одинаковой спортивной одежде. Для судейства были задействованы судьи по спорту. На соревнования были приглашены администрация школы и родители школьников. Был осуществлен подъём национального флага, прозвучал гимн.

После соревнований были подведены их итоги и по сумме баллов были выявлены и объявлены победители и призёры, которые были отмечены руководством школы специальными призами. Результаты представлены в таблице.

Таблица 3 – Средние значения результатов (баллы) по итогам соревнований «школьное пятиборье», Кайфын

	мальчики		девочки	
	до	после	до	после
Бег на 50 м	59,36	61,76	76,24	73,53
Прыжок в длину с места	42,24	46,45	71,78	68,57
Метание набивного мяча	49,51	55,80	73,53	75,94
Прыжки через скакалку (за 1 мин.)	68,56	70,58	83,80	88,59
Бег на 1000 м (800 м)	35,89	34,94	60,27	70,82

Примечание: жирным шрифтом показаны достоверные значения ($p < 0,05$)

Таблица 4 – Средние значения результатов (баллы) по итогам соревнований «школьное пятиборье», Чжэньжоу

	мальчики		девочки	
	до	после	до	после
Бег на 50 м	85,37	85,11	57,27	61,23
Прыжок в длину с места	54,16	63,11	62,68	63,41
Метание набивного мяча	54,53	41,00	64,41	78,00
Прыжки через скакалку (за 1 мин.)	65,79	74,00	61,82	75,23
Бег на 1000 м (800 м)	44,00	51,53	42,91	55,82

Примечание: жирным шрифтом показаны достоверные значения ($p < 0,05$)

Несмотря на не очень высокие результаты с точки зрения статистики, все стороны получили опыт проведения соревнований, выявили их организационные компоненты. В беседах со школьниками, их родителями и администрацией школы мы выявили, что приём нормативов в форме соревнований «школьное пятиборье» вызвал мощное эмоциональное воздействие, в результате которого повысилась самооценка школьников. Данное мероприятие побуждает школьников относиться к выполнению заданий на уроках более ответственно, так как от качества выполнения заданий будет зависеть успешность выступления на соревнованиях «школьное пятиборье».

Полученные в ходе исследования научные результаты позволяют сделать заключение о том, что поставленная цель работы достигнута, а задачи решены. Это дает основание сформулировать следующие выводы.

1. В настоящее время система образования в Китае достаточно сложившийся и хорошо функционирующий механизм. Образовательный процесс в школах Китая организован и схож с традиционно существующем в школах России. Классы сгруппированы по уровням – младшая школа, средняя школа, высокая (старшая) школа. Содержание образовательного процесса регламентируется нормативными документами. В то же время существует большая неравномерность качества образования в городских

школах, особенно крупных городов, и сельских школах. Это связано с плохим финансированием школ, социально-экономических сложностей в семьях студентов, низким уровнем квалификации учителей и острой их нехваткой.

2. При построении организационной структуры системы образования Китая была взята система образования Советского Союза. Формы, средства и методы аналогичны тем, что применяются в российских школах. В то же время материально-техническая база школ, особенно сельских, не позволяет полноценно реализовать содержание нормативных документов. Высокая заполняемость классов усугубляет сложившуюся ситуацию.

3. Итоги проведённого нами эксперимента показали, что применение карточек-заданий на уроках физической культуры повышает их результативность, вызывая прирост (в ряде показателей – достоверный) показателей физической подготовленности школьников средних классов Китайской Народной Республики.

4. Приём контрольных нормативов по итогам учебного года в форме соревнований «школьное пятиборье» и, соответственно, подготовка к ним в течение определённого периода времени побуждает школьников ответственно относиться к усвоению учебного материала, так как от качества выполнения заданий зависит успешность их выступления на соревнованиях. Процедура участия в соревнованиях вызывает мощное эмоциональное воздействие, в результате которого повышается самооценка школьников.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫЕ АВТОРОМ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

В изданиях, включенных в перечень рецензируемых научных журналов и изданий, рекомендованных ВАК России:

1. Пономарёв В.В., Хао Ч. Профессиональная деятельность учителей физической культуры городских и сельских школ Китая в аспекте социологического анализа/Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2019. № 2. С. 78-79.

2. Завьялов Д.А., Завьялов А.И., Хао Ч., Чжао Я., Хань В. Повышение двигательной активности китайских обучающихся в средних классах сельских школ // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. 2019. № 2 (48). [в печати].

Публикации в сборниках материалов международных и всероссийских конференций:

3. Завьялов Д.А., Хао Ч. Организация образовательного процесса по физическому воспитанию в городских и сельских школах Китая // Мир человека. Материалы ежегодных конференций. Вып 1 (45)/ Под общ.Ред. В.В. Игнатовой. Красноярск, 2017. С. 41-43.

4. Завьялов Д.А., Хао Ч., Готуань В. Сравнительный анализ организации занятий по физической культуре в городских и сельских школах Кайфэн (КНР) // Международные практики развития спорта, физической культуры и туризма в контексте современных социально-политических вызовов: матер. междунар. науч.-практ. конф. The Newman In Foreign Policy № 46 (90), 2019. С. 7-10.

5. Завьялов Д.А. Хао Ч. Повышение эффективности занятий по физической культуре в средних классах сельских школ КНР посредством применения карточек-заданий // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных организациях высшего образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании: материалы

всероссийской научно-практической конференции. Красноярск, СибЮИ МВД России, 2019. [в печати]

6. Д.А. Завьялов, Ч. Хао. Школьное пятиборье, как способ совершенствования урока по физической культуре в школах Китая // Материалы IX международной научно-практической конференции «Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития». Красноярск, 2019. [в печати]