

Министерство образования Республики Беларусь  
Учреждение образования «Витебский государственный  
университет имени П.М. Машерова»

**ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ  
И ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ**

*Сборник научных статей*

*Витебск  
ВГУ имени П.М. Машерова  
2025*

УДК 796.011.3-057.87(062)  
ББК 75.116.42я43  
И66

Печатается по решению научно-методического совета учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова». Протокол № 1 от 08.09.2025.

Редакционная коллегия:  
**Е.Я. Аршанский** (гл. ред.), **О.Н. Малах** (зам. гл. ред.),  
**Н.И. Фёдорова, В.Г. Шпак, Н.А. Тишутин**

Рецензент :  
профессор кафедры спортивно-педагогических дисциплин  
учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка», кандидат педагогических наук, доцент *О.В. Хижевский*

**И66** **Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и уча-**  
**щейся молодежи : сборник научных статей / Витеб. гос. ун-т ; редкол.: Е.Я. Аршанский (гл. ред.)**  
[и др.]. — Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2025. — 426 с.  
ISBN 978-985-30-0283-6.

Сборник научных статей составлен на основе материалов XI Международной научно-практической конференции «Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и учащейся молодежи». В нем отражены актуальные научные, учебно-методические и организационные аспекты физического воспитания и спорта детей и учащейся молодежи.

Издание предназначено для научных и практических работников в сфере физической культуры и спорта, а также адресуется студентам физкультурных специальностей.

УДК 796.011.3-057.87(062)  
ББК 75.116.42я43

ISBN 978-985-30-0283-6

© ВГУ имени П.М. Машерова, 2025

# СОДЕРЖАНИЕ

## СЕКЦИЯ 1

### СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ОПЫТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОШКОЛЬНОГО, ОБЩЕГО СРЕДНЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

<i>Афанасьева З.В., Малах О.Н.</i> Развитие координационных способностей учащихся на уроке физической культуры и здоровья с применением электронного образовательного ресурса .....	9
<i>Бондаркова А.О., Шпак В.Г.</i> Плавание глазами детей: причины выбора и спортивные альтернативы .....	12
<i>Vysotskaya E.V., Aleksandrovich I.L., Prokopov O.V.</i> Basic training for skiers 11–12 years .....	15
<i>Высоцкая Л.В., Бескостова А.А.</i> Развитие координационных способностей у старших дошкольников средствами спортивно-оздоровительного туризма ...	19
<i>Глачаева С.Е., Акулёнок Т.В.</i> Влияние школьных программ физического воспитания на здоровье и физическую активность учащихся .....	22
<i>Гулидин П.К.</i> Особенности развитие скоростно-силовых способностей у детей школьного возраста .....	26
<i>Dezhenin M.Yu., Simonova K.Yu.</i> Characteristics of coordination abilities of young athletes: a review of assessment methods and interspecies differences .....	31
<i>Золотова М.Ю., Круподёра В.К.</i> Роль физической культуры в социализации детей и подростков .....	34
<i>Кальниш Я.О., Хлопцева М.В., Хлопцев В.А.</i> Влияние двигательной активности на физическую подготовленность детей дошкольного возраста .....	37
<i>Ковачева И.А.</i> Мотивация подростков к занятиям физической культурой и спортом: результаты опроса .....	41
<i>Ляшко И.А.</i> Оптимизация процесса обучения техники владения мячом в баскетболе на уроках физической культуры .....	45
<i>Мануйленко Э.В., Томилин К.Г.</i> Современные педагогические технологии в школьной и вузовской физической культуре, а также спорте .....	49
<i>Мартюшев А.С., Чёмов В.В., Петров Н.Ю., Батырь И.Н.</i> Обучение технике прыжка в высоту способом «Фосбери-флоп» на основе метода расчлененно-конструктивного упражнения .....	55
<i>Минина Н.В., Аникеев Г.А., Ананевич В.М.</i> О подвигах советских спортсменов в годы Великой Отечественной войны .....	60
<i>Минина Н.В., Дашкевич М.Л.</i> Организация воспитательной работы по формированию патриотизма у учащихся колледжа .....	64
<i>Мухина М.П., Кирьяш Н.С.</i> Концентрированное обучение гимнастическим упражнениям младших школьников на уроках физической культуры .....	68
<i>Озолова И.В., Шпак В.Г.</i> Оценка уровня физического состояния детей 6–7 лет города Витебска .....	72
<i>Пегов В.А., Матвеева А.В.</i> Феномен «забвения тела/телесности ребёнка» в практике работы образовательных учреждений: исторические предпосылки и возможные пути решения проблемы .....	76

<i>Пожаркин Д.И., Логачева Н.В., Козырева О.А.</i> Теоретизация и согласование педагогических условий управления качеством профессиональной деятельности тренеров-преподавателей и учителей физической культуры в системе дополнительного профессионального образования .....	81
<i>Палітэвіч М.С.</i> Фізичнае выхаванне школьнікаў праз арганізацыю лагера працы і адпачынку .....	85
<i>Попко Д.Н., Хлопцева М.В., Хлопцев В.А.</i> Веб-квест в теоретической подготовке по учебному предмету «физическая культура и здоровье» .....	88
<i>Степанов П.А., Мищенко Н.Ю.</i> Применение оздоровительных гимнастических упражнений «Русская здрава» в условиях внеурочной деятельности школьников 10–12 лет .....	94
<i>Хлопцев В.А., Хлопцева М.В.</i> Применения модульно-рейтинговой системы в школе по предмету «Физическая культура и здоровье» .....	100
<i>Jing Tao, Yanovskaya V.V.</i> The importance of aerobic exercise in adolescent physical education: cultivating health, cognition and lifelong well-being .....	103
<i>Cui Maoying, Karelin M.A.</i> The influence of the use of orienteering on increasing the psychological stability of college students .....	108
<i>Qian Jiaqi, Karelin M.A.</i> Research into physical fitness methods for college football players .....	114
<i>Шкирьянов Д.Э., Хлопцев В.А., Прокопов О.В.</i> Особенности подготовки учащихся Витебской области к республиканской олимпиаде по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» .....	119

## СЕКЦИЯ 2

### АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЕ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ, ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

<i>Белецкая А.Д., Клименко Д.С.</i> Организация самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности студентов в условиях цифровой среды .....	126
<i>Венкович Д.А.</i> Оценка уровня физической подготовленности студентов Витебского государственного университета имени П.М. Машерова .....	130
<i>Власова А.А., Кулакова А.В.</i> Актуальные проблемы и пути их решения в физическом воспитании студентов в профессиональной подготовке специалистов по физической культуре .....	134
<i>Глачаева С.Е.</i> Развитие когнитивных функций студентов средствами восточных фитнес-практик .....	137
<i>Du Fuqiang, Yanovskaya V.V.</i> Integration of football into university educational programs in China .....	142
<i>Жуков М.В., Яковлев А.В.</i> Физическая подготовка спортсменов, специализирующихся в гребле на байдарках и каноэ .....	147
<i>Золотова М.Ю.</i> Инновационные подходы к использованию нестандартного инвентаря на занятиях физической культуры в вузе .....	150
<i>Зрыбнев Н.А.</i> Значение вхождения стрелка в оптимальное тренировочное состояние в учебно-тренировочном процессе совершенствования техники стрельбы из пневматической винтовки .....	155

<i>Иванова Д.В., Малах О.Н., Шабеко Д.О.</i> Развитие периферического зрения у спортсменов-волейболистов .....	160
<i>Карелин М.А.</i> Исследование влияния прикладных гимнастических упражнений на усвоение студентами программного материала по учебной дисциплине «Гимнастика и методика преподавания» .....	163
<i>Карнило С.А.</i> Влияние физических упражнений на психическое здоровье ...	167
<i>Кац А.С.</i> Диагностическая программа «НС-ПСИХОТЕСТ 2.0» как перспективный инструмент для определения состояния здоровья студентов Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма .....	171
<i>Кирсанова О.Г., Давыдова О.В., Новикова М.А.</i> Результаты реализации стратегии развития сферы физической культуры и спорта — 2030 в Российской Федерации по состоянию на 2024 г. ....	174
<i>Кострыкина Е.Е., Пецкель В.В.</i> Влияние занятий физической культурой на показатели внимания и памяти в течение учебного дня .....	180
<i>Костюнина Л.И., Баранников А.А.</i> Повышение эффективности процесса подготовки будущих учителей физической культуры к профессиональной педагогической деятельности .....	183
<i>Костюнина Л.И., Зызина Н.А.</i> Стили разрешения конфликтов в массовом студенческом спорте на примере баскетбола .....	187
<i>Кривецкая Д.М., Жих П.П.</i> Физическая культура как средство профилактики гиподинамии у студентов .....	192
<i>Липовка А.Ю.</i> Цифровые технологии в формировании ключевых понятий у студентов физкультурного вуза .....	196
<i>Манина А.Д., Ширшова Е.О.</i> Эффективность онлайн-обучения в подготовке специалистов по физической культуре .....	200
<i>Мануйленко Э.В., Нечаева Е.В.</i> Влияние физической культуры на профессиональную деятельность банковского работника .....	204
<i>Маскаева Т.Ю., Жирнова Е.В.</i> Эффективность пилатеса как средства коррекции осанки и профилактики опорно-двигательных нарушений у студенток специальной медицинской группы .....	207
<i>Матова Е.Л., Матова М.А.</i> Отношение к фиджитал-спорту студентов-педагогов .....	211
<i>Мацука О.В., Яковлев А.Н.</i> Особенности управления духовно-нравственным воспитанием студентов с использованием средств физической культуры и спорта .....	214
<i>Нуннаев Х.К., Чарыев Я., Кудинов А.А., Непесов Ш.Т.</i> Характеристика кинематических показателей прыжка в высоту у студентов вуза в различных условиях выполнения упражнения .....	219
<i>Ню Йиндон, Яковлев А.Н.</i> Обеспечение подготовки кадров в высших учебных заведениях Китая и Беларуси для отрасли физической культуры и спорта .....	223
<i>Пальвинский Е.Ю., Левшукова П.И.</i> Повышение мотивации студентов к занятиям в спортивных секциях .....	226
<i>Панасенко А.Н., Кузьмина О.И.</i> Организация учебного процесса по обязательным и элективным дисциплинам кафедры «Физическая культура» Иркутского государственного университета путей сообщения (ИРГУПС) .....	229

<i>Позняк Ж.А., Позняк В.Е.</i> Фитнес-бокс как один из современных подходов к организации факультативной учебной дисциплины в учреждениях высшего образования .....	235
<i>Полетыкина В.А., Минина Н.В.</i> Проблемы и перспективы развития женского туризма в Республике Беларусь .....	239
<i>Просекова Д.Д.</i> Гранты как инструмент финансирования социально значимых проектов в спорте .....	243
<i>Рыбаков В.Е., Лосев В.А.</i> Физическая культура как предмет философского осмысления .....	247
<i>Рябченков Д.Н., Федоскина Е.М.</i> Влияние средств северной ходьбы с элементами массажа на психофизическое состояние студентов Смоленского государственного университета спорта .....	251
<i>Серебряков А.И., Шипенин А.А.</i> Влияние умеренных физических нагрузок на самовосприятие человека .....	256
<i>Сидоренко А.С.</i> Совершенствование техники удара toekick студентов вуза, практикующихся в хуптакрау .....	260
<i>Су Дзе, Яковлев А.Н.</i> Двигательные режимы в физическом воспитании белорусских и китайских студенток с учетом особенностей их телосложения .....	264
<i>Токман В.В., Хагай В.С.</i> Профилактика табакокурения среди молодежи Российской Федерации .....	268
<i>Толкач М.А.</i> Экопоходы как средство укрепления здоровья у студентов .....	271
<i>Толкунов А.В.</i> О совершенствовании учебно-тренировочного процесса в группах спортивного учебного отделения Гомельского государственного медицинского университета .....	276
<i>Трезкова Р.С., Кострыкина Е.Е.</i> Правильная техника выполнения упражнений и развитие координации как способ профилактики травматизма .....	279
<i>Трекайло В.Д., Шимаков А.В.</i> Интеграция геймификации и цифровых технологий как способ повышения мотивации студентов к занятиям физической культурой в УВО .....	283
<i>Усович А.К., Петько И.А.</i> Применение элементов метода «vertical integration» в преподавании анатомии человека для различных специальностей .....	287
<i>Федоскина Е.М., Федорова Н.И.</i> Инклюзивное образование студентов с нарушением слуха, обучающихся в Смоленском государственном университете спорта .....	290
<i>Хилько Н.Ф., Развадовская К.Ю.</i> Спорт как путь к гармонии: влияние физической активности в борьбе со стрессом и переутомлением .....	294
<i>Хлопкова М.А., Перова Г.М.</i> Социально ориентированные технологии оздоровления молодежи .....	299
<i>Чернова В.Н., Бубненко О.М.</i> Показатели общей физической подготовленности квалифицированных дзюдоистов .....	302
<i>Шабеко Д.О., Малах О.Н., Иванова Д.В.</i> Влияние социальных сетей на популяризацию государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь .....	306
<i>Шкробко Д.В., Митусова Е.Д.</i> Комплексная методика физического воспитания студенток педагогического вуза .....	309
<i>Щербо А.П.</i> Отношение к здоровью и жизнестойкость как факторы физического самосовершенствования студентов-спортсменов .....	314

<i>Yingnan Yu, Yanovskaya V.V.</i> Integration of basketball into student education in China .....	320
<i>Язынина Н.Л., Ушаков М.А.</i> Культура физического воспитания как элемент развития целостной личности .....	325
<i>Якутина М.И.</i> Определение копинг-механизмов спортсменов специальности «Обучение физической культуре» Оршанского колледжа ВГУ имени П.М. Машерова .....	329

### СЕКЦИЯ 3

#### ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ И ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

<i>Агеева О.Н., Юшманова Е.В.</i> Современные методические аспекты адаптивной физической культуры .....	332
<i>Домино Е.С.</i> Создание инклюзивных спортивных мероприятий и их влияние на социальную интеграцию участников с ограниченными возможностями. Изучение опыта проведения таких мероприятий .....	336
<i>Катунова Е.Ю., Седоченко С.В.</i> Влияние инновационных форм и методов АФК на уровень физической активности молодежи с ограниченными возможностями здоровья .....	339
<i>Королева Л.В., Гзрарян Э.В.</i> Влияние средств адаптивного бокса на динамику антропометрических показателей у мужчин 25–30 лет с ампутацией ноги .....	343
<i>Мартиросова Т.А., Чуруксаева В.Е.</i> Организация занятий адаптивной физической культурой в вузе .....	348
<i>Пяста П.О., Новицкий П.И.</i> Возрастно-половые особенности физического развития учащихся 8–16 лет с умеренной и тяжелой интеллектуальной недостаточностью .....	351
<i>Чайченко Д.А., Митусова Е.Д.</i> Модели инклюзивного образования в условиях дошкольной образовательной организации .....	355

### СЕКЦИЯ 4

#### МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

<i>Арлова И.А., Золотарева А.С.</i> Оздоровительные занятия плаванием для людей с ампутацией верхних конечностей .....	359
<i>Васильев А.В., Вурганова А.А.</i> Психовегетативные показатели студентов после велоэргометрической нагрузки .....	363
<i>Довнар А.Ю., Иваненко О.А.</i> Использование средств аквааэробики в подготовке пловцов на этапе спортивной специализации .....	367
<i>Жих П.П., Кривецкая Д.М.</i> Биохимические маркеры усталости и восстановления в спорте .....	372
<i>Жуков М.В., Яковлев А.В.</i> Функциональные возможности дыхательной системы спортсменов различных видов спорта .....	376
<i>Запасник А.И., Обелевский А.А.</i> Роль физической активности в профилактике и реабилитации при сердечно-сосудистых заболеваниях .....	379

<i>Кривцун В.П.</i> Динамика показателей частоты сердечных сокращений у лиц пожилого возраста по данным темпо-музыкальной пробы .....	383
<i>Кузьмина О.И., Заборцева В.Д.</i> Влияние физической культуры и холистических практик на психическое и эмоциональное здоровье студенческой молодежи .....	388
<i>Литвин Ф.Б., Масальцева Л.В.</i> Воздействие природного биостимулятора на вариабельность сердечного ритма у спортсменов .....	392
<i>Медвецкая Н.М.</i> Состояние сердечно-сосудистой системы спортсменов с малыми аномалиями развития сердца .....	395
<i>Сабиров Т.В., Зверев А.А.</i> Динамика электрической активности сердца киберспортсменов в игре Dota 2 .....	400
<i>Тишутин Н.А.</i> Стабилометрические показатели футболистов при поддержании двухопорной стойки с параллельным решением когнитивной задачи .....	403
<i>Чайченко М.В., Чайченко Д.А.</i> Особенности инклюзивного подхода в тренировочном процессе юных волейболистов .....	407
<i>Чиркин А.А., Степанова Н.А., Алтани М.С.</i> Характеристика обмена веществ у подростков пубертатного возраста при занятиях спортом .....	410
<i>Цуканов М.Д., Виноградова Л.В.</i> Особенности методики и эффективности применения массажа в профилактике локальной усталости женщин 36–55 лет, занятых сидячей работой .....	418
<i>Юшманова Е.В., Агеева О.Н.</i> Роль физических упражнений в паллиативной медицинской помощи .....	422



УДК 796

## ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ КИТАЯ И БЕЛАРУСИ ДЛЯ ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Ню Йиндон, А.Н. Яковлев

*Полесский государственный университет, Республика Беларусь*

e-mail: yak-33-c1957@mail.ru

**Аннотация.** В статье проведен анализ подготовки кадров для отрасли физической культуры и спорта в контексте современных тенденций экономического, научно-технического и культурного потенциала общества. Интеграция образования Беларуси и Китая представляется актуальной темой для исследования деятельности системы высших учебных заведений, так как профессиональное становление будущего специалиста осуществляется в условиях трансформации социальных отношений.

**Ключевые слова:** обеспечение учебного процесса, физкультурно-физкультурная деятельность, ценностные ориентации, мотивация.

## PROVIDING TRAINING FOR PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS AT HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS IN CHINA AND BELARUS

Nu Yindong, A.N. Yakovlev

*Polesie State University, Republic of Belarus*

**Abstract.** The article analyzes the training of personnel for the physical education and sports sector in the context of current trends in the economic, scientific, technical, and cultural potential of society. The integration of education in Belarus and China is a relevant topic for research in higher education systems, as the professional development of future specialists occurs within a context of transforming social relations.

**Keywords:** provision of the educational process, physical education and physical training activities, value orientations, motivation.

В настоящее время задачи подготовки кадров в высшей школе осуществляются определенным объемом учебных часов, организационно-методическим обеспечением, в рамках общепринятых норм. Наибольшие возможности для качественной подготовки кадров в вузе, осуществляемой по государственным программам в период обучения предоставляются в условиях интеграции теоретико-методического обеспечения образовательного процесса [1, с.35-49].

*Цель исследования.* Сравнительный анализ и обобщение, существующих в Беларуси и Китае национальных государственных программ подготовки физкультурных кадров в рамках образовательного процесса аспекта и определения эффективных способов формирования специальных знаний, двигательных умений и навыков, необходимых для сферы физической культуры и спорта.

**Материал и методы.** Исследование проводилось на кафедре физической культуры и спорта Полесского государственного университета. Осуществлялось изучение литературных источников и разработка программы исследования, перевод, анализ полученных материалов, сравнительно-педагогический анализ китайской и белорусской систем подготовки кадров в вузе по заявленному направлению подготовки.

Теоретико-методологическое обоснование исследования опиралось на работы отечественных и зарубежных ученых [2, с. 2-9; 3, 17 с; 4, с. 149-158].

**Результаты и их обсуждение.** В последние годы исследуются актуальные направления подготовки педагогических кадров и вопросы социально-экономического реформирования в Китае: в нормативных документах КНР («Ускорение развития китайского спорта высших достижений», «Об определении функций, структуры и кадров Государственного управления спортом КНР» и др.) раскрываются механизмы управления физической культурой и спортом.

В Китае успешно реализуются ключевые направления советской системы: массовый спорт и спорт высших достижений. Эти два направления взаимосвязаны с собой. В элитном спорте работа осуществляется в очень плотном режиме, для школьного спорта – это преподавание физической культуры.

Управление элитным спортом представляет собой двойную структуру. В основе такого подхода лежит оценка квалификации кадров. Подбор и расстановка кадров осуществляется на основе разработанных нормативных документов, которые отражают систему оценки навыков (стаж, уровень образования, исследовательские навыки, уровень владения иностранными языками, эффективность профессиональной деятельности).

Непрерывное образование, главное условие карьерного роста – это лекции и семинары, не менее 60 часов [5, с.12-16].

Благодаря жесткой административной системе управления, масштабам Китая, заинтересованности местных органов управления, огромным финансовым возможностям вся система детско-юношеского спорта и подготовки резерва представляет собой строгую структуру и управляемость на каждом из пяти уровней:

1-ый уровень возраст 6-9 лет, вовлеченные в обучение основам видам спорта и систему начального отбора.

2-ой уровень предусматривает подготовку детей в течение нескольких лет (до 12-14-летнего возраста, в зависимости от вида спорта).

3-ий (полупрофессиональный) уровень предполагает подготовку подростков, девушек и юношей в возрасте от 12-13 до 15-17 лет.

4-ый (профессиональный) уровень. Постоянно возрастают тренировочные нагрузки, спортсменов привлекают к участию в крупных международных соревнованиях;

5-ый, в число попадает примерно каждый пятый спортсмен национального уровня.

В олимпийскую подготовку на профессиональном уровне в современном Китае вовлечено около 20 тысяч спортсменов высокой квалификации. Многократно большее, по сравнению с другими странами, количество спортсменов, привлеченных к непосредственной подготовке к Играм, создает в КНР атмосферу небывалой в истории современного спорта конкуренции за право оказаться в составе олимпийской команды.

Все расходы на обучение, подготовку, включая оплату тренеров, оборудование, питание, проживание, обучение в школе и др., берет на себя государство.

При физкультурных ВУЗах Китая созданы ряд Центров олимпийской подготовки, имеющих статус школ высшего спортивного мастерства. Они финансируются из государственного и местных бюджетов и непосредственно подчинены Государственной генеральной спортивной администрации Китая.

Систему подготовки спортсменов КНР отличает высочайший уровень медицинского обеспечения процесса подготовки, в настоящее время не имеющей также аналогов в мире. Ее эффективность обусловлена наличием отраслевой системы спортивной медицины и широким использованием нетрадиционных средств и методов китайской медицины.

В этой связи можно отметить тенденции: в КНР каждая провинция при соблюдении общегосударственных установок разрабатывает свою учебную программу на основе территориального подхода, принимает во внимание климато-географические особенности и традиции; не учитываются специфические требования к профессиональной физической подготовленности специалистов разных отраслей;

В Беларуси вузовская учебная программа предписывает разрабатывать материалы, обеспечивая профессиональную прикладность физической подготовленности выпускников вузов;

В КНР учебный процесс носит более выраженную образовательную направленность, где студенты больше занимаются не технической, а физической подготовкой, в приоритете содержание и методика проведения практических занятий;

Отношение к учебе оценивается, главным образом, данными о посещаемости учебных занятий и соблюдении дисциплины на занятиях

Экзамен сдается в соревновательной форме с использованием оценочных норм: квалифицированное исполнение комплекса, в очень хорошем стиле и ритме; исполнение комплекса в достаточно хорошем ритме и связанности элементов, стиль ушу выражен сравнительно хорошо; исполнение комплекса, сравнительно неплохая связанность элементов и ритмика движений; студент в состоянии самостоятельно исполнить весь комплекс упражнений, но допускает при этом неоправданные остановки, при невысоком качестве; комплекс упражнений выполняется с помощью преподавателя с заметными ошибками.

К наиболее важным экзаменационным предметам по факультативным дисциплинам относятся баскетбол, волейбол, футбол, ушу, ци-гун и художественная гимнастика, т.к. этим видам в Китае уделяется большое внимание в системе высшего образования.

В учебной программе КНР наблюдается другая противоположная крайность: 60% ее объема посвящено подробному описанию практической части, а теоретические основы изложены всего на одной странице текста.

Эти особенности в значительной степени повлияли на корректность постановки цели и задач в процессе освоения студентами вузовских физкультурных программ. Данные установочные начала в программах сформулированы не идентично.

В обеих странах практикуются обязательные и факультативные формы построения занятий физической культурой, включаемые в учебное расписание.

Основной обязательной дисциплиной в КНР является предмет «Физическая культура», включающий легкую атлетику, гимнастику, баскетбол, волейбол, футбол и ушу. Кроме того, студенты 1 и 2 курсов обязаны выбрать себе одну из следующих факультативных дисциплин, обязательных для всех вузов: баскетбол, волейбол, футбол, ушу, ци-гун, художественную или спортивную гимнастику, либо легкую атлетику, теннис, пинг-понг, бадминтон, культуризм, плавание, вводимые в учебные планы по усмотрению вузов. И выбранной факультативной дисциплиной студенты 1 и 2 курсов также занимаются по 72 часа в год.

На старших курсах физическая культура является факультативным предметом с обязательными занятиями в объеме 2-4 часов в неделю по усмотрению конкретных вузов.

Для студентов с ослабленным здоровьем и различными хроническими заболеваниями в Китае предусмотрена обязательная физкультурная дисциплина «Охрана здоровья», построенная главным образом на идеях традиционных восточных систем Тай-ди-Чуан, Ци-гун, Чао-ин и др. с использованием современных оздоровительных средств, таких как дозированные ходьба, плавание, бег трусцой, пинг-понг, бадминтон, основная гимнастика. Дисциплина считается для этих студентов обязательной на протяжении первых двух курсов в объеме 144 часов и факультативной на всех последующих курсах обучения по 2 часа в неделю.

Китайская вузовская программа в теоретической части заметно уступает по ее содержательной полноте и логике изложения. В ней просматривается определенная «лоскутность» тематики лекционного материала для студентов. Учебные занятия по физической культуре в Китае ориентированы главным образом на технико-тактическую подготовку занимающихся, доля которой составляет порядка 65-70% всего объема учебного времени. Такая направленность учебного процесса теснейшим образом связана с традиционными восточными системами, в значительной степени построенными на тщательном изучении видовых стилей и самой техники физических упражнений.

В связи с тем, что восточные системы в стране имеют неизмеримо большую историческую продолжительность функционирования, по сравнению с современными видами физической культуры (баскетбол, футбол, культуризм и т.д.), их народная традиционная направленность переносится естественным образом и на новые физкультурные дисциплины.

Выявленные односторонние подходы, положенные в основу разработки национальных учебных программ по физической культуре в Китае и Беларуси лежат в основе единого регионально-отраслевого принципа построения учебных вузовских программ, в которых будут учитываться объем (60 %) практической части и теоретические основы вузовских программ. В обеих странах практикуются обязательные и факультативные формы построения занятий, включаемые в учебное расписание.

Теоретические разделы учебных программ Китая и Беларуси примерно совпадают по объемам выделяемого учебного времени, по их назначению, согласно которому вопросы теории физической культуры связываются с формированием у студентов мировоззренческих систем научно-теоретических знаний. Китайская вузовская программа в теоретической части заметно уступает по ее содержательной полноте и логике изложения.

**Заключение.** Учебный процесс, носящий тренировочную направленность в вузах, практически полностью компенсируется акцентированным характером на техническую подготовку китайских студентов, т.к. они вынуждены при высоких оценочных нормативах широко использовать самостоятельные формы занятий вне учебного процесса, и хорошее владение техникой упражнений способствует этому. Организация взаимодействия высших учебных заведений Китая и Беларуси отвечает «современным вызовам» информационного общества и знаний, определяя тенденции развития системы профессионального образования.

#### Литература

1. Кузнецова, Е.Т. Анализ современных тенденций состояния здоровья студентов в системе образовательного пространства Республики Беларусь / Е.Т. Кузнецова, А.Н. Яковлев, Э.И. Савко, А.Н. Герасевич, Е.Г. Пархоц // *Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія* / Міністерство освіти і науки України, Поліський національний університет; за загальною редакцією Г. П. Грибана. – Житомир: Рута, 2020. – С. 35–49.
2. Жуан, Мин Хуа. Несколько советов по реформе физического воспитания в высших учебных заведениях Китайской Народной Республики // *Научный журнал института физической культуры и спорта г. Чэндук*. – 1984. – № 1. – С. 2–9.
3. Учебная программа по специальности «Преподавание физкультуры» Шанхайского института физического воспитания. – Пекин : [Б. и.], 2010. – 17 с.
4. Яковлев, А.Н. Сущностные характеристики физической культуры в контексте новых социокультурных трансформаций общества и кондиций студенческой молодежи / Н.А. Глушенко [и др.] // *Физическое воспитание и спортивная тренировка : научно-методический журнал*. – 2021. – № 1 (35). – С. 149–158.
5. Гу, Эньшань Структура и содержание тренерских кадров по видам спорта в Китае / Гу Эньшань, Е.О. Ширцова // *Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная реакция*. – 2024. – Т.9, №3. – С.12–16.

Научное издание

**ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ  
И ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ**

Сборник научных статей

Технический редактор

*Г.В. Разбоева*

Компьютерный дизайн

*Л.В. Рудницкая*

Подписано в печать 18.11.2025. Формат 60х84  $\frac{1}{8}$ . Бумага офсетная.

Усл. печ. л. 49,52. Уч.-изд. л. 39,18. Тираж 21 экз. Заказ 132.

Издатель и полиграфическое исполнение — учреждение образования  
«Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».

Свидетельство о государственной регистрации в качестве издателя,  
изготовителя, распространителя печатных изданий  
№ 1/255 от 31.03.2014.

Отпечатано на ризографе учреждения образования  
«Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».  
210038, г. Витебск, Московский проспект, 33.