

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ASPECTS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

Физическая культура. Спорт. Здоровье. 2025. № 1(4)
Physical Education. Sport. Health, 2025, no. 1(4)

Обзорная статья

УДК 378.711

Сравнительный анализ системы физического воспитания в вузах России и Китая

Грунь Егор Николаевич¹, Греф Юрий Александрович¹

¹Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирск, Россия

Аннотация. *Введение.* В данной статье представлен сравнительный анализ систем физического воспитания в высших учебных заведениях России и Китая. Рассматриваются историческое развитие, современные учебные планы, педагогические подходы и общее влияние на здоровье и благополучие студентов. Решение образовательных задач обусловлено организационными и методическими решениями разных систем образования. *Методология.* Сформулирована характеристика образовательных задач физического воспитания в России. Физическое воспитание в вузах России регулируется образовательными стандартами (ФГОС). В Китае управление системой физического воспитания в вузах осуществляется Министерством образования КНР и соответствующими провинциальными органами. *Заключение.* Хотя обе страны придают приоритетное значение физической активности в высшем образовании, существуют значительные различия в их подходах, отражающие различные культурные ценности и национальные приоритеты. Очевидно, что обе системы образования нуждаются в модернизации.

Ключевые слова: физическое воспитание; студенты; здоровый образ жизни; педагогические подходы; национальные стандарты; Россия; Китай.

Для цитирования: Грунь Е. Н., Греф Ю. А. Сравнительный анализ системы физического воспитания в вузах России и Китая // Физическая культура. Спорт. Здоровье. – 2025. – № 1(4). – С. 56–62.

Comparative analysis of the physical education system in universities of Russia and China

Grun Egor Nikolaevich¹, Gref Yury Alexandrovich¹

¹*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

Abstract. *Introduction.* This article presents a comparative analysis of physical education systems in higher education institutions in Russia and China. The historical development, modern curricula, pedagogical approaches and the general impact on the health and well-being of students are considered. The solution of educational tasks is determined by the organizational and methodological solutions of different education systems. *Methodology.* The characteristic of educational tasks of physical education of the Russian Federation is formulated. Physical education in Russian universities is regulated by educational standards (FGOS). In China, the management of the physical education system in higher education institutions is carried out by the Ministry of Education of the People's Republic of China and the relevant provincial authorities. *Conclusion.* Although both countries prioritize physical activity in higher education, there are significant differences in their approaches, reflecting different cultural values and national priorities. It is obvious that both education systems need to be modernized.

Keywords: physical education; students; healthy lifestyle; pedagogical approaches; national standards; Russia; China.

For citation: Grun E. N., Gref Yu. A. Comparative analysis of the physical education system in universities of Russia and China. *Physical Education. Sport. Health*, 2025, no. 1(4), pp. 56–62.

Введение. Физическое воспитание студентов играет важную роль в формировании здорового образа жизни, укреплении физического и психического здоровья, а также подготовке к будущей профессиональной деятельности. Системы физического воспитания в высших учебных заведениях России и Китая, несмотря на общие цели, имеют существенные различия, обусловленные историческими, культурными и социально-экономическими факторами. Данная статья посвящена сравнительному анализу этих систем с акцентом на организационные структуры, содержание учебных программ, методические подходы и взаимообмен обучения в системах высшего образования.

Решение образовательных задач физического воспитания связано с овладением (передачей и усвоением) специальных знаний в сфере физической культуры и спорта, с формированием интереса, потребности и привычки регулярно заниматься физическими упражнениями, в том числе заниматься самостоятельно. Выполнение перечисленных задач требует адекватных организационных и методических решений, которые может обеспечить только качественно подготовленный специалист физической культуры, который способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы. Для регламентации процесса физического воспитания внедрены федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) по физической культуре, подготовлены учебники, пособия, энциклопедии и др. учебные издания [1; 3; 4].

Методология. Основными задачами анализа систем образования являются выявление и сопоставление систем физического воспитания двух стран. В частном виде образовательные задачи физического воспитания в России выглядят следующим образом:

- формировать интерес к регулярным занятиям физической активностью;
- постоянно стимулировать положительную мотивацию детей, подростков, взрослых к занятиям физической активностью и спортом;
- добиться усвоения специальных знаний в сфере физической культуры и спорта;
- научить способам построения самостоятельных занятий физическими упражнениями и способам самоконтроля за физическими нагрузками;
- научить технике выполнения жизненно важных двигательных действий, т. е. таким двигательным умениям и навыкам, которые являются лично важными в повседневной жизни каждого человека и важными для профессионально-прикладной деятельности (ходьба, бег, метания, различные виды прыжков, плавание, передвижения на лыжах, переноска тяжестей и др.).

В Китае задачами физического воспитания являются схожие положения, строго регламентированные для выполнения [6]. По своей сути процесс физического воспитания является специализированным педагогическим процессом. Поэтому, как и любому другому воспитательному процессу, ему свойственно решение воспитательных задач. Воспитание позитивных качеств личности в ходе занятий физической активностью не менее важно, чем решение собственных оздоровительных или образовательных задач физического воспитания. Более того, важно не только воспитывать трудолюбие, морально-волевые качества, целеустремленность в достижении высоких персональных результатов, упорство в овладении новыми навыками, но и позитивные общечеловеческие качества – высокие нравственные качества, доброту, взаимопомощь, умение подчинять свои действия интересам коллектива, уважительное и толерантное отношение к другим людям независимо от их национальности, вероисповедания, политических взглядов.

Обсуждение. В России физическое воспитание в вузах регулируется Министерством науки и высшего образования РФ, а также федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС). Организация процесса осуществляется кафедрами (или отделами) физической культуры, которые подчиняются ректорату университета. Преподавательский состав включает в себя доцентов, старших преподавателей и инструкторов по физической культуре. Система контроля качества обучения строится на основе аттестаций, зачетов и экзаменов [12; 13].

В Китае управление системой физического воспитания в вузах осуществляется Министерством образования КНР и соответствующими провинциальными органами. В каждом университете создаются отделы (или центры) физического воспитания, подчиняющиеся руководству университета. Преподавательский состав включает в себя профессоров, доцентов, ассистентов и тренеров. Системы контроля более жесткие, с акцентом на регулярность занятий и достижение определенных нормативов. Широко распространена система оценки физической подготовки студентов, включающая обязательные тесты [6; 10].

В России ФГОС определяют базовые требования к содержанию учебных программ по физической культуре в вузах. Программы, как правило, включают в себя теоретические и практические занятия, направленные на развитие общей физической подготовки, освоение отдельных видов спорта и формирование навыков

здорового образа жизни. Выбор видов спорта достаточно широк, но акцент часто делается на традиционных дисциплинах. Индивидуальный подход к студентам реализуется в меньшей степени [7; 8].

Китайские программы по физическому воспитанию отличаются более строгим регламентом и стандартизацией. Большой акцент делается на развитии физической силы, выносливости и гибкости, с использованием традиционных китайских видов спорта (ушу, тайцзицюань) и национальных видов спорта. Системы оценки строгие и объективные, что способствует повышению мотивации студентов к занятиям. Индивидуализация тренировочного процесса более распространена, но учитывается физическая подготовленность и состояние здоровья студентов [6].

В России преобладают традиционные методические подходы к обучению физической культуре, включающие в себя различные формы организации занятий (групповые, индивидуальные), использование разнообразных методических средств и методов. Однако в последние годы наблюдается тенденция к внедрению инновационных технологий, включая использование компьютерных программ, тренажерных комплексов и интерактивных методов обучения.

Китайские методики физического воспитания включают в себя элементы традиционной китайской медицины, акцент на гармоничное развитие физических и духовных качеств личности. Широко используются методы ушу и тайцзицюань, которые направлены не только на развитие физических способностей, но и на улучшение здоровья и психоэмоционального состояния.

Оценка эффективности систем физического воспитания в России и Китае является сложной задачей, требующей комплексного подхода. В России оценка часто ограничивается результатами зачетов и экзаменов, а также уровнем физической подготовленности студентов. Однако отсутствует система долгосрочного мониторинга здоровья выпускников.

В Китае система оценки более разнообразна, включает в себя регулярные тесты физической подготовленности, мониторинг здоровья и участие в спортивных соревнованиях. Данные показывают высокий уровень физической подготовленности китайских студентов.

Системы физического воспитания в вузах России и Китая имеют как сходства, так и различия. В России акцент делается на широком выборе видов спорта и развитии общей физической подготовленности, в Китае – на традиционных видах спорта и гармоничном развитии личности. Обе системы имеют как достоинства, так и недостатки. Для повышения эффективности систем физического воспитания в обеих странах необходимо дальнейшее совершенствование учебных программ, методических подходов и систем оценки с учетом современных требований к здоровью и физической подготовке будущих специалистов. Более того, обмен опытом и лучшие практики между двумя странами могли бы обогатить обе системы.

Очевидно, что обе системы нуждаются в модернизации. В России необходимо внедрение более персонализированных программ с учетом индивидуальных особенностей студентов, а также более эффективных методов контроля и оценки результатов. Возможно, стоит перенять некоторые элементы китайской системы, например, более строгий регламент занятий и акцент на традиционных практиках укрепления здоровья [2; 5].

В Китае, несмотря на высокие достижения, есть потенциал для совершенствования системы в направлении большей индивидуализации тренировочного процесса

и внедрения более современных методов оценки. Включение широкого спектра видов спорта, включая более распространенные в мире, может также повысить эффективность.

Социальные факторы играют значительную роль в формировании систем физического воспитания в обеих странах. В России наблюдается снижение интереса к спорту среди молодежи, что требует разработки более привлекательных программ и методов обучения. В Китае, напротив, культура спорта более развита, что способствует высокой мотивации студентов к занятиям. Положительные тенденции к сотрудничеству в области образования двух стран вселяют надежду на улучшение качества образования в нашей стране.

Информационные технологии могут существенно повысить эффективность систем физического воспитания. Использование онлайн-платформ, мобильных приложений и интерактивных симуляторов позволяет персонализировать тренировочный процесс, повышать мотивацию и контролировать результаты. Внедрение таких технологий необходимо как в России, так и в Китае.

Заключение. В последние годы идет тесное сотрудничество систем высшего образования России и Китая, взаимообмен студентами. Обучение китайских студентов осуществляется по российским программам у нас в вузе и российских студентов в Китае по китайским образовательным программам. Сравнительный анализ систем физического воспитания в вузах России и Китая показал, что обе системы имеют свои преимущества и недостатки. Для повышения эффективности систем необходимо дальнейшее совершенствование учебных программ, методических подходов и систем оценки. Внедрение инновационных технологий и учет социальных факторов играют ключевую роль в формировании здорового образа жизни студентов и подготовке их к будущей профессиональной деятельности. Обмен опытом между двумя странами может принести взаимную пользу и способствовать развитию систем физического воспитания в целом.

Список источников

1. Александрова Т. И., Козлов В. П. Методические основы организации физического воспитания в вузе: уч. пособие. – М.: Просвещение, 2010. – 192 с.
2. Борисов А. Ю. Современные методы оценки физического развития и функционального состояния студентов // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 2. – С. 60–65.
3. Егоров А. А. Проблемы формирования здорового образа жизни у студентов // Вопросы спортивной медицины. – 2020. – № 1. – С. 45–50.
4. Иванов А. П. Физическая культура и спорт в высшем образовании: российская модель: монография. – М.: Спорт, 2015. – 250 с.
5. Кузнецова Е. А. Влияние физической культуры на здоровье студентов: российский опыт // Здоровье населения и среда обитания. – 2021. – № 4. – С. 87–92.
6. Ли С. Ю., Чжан В. Система национальной физической подготовки в Китае и ее влияние на молодежь // Международный журнал спортивной науки. – 2023. – № 1. – С. 20–28.
7. Михайлов С. П. Анализ системы оценки физической подготовленности студентов российских вузов // Физическая культура: наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 70–75.
8. Петров А. В. Физическая культура студентов: проблемы и перспективы развития в российских вузах // Вестник спортивной науки. – 2020. – № 2. – С. 15–22.

9. Сидорова И. П., Иванов С. А. Система физического воспитания в китайских университетах: опыт и особенности // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 3. – С. 35–41.
10. Смирнов В. И. Сравнительный анализ физической подготовки студентов РФ и КНР // Физическая культура, спорт и туризм. – 2018. – № 1. – С. 50–55.
11. Соколова О. В., Петрова М. И. Здоровьесберегающие технологии в системе физического воспитания вузов России // Научные труды. – СПб.: Санкт-Петербургский государственный университет, 2016. – С. 180–182.
12. Синицын В. В. Модернизация системы физического воспитания в российских вузах // Инновации в образовании. – 2021. – № 4. – С. 98–104.
13. Федорова Н. Н. Особенности организации физического воспитания в современных российских вузах // Педагогическое образование и наука. – 2019. – № 2. – С. 110–115.

References

1. Alexandrova T. I., Kozlov V. P. Methodological foundations of the organization of physical education in higher education institutions: textbook. Moscow: Education, 2010, 192 p. (In Russian)
2. Borisov A. Yu. Modern methods of assessment of physical development and functional condition of students. *Theory and Practice of Physical Education*, 2019, no. 2, pp. 60–65. (In Russian)
3. Egorov A. A. Problems of formation of a healthy lifestyle among students. *Questions of Sports Medicine*, 2020, no. 1, pp. 45–50. (In Russian)
4. Ivanov A. P. Physical culture and sport in higher education: the Russian model: monograph. Moscow: Sport, 2015, 250 p. (In Russian)
5. Kuznetsova E. A. The influence of physical culture on the health of students: Russian experience. *Public Health and Habitat*, 2021, no. 4, pp. 87–92. (In Russian)
6. Li S. Yu., Zhang V. The system of national physical training in China and its impact on youth. *International Journal of Sports Science*, 2023, no. 1, pp. 20–28. (In Russian)
7. Mikhailov S. P. Analysis of the assessment system of physical fitness of students of Russian universities. *Physical Education: Science and Practice*, 2017, no. 3, pp. 70–75. (In Russian)
8. Petrov A. V. Physical education of students: problems and prospects of development in Russian universities. *Bulletin of Sports Science*, 2020, no. 2, pp. 15–22. (In Russian)
9. Sidorova I. P., Ivanov S. A. The system of physical education in Chinese universities: experience and features. *Theory and Practice of Physical Education*, 2022, no. 3, pp. 35–41. (In Russian)
10. Smirnov V. I. Comparative analysis of physical training of students of the Russian Federation and China. *Physical Education, Sport and Tourism*, 2018, no. 1, pp. 50–55. (In Russian)
11. Sokolova O. V., Petrova M. I. Health-saving technologies in the system of physical education of Russian universities. Scientific papers. Saint Petersburg: Saint Petersburg State University, 2016, pp. 180–182. (In Russian)
12. Sinitsyn V. V. Modernization of the physical education system in Russian universities. *Innovations in Education*, 2021, no. 4, pp. 98–104. (In Russian)
13. Fedorova N. N. Features of the organization of physical education in modern Russian universities. *Pedagogical Education and Science*, 2019, no. 2, pp. 110–115. (In Russian)

Информация об авторах

Е. Н. Грунь, старший преподаватель кафедры физического воспитания факультета физической культуры, Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск, Россия, egor.grun@mail.ru

Ю. А. Грегф, старший преподаватель кафедры физического воспитания факультета физической культуры, Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск, Россия, gref.yury@yandex.ru

Information about the authors

E. N. Grun, Senior Lecturer Department of Physical Education Faculty of Physical Education, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, egor.grun@mail.ru

Yu. A. Gref, Senior Lecturer Department of Physical Education Faculty of Physical Education, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, gref.yury@yandex.ru

Поступила: 08.02.2025

Принята к публикации: 10.02.2025

Received: 08.02.2025

Accepted for publication: 10.02.2025