

УДК 37.037  
ББК Ч400.55

DOI 10.12345/2079-8717\_2021\_01\_14  
ГРНТИ 14.01.11

Код ВАК 13.00.01

**Казанцев Никита Сергеевич,**

член правления СМО «Федерация Дзесинмон Каратэ-до»; 620075, Россия, г. Екатеринбург, ул. Василия Еремина, 12; e-mail: nikitadimitrivich@gmail.com

**Маркова Анастасия Сергеевна,**

магистрант, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина; 620078, Россия, г. Екатеринбург, ул. Коминтерна, 1; e-mail: marqoowa@gmail.com

**Тенкачева Татьяна Рашитовна,**

кандидат педагогических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет; 620017, Россия, г. Екатеринбург, пр-т Космонавтов, 26; e-mail: tenkacheva@mail.ru

**Терентьев Алексей Евгеньевич,**

кандидат педагогических наук, доцент, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина; 620078, Россия, г. Екатеринбург, ул. Коминтерна, 1; e-mail: a.e.terentiev@urfu.ru

**ИНТЕГРАЦИЯ ПОДХОДОВ РОССИЙСКОЙ И ЯПОНСКОЙ СИСТЕМ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ПРИВЛЕЧЕНИЯ  
НАСЕЛЕНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** физическое воспитание; физическая культура; спорт; здоровье населения; индивидуализация обучения; зарубежный опыт; сравнительный анализ.

**АННОТАЦИЯ.** Приоритетной задачей социально-экономического развития Российской Федерации является повышение качества жизни населения. Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» установлено, что доля населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, к 2024 г. должна составить 55%. Также к числу ожидаемых результатов относятся и повышение ожидаемой средней продолжительности жизни. Эти результаты имеют прямую корреляцию с целевыми показателями национальных проектов «Демография» и «Здравоохранение», а именно: повышение ожидаемой продолжительности здоровой жизни до 67 лет; снижение смертности населения трудоспособного возраста до 350 случаев на 100 тыс. населения.

Необходимость достижения данных показателей актуализирует потребность в совершенствовании системы физического воспитания.

В качестве одного из подходов представляется целесообразным интеграция с зарубежным опытом, в частности с системой физического воспитания Японии, где занятия физической культурой сопровождают человека на протяжении всей его жизни.

Цель исследования – выявить и определить подходы по привлечению населения к занятиям физической культурой через сравнительный анализ систем физического воспитания Японии и Российской Федерации, через внедрение компонентов японской системы физического воспитания в систему физического воспитания в Российской Федерации.

В результате исследования определено, как работает система формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры в японской школьной инфраструктуре, выявлены элементы, которые позволят повысить количество занимающихся физической культурой и спортом на территории РФ.

**ДЛЯ ЦИТИРОВАНИЯ:** Казанцев, Н. С. Интеграция подходов российской и японской систем физического воспитания в процессе привлечения населения к занятиям физической культурой / Н. С. Казанцев, А. С. Маркова, Т. Р. Тенкачева, А. Е. Терентьев. – Текст : непосредственный // Педагогическое образование в России. – 2021. – № 1. – С. 112-115. – DOI: 10.12345/2079-8717\_2021\_01\_14.

**Kazantsev N. S.,**

Member of the Board, Jeshinmon Karate-do Federation, Ekaterinburg, Russia

**Markova Anastasia Sergeevna,**

Master's Degree Student, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia

**Tenkacheva Tatyana Rashitovna,**

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

**Terent'ev Alexei Evgenievich,**

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia

**INTEGRATION OF APPROACHES OF THE RUSSIAN  
AND JAPANESE SYSTEMS OF PHYSICAL EDUCATION IN THE PROCESS  
OF INVOLVING THE POPULATION IN PHYSICAL CULTURE**

**KEYWORDS:** physical education; physical culture; sport; public health; individualization of training; foreign experience; comparative analysis.

**ABSTRACT.** The priority task of the socio-economic development of the Russian Federation is to improve the quality of life of the population. Decree of the President of the Russian Federation dated May 7, 2018 No. 204 "On national goals and strategic objectives of the development of the Russian Federation for the period up to 2024" established that the share of the population systematically engaged in physical culture and sports by 2024 should be 55%. Also among the expected results is an increase in life expectancy. These results are in direct correlation with the targets of the national projects "Demography" and "Health", namely: increasing the expected healthy life expectancy to 67 years; decrease in mortality of the working-age population to 350 cases per 100 thousand population.

The need to achieve these indicators actualizes the need to improve the system of physical education.

As one of the approaches, it seems expedient to integrate with foreign experience, in particular, with the physical education system of Japan, where physical culture classes accompany a person throughout his life. The purpose of the study is to identify and determine approaches to attracting the population to physical education through a comparative analysis of the systems of physical education in Japan and the Russian Federation, through the introduction of components of the Japanese system of physical education in the system of physical education in the Russian Federation.

As a result of the study, it was determined how the system for the formation of a comprehensively developed and physically healthy person with a high level of physical culture in the Japanese school infrastructure works; elements that will increase the number of people engaged in physical culture and sports on the territory of the Russian Federation.

**FOR CITATION:** Kazantsev, N. S., Markova, A. S., Tenkacheva, T. R., Terent'ev, A. E. (2021). Integration of Approaches of the Russian and Japanese Systems of Physical Education in the Process of Involving the Population in Physical Culture. In *Pedagogical Education in Russia*. No. 1, pp. 112-115. DOI: 10.12345/2079-8717\_2021\_01\_14.

**Введение.** Одним из факторов эпохи глобализации является цифровизация дистрибуции различных видов информации, которая актуализирует изучение международных подходов к социальному развитию общества, в том числе в части физического воспитания, особенно государств, демонстрирующих высокие показатели количества занимающихся физической культурой. Особый интерес вызывают реализуемые подходы к физическому воспитанию в Японии в силу своей разнообразности и ориентации на национальные традиции.

Физическое воспитание в японских школах напрямую зависит от специфики системы образования, в частности от эффективности проводимых реформ. Со второй половины XX в. японская система образования претерпела значительные изменения. В качестве вспомогательного органа при министерстве образования Японии был сформирован центральный совет по образованию. Это привело к открытию педагогических колледжей со сроком обучения 5 лет, основной целью которых было повышение уровня подготовки молодых учителей (в том числе и учителей физической культуры). К учителю физической культуры в Японии предъявляются очень высокие требования: ему недостаточно получить высшее образование, необходимо также получить лицензию и медицинскую категорию. К концу профессиональной подготовки он становился одновременно тренером, наставником, врачом, психологом, диетологом и реабилитологом [1]. С большим количеством высококвалифицированных сотрудников в Японии сформировалась специфическая методика

физического воспитания.

Кроме того, совет следит за реализацией стандартов физического воспитания школьников, занимается формированием учебного плана и содержания обучения. Дело в том, что цель и направленность уроков физической культуры в японской школе определяется Национальным образовательным стандартом по физической культуре, в котором прописаны пороговые значения того, что должен достигнуть учитель, и что должны достигнуть дети. Однако многое оставляется на усмотрение педагога, что требует от него большей ответственности. Это приводит к тому, что многие учителя физической культуры объединяются в исследовательские группы, проводят наблюдения и обсуждают практические результаты [8].

В настоящее время в Японии любовь ребенка к физической культуре и спорту закладывается через систему физического воспитания в школе. В Японии правильное становление физического воспитания – это приоритет в общеобразовательных учреждениях, а успех в физическом воспитании во многом достигается за счет индивидуализации обучения. «Индивидуализация обучения – это организация учебного процесса, при котором осуществляется выбор способов, приемов, темпа обучения, соответствующих индивидуальным особенностям учащихся, обеспечивающих максимальную эффективность их учебной деятельности» [5].

Индивидуальный подход к каждому учащемуся в сочетании с особым вниманием к их физическому состоянию и здоровью приводят к изменениям урочных занятий: подбираются специальные упражнения, ин-

дивидуальная система питания, вносятся изменения в образ жизни, осуществляется это в течение всего периода обучения в школе под присмотром учителей [1]. Особое внимание к индивидуальным особенностям каждого ребенка приводит к тому, что к концу обучения японские юноши и девушки приобретают профессиональные навыки в конкретных видах физической культуры и спорта [6].

С самого начала обучения в школе в возрасте 6 лет учитываются физиологические и психологические особенности растущего ребенка, действует установка заниматься физической культурой и спортом от 3 часов в неделю. К предметам, связанным с физической культурой и физическим воспитанием, в начальной школе относятся общая физическая подготовка, гимнастика, легкая атлетика, плавание, разные виды игры с мячом, танцы и приобщение к ответственному и здоровому образу жизни. В старших классах увеличивается количество часов, уделяемых физической культуре, происходит углубление знаний о физической культуре и физическом воспитании.

Помимо школьной программы, с 7 класса ученики в обязательном порядке записываются в спортивные школьные кружки, именуемые «букацу» [3]. В японских школах каждый год выделяется определенное количество часов для занятия в этих кружках. Школьные секции объединены со спортивными школьными кружками. Спортклубы оказывают помощь школам в физическом воспитании ребенка и являются вспомогательным элементом.

Прослеживаются и определенные изменения на когнитивном уровне. Посредством индивидуализированного подхода каждого ребенка учат следовать специфической системе духовно-нравственных ценностей. Им подробно рассказывают о негативных последствиях недостатка двигательной активности (гиподинамии и гипокинезии), в результате чего мотивация заниматься физической культурой обусловлена не только общественным влиянием, но и личными стремлениями учащегося. Японская система воспитания и образования ориентирована на то, чтобы посредством эрудиции, общего развития, личной заинтересованности упорно трудиться, заниматься физической культурой и спортом, из личных соображений вести здоровый образ жизни. В японской культуре физическое развитие напрямую связано с развитием духовным, а внимание к физическому воспитанию подрастающего поколения обусловлено во многом тем, что здоровье населения в Японии – часть национальной идеи.

Российская система физического воспитания выполняет все возложенные на нее

функции, однако есть определенные элементы, замедляющие ее эффективность.

Воспитание всесторонне развитого и здорового подрастающего поколения не является в нашей стране настолько установленным приоритетом, как в японской системе становления духовно-нравственных ценностей в форме физического воспитания, физической культуры и спорта через специфическую систему индивидуализации обучения. Происходит следующее: хорошо развитые ученики замедленно развиваются, и у них пропадает мотивация дальше заниматься; плохо развитые ученики, наоборот, отстают в процессе и подвергаются сильному напряжению.

Элементы, замедляющие развитие физической культуры и спорта:

– Большую роль в физическом воспитании играют родители, преподносящие знания в неурочное время. Соответственно, в Российской Федерации индивидуализация и становление личности в процессе физического воспитания ребенка реализуется в школе не настолько интенсивно, как в Японии.

– Не формируется представление о потребностях, через которые формируется мотивация заниматься физической культурой и спортом, о необходимости ведения здорового образа жизни в на протяжении всей жизни, которые на данный момент преподаются в Японии.

Элементы, связанные с системой физического воспитания в общеобразовательных учреждениях:

– Приоритеты российских учеников расставлены таким образом, что занятие физкультурой допускается пропускать с целью выполнения других учебных задач.

– Преподаватели физкультуры склонны видеть успех своих учеников в других школьных предметах, следовательно, недостаточно транслируют негативные последствия пропусков уроков физической культуры или занятия спортом.

– В большинстве случаев в процессе обучения в школе (помимо занятий физической культурой) ученики находятся в статическом положении. Снижение двигательной активности происходит также за счет чрезмерного использования гаджетов и ряда других цифровых технологий современными школьниками.

Внедрение и адаптация опыта японской системы физического воспитания и позволит уменьшить влияние перечисленных выше негативных элементов, замедляющих развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации. В результате мы сможем наблюдать повышение эффективности занятий физической культурой и спортом увеличение процента населения,

ориентированного на ведение здорового образа жизни.

В качестве одного из способов интеграции отдельных компонентов японской системы воспитания в российскую можно выделить информирование заинтересованных лиц и формирование коллектива, готового работать с представленной информацией. Развитие коллектива характеризуется индивидуальным развитием каждого ученика, в результате чего эффективность групповой работы в области физической культуры и спорта также увеличивается, что повышает

успешность при участии в физических и спортивных мероприятиях.

Таким образом, внедрение индивидуализированного подхода к обучению и физическому воспитанию, системы становления личности в школьном возрасте позволит повысить эффективность системы физического воспитания в Российской Федерации, увеличить показатели ожидаемой продолжительности здоровой жизни и снизить показатели смертности населения трудоспособного возраста.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Здоровье в Японии. – Текст : электронный // Даешь молодежь: как проходят уроки физкультуры в разных странах? – URL: <https://живуспортом.рф/article/daesh-molodezh-kak-proxodyat-uroki-fizkultury-v-raznyx-stranax>.
2. Индивидуализация обучения. – URL: [http://referatwork.ru/category/psikhologiya/view/387192\\_individualizaciya\\_obucheniya](http://referatwork.ru/category/psikhologiya/view/387192_individualizaciya_obucheniya). – Текст : электронный.
3. Малиновская, С. С седьмого класса спортивные школьные кружки / С. Малиновская. – Текст : электронный // Как все устроено: детский спорт в Японии. – URL: <https://letidor.ru/zdorove/kak-vsyo-ustroeno-detskiy-sport-v-yaponii.htm?full>.
4. Образовательное законодательство Японии. Основной закон об образовании (ст. 1). – URL: [http://www.rusnauka.com/35\\_NOBG\\_2013/Pravo/8\\_149516.doc.htm](http://www.rusnauka.com/35_NOBG_2013/Pravo/8_149516.doc.htm). – Текст : электронный.
5. Талызов, С. Н. Привлечение к занятию спортом с раннего возраста / С. Н. Талызов. – Текст : электронный // Японская модель управления физической культурой и спортом. – 2015. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/yaponskaya-model-upravleniya-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom/viewer>.
6. Устинова, А. В. Составление индивидуальной программы по физкультуре для ребенка в Японии / А. В. Устинова. – Текст : электронный // Особенности уроков физической культуры в школах Китайской Народной Республики, Республики Корея и Японии. – URL: <https://files.scienceforum.ru/pdf/2019/5c2b7afda5c26.pdf>.
7. Федеральный закон «О физической культуре и спорте». Статья 2. Основные понятия, используемые в настоящем федеральном законе. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_73038/b819c620a8c698de35861ad4c9d9696ee0c3ee7a](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/b819c620a8c698de35861ad4c9d9696ee0c3ee7a). – Текст : электронный.
8. Физическое совершенствование. – URL: [http://sakhgu.ru/post/fizicheskoe\\_overshenstvovanie](http://sakhgu.ru/post/fizicheskoe_overshenstvovanie). – Текст : электронный.

### REFERENCES

1. Zdorov'e v Yaponii [Health in Japan]. In *Daesh' molodezh': kak prokhodyat uroki fizkul'tury v raznykh stranakh?* URL: <https://zhivusportom.rf/article/daesh-molodezh-kak-proxodyat-uroki-fizkultury-v-raznyx-stranax>.
2. *Individualizatsiya obucheniya* [Individualization of training]. URL: [http://referatwork.ru/category/psikhologiya/view/387192\\_individualizaciya\\_obucheniya](http://referatwork.ru/category/psikhologiya/view/387192_individualizaciya_obucheniya).
3. Malinovskaya, S. S sed'mogo klassa sportivnye shkol'nye kruzhki [From the seventh grade sports school circles]. In *Kak vse ustroeno: detskiy sport v Yaponii*. URL: <https://letidor.ru/zdorove/kak-vsyo-ustroeno-detskiy-sport-v-yaponii.htm?full>.
4. *Obrazovatel'noe zakonodatel'stvo Yaponii. Osnovnoi zakon ob obrazovanii (st. 1)* [Educational legislation of Japan. Basic law on education (art. 1)]. URL: [http://www.rusnauka.com/35\\_NOBG\\_2013/Pravo/8\\_149516.doc.htm](http://www.rusnauka.com/35_NOBG_2013/Pravo/8_149516.doc.htm).
5. Talyzov, S. N. (2015). Privlechenie k zanyatiyu sportom s rannego vozrasta [Involvement in sports from an early age]. In *Yaponskaya model' upravleniya fizicheskoi kul'turoi i sportom*. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/yaponskaya-model-upravleniya-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom/viewer>.
6. Ustinova, A. V. Sostavlenie individual'noi programmy po fizkul'ture dlya rebenka v Yaponii [Drawing up an individual physical education program for a child in Japan]. In *Osobennosti urokov fizicheskoi kul'tury v shkolakh Kitaiskoi Narodnoi Respubliki, Respubliki Koreya i Yaponii*. URL: <https://files.scienceforum.ru/pdf/2019/5c2b7afda5c26.pdf>.
7. *Federal'nyi zakon «O fizicheskoi kul'ture i sporte». Stat'ya 2. Osnovnye ponyatiya, ispol'zuemye v nastoyashchem federal'nom zakone* [Federal Law "On Physical Culture and Sports". Article 2. Basic concepts used in this federal law]. URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_73038/b819c620a8c698de35861ad4c9d9696ee0c3ee7a](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/b819c620a8c698de35861ad4c9d9696ee0c3ee7a).
8. *Fizicheskoe sovershenstvovanie* [Physical improvement]. URL: [http://sakhgu.ru/post/fizicheskoe\\_overshenstvovanie](http://sakhgu.ru/post/fizicheskoe_overshenstvovanie).