

формировать у младших школьников учебно–познавательные мотивации и потребности, оказывать целенаправленные педагогические воздействия, способствующие развитию произвольного внимания, восприятия, памяти.

Поэтому увеличивая двигательную активность младших школьников, создается фундамент крепкого здоровья, который позволяет детям полноценно выполнять умственную деятельность. Это происходит в результате смены умственной и физической работы, что положительно влияет на здоровье.

#### **Список использованных источников**

1. Алямовская, В.Г., Профилактика психоэмоционального напряжения детей средствами физического воспитания / В.Г. Алямовская. – Н. Новгород, 2018. – 128 с.
2. Анисеева, Н.П. Воспитание игрой : кн. для учителя / Н.П. Анисеева. – М. : Просвещение, 2017. – 143 с.
3. Бланина, А.А. Становление физических качеств школьников в зависимости от их двигательной активности и соматотипа / А.А. Бланина : Дис. канд. пед. наук. – МГАФК. – Малаховка, 2000. – 153 с.
4. Волков, В.М. К проблеме развития двигательных способностей / В.М. Волков // Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 5–6. – С. 41.
5. Гужаловский, А.А. Развитие двигательных качеств у школьников / А.А. Гужаловский. – Минск : Народная асвета, 2011. – 88 с.
6. Карапотин, А.А. Как развивать физические качества у младших школьников на занятиях физ. культурой в нач. шк / А.А. Карапотин. – 2017.– С. 14–15.

### **ОБЪЕКТИВНЫЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ**

*Лю Я, аспирант,*

*Л.А. Глебова, преподаватель, lusiamozyr@bk.ru*

*В.А. Горовой, канд. пед. наук., доцент, slava.gorovoi1980@mail.ru*

*УО «Мозырский государственный педагогический университет имени И. П. Шамякина»  
г. Мозырь, Беларусь*

**Введение.** В современных условиях учащиеся и студенты в учебных заведениях должны обладать не только знания о культуре здорового образа жизни, но и морально-нравственными взглядами на жизнь, которые являются важным признаком культурной индивидуальности [1].

Эффективность образовательного процесса в значительной степени зависит от его условий [2]. Исходя из этого, необходимо подчеркнуть основные условия реализации данного процесса, при которых их соблюдение поможет сформировать культуру здорового образа жизни студентов.

Условия обучения, формируемые культурой здорового образа жизни среди студентов, включают в себя набор объективных (внешних условий образовательного процесса) и субъективных условий (внутренние характеристики личности студентов), которые будут изложены в этом разделе.

**Методология и методы исследования.** Целью нашего исследования являлось определение объективных условий для реализации технологии формирования культуры здорового образа жизни студентов Китая.

Основными методами исследования являлись теоретическое изучение и анализ специальной научно-методической литературы, анализ и синтез.

Учебным заведением, в котором определялись объективные и субъективные условия для реализации технологии формирования культуры здорового образа жизни

студентов Китая являлся Наньянский профессиональный колледж (тип учебного заведения: обычный колледж высшего образования, 3-летняя система обучения; количество студентов: 15218, первый курс университета: 5213; второй курс университета: 6 097; третий курс университета: 3 908).

**Результаты исследования и их обсуждение** Нами были выделены следующие объективные условия для реализации технологии формирования культуры здорового образа жизни студентов Китая.

*Государственная поддержка* является одним из главных факторов в обучении физической культуре (ФК) в учреждениях высшего образования (УВО). Государство должно принять соответствующие законы и положения, гарантирующие условия для обучения УВО, например: положения об управлении спортивными сооружениями с четким определением требований к планированию, строительству, использованию и обслуживанию спортивных объектов, с тем чтобы обеспечить спортивные объекты в УВО в соответствии с национальными нормами и стандартами; обеспечить преподавательские ресурсы, группы преподавателей и финансовые ресурсы для обучения в области психического здоровья [3]; разработать стандарты оценки качества преподавания ФК; разработать справочную программу по вопросам психического здоровья для студентов.

Что касается инвестиций в финансирование, то вложение средств является одним из факторов, гарантирующих спортивное обучение в УВО. Государство должно увеличить финансирование обучения в УВО, с тем чтобы обеспечить нормальное функционирование и обновление преподавания ФК. Кроме того, университеты должны активно мобилизовать средства для улучшения спортивных объектов и условий их повышения качества обучения в спорте. Каждый год на одного студента должно выделяться больше 25 юаней.

Государство финансирует университетские программы по психологическому здоровью посредством финансирования научных исследований. Эти средства в основном направлены на проведение исследований по вопросам психического здоровья и поиск эффективных решений. Каждый год на образование в области психического здоровья должно выделяться больше 20 юаней.

*Место обучения* является одной из важных гарантий успешного проведения университетских спортивных курсов [4]. В каждом университете должно быть достаточно спортивных учебных аудиторий, в том числе в закрытых и открытых спортзалах, бассейнах и т.д. Эти места должны быть комфортны и функциональны, соответствовать стандартам, которые позволят удовлетворить потребности различных спортивных курсов и студентов. Кроме того, университеты должны регулярно поддерживать и обновлять учебные аудитории, с тем чтобы гарантировать, что они могут и дальше обеспечивать качественную среду обучения для студентов.

Что касается общего медицинского образования в области психологии, то в УВО должны быть созданы специальные места для проведения мероприятий, такие как залы ожидания, кабинеты индивидуальных консультаций, кабинеты групповых консультаций, кабинеты психологической оценки. Площадь помещений, рассчитанных менее чем на 20 000 студентов, должна быть не менее 400 квадратных метров, от 20 000 до 30 000 – не менее 500 квадратных метров, и площадь не менее 700 квадратных метров, если более 30 000 студентов [5]. На определенной территории необходима площадка для развития психологических качеств на открытом воздухе. В то же время в каждом учебном заведении должен быть создан консультационный пункт по психическому здоровью второго уровня, а в здании студенческого общежития должна быть комната психологической консультации. Пропагандисты просвещения по вопросам психического здоровья должны быть во всех группах, а информаторы по вопросам психического здоровья – в студенческих общежитиях.

*Развитие университетских спортивных курсов* требует совершенствования учебных заведений [6].

Во-первых, университеты должны предоставить достаточное количество спортивных учебных аудиторий.

Во-вторых, университеты должны предоставлять разнообразные спортивные объекты. В дополнение к традиционным спортивным сооружениям, университеты могут открыть ряд популярных новых спортивных объектов, таких как зал для йоги, танцевальные залы, бейсбольные площадки, поля для гольфа и т. д. Это могло бы удовлетворить интересы и потребности различных студентов, повысить их участие и активность.

В-третьих, университеты должны сосредоточиться на обслуживании и управлении учебными заведениями. Хорошие учебные заведения являются основой успешного проведения университетских спортивных курсов, и поэтому они требуют ежедневного обслуживания и управления.

*Успешное развертывание университетских курсов по психическому здоровью* также требует хороших учебных аудиторий. Работа по улучшению психического здоровья учащихся может обеспечить улучшение их психического здоровья и всестороннее развитие[7].

Во-первых, университеты должны предоставить учебные аудитории для психологического здоровья.

Во-вторых, университеты должны сосредоточиться на оптимизации и обновлении учебных аудиторий по вопросам психического здоровья. Например, можно внедрить технологию виртуальной реальности (VR) для обучения студентов психологическому обучению и вмешательства через виртуальную реальность; могут быть введены технологии искусственного интеллекта, разработаны системы интеллектуального психологического анализа, повышены точность и эффективность психологических оценок.

*Квалифицированные педагоги («педагогическая сила»).* Во-первых, университеты должны иметь хорошую команду учителей. Преподаватели должны обладать не только глубокими знаниями в теории спорта и навыками преподавания, но и большим практическим опытом [8].

Во-вторых, университеты должны сосредоточиться на профессиональном развитии учителей. Преподаватели являются важными исполнителями университетских программ, на которые непосредственно влияет их профессиональный уровень и индивидуальное развитие. Таким образом, университеты должны создать прочный механизм профессионального развития учителей, обеспечивающий индивидуальное обучение и профессиональное планирование преподавателей. В то же время университеты должны поощрять участие преподавателей в разработке спортивных программ, повышать их инновационные возможности и развитие учебных планов.

В-третьих, университеты должны создать здоровые механизмы оценки учителей, которые должны основываться на принципах справедливости и всесторонности, используя методы, которые сочетаются в различных подходах оценки, чтобы обеспечить надежность и эффективность результатов оценки.

В-четвертых, университеты должны сосредоточиться на стимулах учителей. Признание и поощрение хороших учителей может вдохновить их на энтузиазм и активность в работе. В то же время университеты должны создать соответствующие механизмы поддержки для учителей, которые плохо обучают и помогают им улучшить методы обучения и качество преподавания.

Развертывание университетских спортивных курсов требует рациональных *учебных планов*. Университеты должны проводить разнообразные спортивные курсы. Помимо традиционных спортивных курсов, университеты могут открыть несколько популярных новых спортивных курсов, таких как йога, танцы, бейсбол, гольф и т. д. [9]. В то же время университеты должны устанавливать различные уровни ФК, основанные на физическом состоянии студентов и уровне их квалификации, чтобы лучше удовлетворять потребности студентов на разных уровнях. Например, можно организовать базовые уроки ФК, высшие

классы ФК и специальные уроки ФК, с тем чтобы студенты могли выбирать курсы, которые подходят им по их собственному положению.

Университеты должны сосредоточиться на:

- системных и научных дисциплинах спортивных курсов;
- новаторстве и временности спортивных курсов;
- оценке и обратной связи спортивных курсов.

Гарантия разработки университетских курсов по охране психического здоровья должна основываться на многих аспектах, важной частью которых является учебная программа.

Необходимо обеспечить эффективность и актуальность курсов по охране психического здоровья. Принимая во внимание психологические трудности, с которыми можно столкнуться на разных этапах университетской жизни, они должны быть отражены в учебной программе, и для студентов разных классов и специальностей должны быть организованы соответствующие курсы по охране психического здоровья [10]. Например, для решения проблем адаптации, с которыми могут столкнуться первокурсники, могут быть предложены такие курсы, как «Психологическая адаптация студентов колледжа»; для решения проблем занятости и эмоциональных проблем, с которыми могут столкнуться студенты старших курсов, могут быть предложены такие курсы, как «Управление стрессом и эмоциональная регуляция».

*Управление преподаванием.* Реализация университетских учебных планов в области спорта должна быть сосредоточена на следующих аспектах:

– рациональное определение содержания и сложности учебного курса: университетский курс спорта должен быть надлежащим образом спроектирован в соответствии с возрастом, физическими качествами и уровнем моторики студентов [12];

– культура безопасности: университетский курс спорта должен уделять особое внимание воспитанию осведомленности о безопасности, а студенты должны знать и следовать соответствующим правилам, и уделять внимание физической деятельности, и минимизировать непреднамеренные травмы, вызванные нарушениями правил или небрежностью;

– обучение учителей и консультантов по вопросам безопасности, чтобы они могли понять, как реагировать на различные возможные спортивные травмы, а также как проводить занятия по вопросам безопасности, повышать их осведомленность и способность реагировать на них;

– предоставляется надлежащее оборудование первой помощи и персонал скорой помощи, чтобы в случае непредвиденных травм можно было своевременно обращаться и минимизировать степень повреждений.

– активизировать общение между родителями и студентами, чтобы они могли узнать о содержании и мерах безопасности спортивных курсов, а также поощрять учащихся делиться с родителями своим опытом и уроками спортивных мероприятий и совместно содействовать здоровому развитию учащихся.

**Выводы.** Создание, организация и осуществление объективных условий позволит более эффективно реализовать технологию формирования культуры здорового образа жизни китайских студентов.

#### **Список использованных источников**

1. 张铭钟. 论素质教育过程中大学生健全人格的培养[D]. 西安科技大学, 2005.
2. Чжан Минчжун О воспитании здоровой личности студентов колледжей в процессе качественного образования [D]. Сианьский университет науки и техники, 2005 год.
3. 叶澜. 课堂教学过程再认识: 重点在论外[J]. 课程·教材·教法, 2013, (5): 3–13.
13. Е Лан Переосмысление процесса обучения в классе: основное внимание уделяется не обсуждению [J]. Учебная программа·Учебные материалы·Шариат, 2013, (5): 3-13.
3. 陈立新. 论体育政策和心理健康政策协同的复杂性. 体育与科学, 2012, 33(6): 97–99, 117. Чэнь Лисинь О сложности взаимодействия между политикой в области спорта и

политикой в области психического здоровья. Физическое воспитание и наука, 2012, 33(6):97–99, 117.d

4. 季浏, 汪晓赞, 汤利军.我国新一轮基础教育体育课程改革 10 年回顾[J]. 上海体育学院学报, 2011,35(2): 77-81. Цзи Лю, Ван Сяоцзань, Тан Лицзюнь Обзор нового этапа реформы базового образования и учебных программ по физическому воспитанию в нашей стране за 10 лет [J]. Журнал Шанхайского института физического воспитания, 2011, 35(2): 77–81.

5. 河南省普通高等学校心理健康教育工作基本建设标准（试行）(2022–2025), 河南省教育厅, 2022 Основные стандарты организации обучения по вопросам психического здоровья в обычных высших учебных заведениях провинции Хэнань (пробное внедрение) (2022-2025 годы), Департамент образования провинции Хэнань, 2022 год.

6. 宋杰,任保国. 对当前大学体育设施配置若干问题的思考[J]. 体育与科学, 2007(05):52. Сун Цзе, Рен Баого Размышления по нескольким вопросам текущей конфигурации университетских спортивных сооружений [J]. Спорт и наука, 2007(05):52.

7. 付建中.普通心理学[M].北京:清华大学出版社,2012:275 Фу Цзяньчжун Общая психология [M.].Пекин: Издательство университета Цинхуа, 2012: 275.

8. 王海霞, 唐智松.教师核心素养教育胜任力研究[J], 课程-教材-教法, 2020, (2): 132. Ван Хайся, Тан Чжисун. Исследование образовательной компетентности учителей в области базовой грамотности [J], Учебная программа-учебник-Sharee' ah, 2020, стр. 132.

9. 李伟鹏.多元化体育课在体育学院普修课中的实验研究[D].广州体育学院,2018. Ли Вэйпэн Экспериментальное исследование по разнообразным курсам физического воспитания на общих курсах колледжей физического воспитания [D]. Гуанчжоуский институт физического воспитания, 2018 год.

10. 钟毅平, 叶茂林.认知心理学高级教程[M].合肥: 安徽人民出版社, 2010: 4. Чжун Ипин, Е Маолин Углубленный курс когнитивной психологии [M]. Хэфэй: Народное издательство Аньхой, 2010: 4.

11. 季浏.对中国健康体育课程模式理论和实践问题的再研究[J].北京体育大学学报, 2019, 42 (6) : 12. Цзи Лю Повторное изучение теории и практики китайской модели учебной программы по оздоровительной физической культуре [J]. Журнал Пекинского университета физического воспитания, 2019, 42 (6) : 12.

## **СУБЪЕКТИВНЫЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ**

**Лю Я, аспирант,**

**Л.А. Глебова, преподаватель, [lusiamozyr@bk.ru](mailto:lusiamozyr@bk.ru)**

**В.А. Горовой, канд. пед. наук., доцент, [slava.gorovoi1980@mail.ru](mailto:slava.gorovoi1980@mail.ru)**

**УО «Мозырский государственный педагогический университет имени И.П. Шамякина»,  
г. Мозырь, Беларусь**

**Введение.** Преподавание культуры здорового образа жизни включает в себя всестороннее развитие личности, т. е. органическое единство интеллектуального, физического, морального и эстетического качества студентов, направленное на формирование творческой деятельности, сознания и самосознания, развитие творческих способностей. Культура здорового образа жизни формирует процесс, при котором студенты интегрируют образовательные ресурсы в практику и передают опыт, приобретённый в системе отношений между субъектами [1]. Этот процесс сосредоточен на личностном развитии студентов, которые являются основной частью образования, а образовательная педагогическая деятельность вращается вокруг их развития.