

## **Теоретические основы модели «Единый фронт» младших школьников Китая: интеграция семейного и школьного спортивного воспитания**

Лаврухина Галина Михайловна, кандидат педагогических наук, доцент

Пань Цзинь

*Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

### **Аннотация**

**Цель исследования** – разработка и экспериментальная проверка модели «Единый фронт», учитывающей национальные особенности образования Китая.

**Методы исследования:** анализ научно-методических источников, антропометрия, тестирование физических кондиций, педагогический эксперимент.

**Результаты исследования и выводы.** Применение модели «Единый фронт» обеспечило повышение подвижности опорно-двигательного аппарата на 33-67%, увеличение жизненной емкости легких до 51,7%, улучшение физических качеств. Модель способна создавать синергетический эффект от взаимодействия семьи и школы.

**Ключевые слова:** физическое воспитание школьников, семейно-школьное партнерство, модель «Единый фронт», двигательная активность

## **Theoretical foundations of the "United front" model for primary school students in China: integration of family and school sports education**

Lavrukhina Galina Mikhailovna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Pan Jin

*Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg*

### **Abstract**

**The purpose of the study** is the development and experimental verification of the "United front" model, taking into account the national characteristics of education in China.

**Research methods:** analysis of scientific and methodological sources, anthropometry, physical condition testing, pedagogical experiment.

**Research results and conclusions.** The application of the "United front" model ensured an increase in the mobility of the musculoskeletal system by 33-67%, an increase in lung vital capacity up to 51.7%, and an improvement in physical qualities. The model is capable of creating a synergistic effect from the interaction between family and school.

**Keywords:** physical education of schoolchildren, family-school partnership, "United front" model, motor activity

**Введение.** В условиях реализации концепции «Здоровый Китай – 2030» [1] и новых образовательных стандартов 2022 года [2] система физического воспитания в китайских начальных школах сталкивается с существенным противоречием между традиционной школоцентричной моделью и требованиями к всестороннему развитию личности младших школьников. Как показывают исследования, лишь 30% учащихся занимаются спортом более одного часа в день, а среднесуточная физическая активность снизилась на 25–30% от возрастной нормы (рис. 1) [3].



Рисунок 1 – Участие младших школьников в системе внеучебной физической культуры, % (составлено автором по [4])

Анализ научной литературы и практики выявляет, что ключевой причиной низкой эффективности школьного физического воспитания является разобщенность практик школы и семьи. Традиционные модели физического воспитания возлагают ответственность исключительно на школу, игнорируя важную роль семьи в физическом воспитании детей. Зарубежные исследования (Edwardson С. L., Gorely Т., 2010) подробно изучали родительское влияние на физическую активность подростков, фокусируясь на взаимосвязи семейных ценностей и привычек к спорту. Исследования показывают, что семейная спортивная среда и степень вовлеченности родителей в физическую культуру оказывают решающее влияние на формирование спортивных привычек у детей [5]. Требования современного образования по укреплению здоровья побуждают искать инновационные формы координации ресурсов семьи и школы. При этом модель сотрудничества между школой и семьей также способствует вовлечению части родителей в занятия физической культурой и формированию у них спортивного образа жизни.

В последние годы Китай принял ряд политик в сфере физического воспитания, подчеркивающих совместную ответственность семьи и школы. В документе Госсовета Китая «О формировании механизма всестороннего воспитания личности через сотрудничество школы, семьи и общества», опубликованном в 2022 году, четко сформулирована цель — «создать механизм всестороннего воспитания личности через сотрудничество школы, семьи и общества» [6]. Данная политика обеспечивает институциональную поддержку для реализации модели «Единый фронт».

**Методика и организация исследования.** Методология исследования базируется на системном анализе, структурно-функциональном подходе и аксиологической теории физического воспитания [7]. В рамках исследования анализировались нормативные документы Китая в сфере образования и здравоохранения, а также отечественные и зарубежные педагогические концепции (В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева). В педагогическом эксперименте приняли участие 1942 младших школьника в возрасте 7–12 лет, разделенных на экспериментальную (971 человек) и контрольную (971 человек) группы.

Для диагностики использовались: антропометрия (длина тела, масса тела, индекс Эрисмана); тест «пальцы-пол»; спортивные тесты (прыжок в длину с места, бег с ходьбой 15 мин); спирометрия; психологические методики.

Исследование базировалось на системном подходе, структурно-функциональном анализе и аксиологической теории физического воспитания. Авторская система мониторинга, входящая в методологический комплекс, включает три взаимосвязанных компонента: социальная активность (мотивация и вовлеченность), физическое воспитание и физическая подготовка, ориентированные на развитие социалистической системы, совершенствование физических качеств и оптимизацию двигательного режима (рис. 2).



Рисунок 2 – Авторская система мониторинга физической культуры и физического воспитания младших школьников китайских начальных школ с учётом национальных особенностей Китая [8]

На основе выбранной методологии и авторской системы мониторинга была разработана теоретическая модель «Единый фронт», которая направлена на устранение разобщенности школы и семьи в физическом воспитании и учитывает национальные особенности образования Китая. Разработана, интегрирующая три субъекта: школу как «мост», семью как базовую ячейку и сообщество как продолжение воспитательного пространства. Модель включает семь функциональных блоков: целевой (формирование ценностного отношения к пожизненной физической культуре), содержательный (интеграция традиционных китайских видов спорта — ушу — с национальными играми и современными фитнес-технологиями), деятельностный (трёхуровневая организация: урочная деятельность, внеурочные клубы, семейные спортивные мероприятия), организационный (координация через мобильные приложения), педагогический (подготовка учителей к работе в условиях межсубъектного взаимодействия), контрольно-оценочный (комплексная оценка с учётом домашних заданий по физкультуре) и функциональный (коррекция массы тела, профилактика нарушений зрения) (рис. 3).



Рисунок 3 – Комплексная модель «Единого фронта» сотрудничества школы и семьи в физическом воспитании младших школьников

При этом содержательный, организационный и контрольно-оценочный блоки являются ключевыми функциональными носителями модели.

#### 1. Содержательный блок

Данный блок направлен на формирование контента физического воспитания, интегрирующего традиционные китайские виды спорта и современные фитнес-технологии, адаптированные к возрасту младших школьников. В частности, упражнения ушу и тайчицзюнь были упрощены (сокращены сложные движения, добавлены игровые элементы) для удобства освоения детьми, а также сочетаны с динамическими тренировками — фитнес-маршрутами для семьи, онлайн-занятиями с учителями физической культуры и мастер-классами по традиционным китайским спортивным дисциплинам. Такой подход позволяет одновременно воспитывать у детей патриотическое чувство через изучение национальной культуры и формировать здоровые привычки.

#### 2. Организационный блок

Организационный блок обеспечивает координацию действий школы, семьи и сообщества через мобильное приложение и регулярные коммуникационные каналы. Учителя могут в режиме онлайн раздавать домашние задания по физкультуре, проверять их выполнение и оказывать консультации детям и родителям; родители могут загружать данные о выполнении заданий и общаться с учителями. Кроме того, школа ежемесячно организует семейные спортивные дни, а семьи проводят мероприятия на площадках сообщества (спортивные зоны в жилых комплексах, муниципальных стадионы).

#### 3. Контрольно-оценочный блок

Контрольно-оценочный блок основан на комплексной системе оценки, включающей три компонента с определёнными весовыми коэффициентами: успеваемость на уроках физической культуры (40%), выполнение домашних спортивных заданий (30%), участие в семейных и муниципальных спортивных мероприятиях (30%). Оценка осуществляется посредством учётных данных преподавателей (на основе информации о выполнении заданий) и их оценивания (по результатам

уроков и мероприятий). Результаты оценивания предоставляются родителям в виде личных отчётов с рекомендациями по оптимизации физической активности детей, а также используются школой для корректировки содержательного и организационного блоков модели (рис. 4).



Рисунок 4 — Разработанная модель-система «Единый фронт»

Экспериментальная программа реализовывалась в течение учебного года (134 часа). В отличие от традиционной программы (87% в учебное время и 13% во внеучебное), в экспериментальной программе соотношение составило 55% и 45%. Математико-статистическая обработка проводилась с использованием t-критерия Стьюдента и U-критерия Манна-Уитни при  $p < 0,05$ .

**Результаты исследования.** Анализ уровня подвижности элементов опорно-двигательного аппарата по тесту «пальцы-пол» выявил статистически значимые изменения в экспериментальной группе (табл. 1).

Таблица 1 – Средние значения показателя уровня подвижности элементов опорно-двигательного аппарата младших школьников китайских начальных школ по спортивному тесту «Пальцы-пол», ед. (количество раз) ( $n = 1942$ )

Возраст	До педагогического эксперимента				После педагогического эксперимента			
	ЭГ	КГ	Уровень Р	ε	ЭГ	КГ	Уровень Р	ε
7 лет	6	6	$P > 0,05$	0,07	9	6	$P < 0,01$	0,02
8 лет	6	6	$P > 0,05$	0,06	9	7	$P < 0,001$	0,02
9 лет	6	6	$P > 0,05$	0,08	10	6	$P < 0,001$	0,04
10 лет	6	6	$P > 0,05$	0,07	9	6	$P < 0,01$	0,03
11 лет	6	5	$P > 0,05$	0,06	9	6	$P < 0,01$	0,01
12 лет	6	5	$P > 0,05$	0,08	8	6	$P < 0,01$	0,05

Примечание: ЭГ — экспериментальная группа; КГ — контрольная группа

В экспериментальной группе наблюдался прирост: у 7-летних – на 50% (с 6 до 9), у 9-летних – на 67% (с 6 до 10), у 11-летних – на 80% (с 5 до 9). Различия между группами достоверны при  $p < 0,01$  (рис. 5).

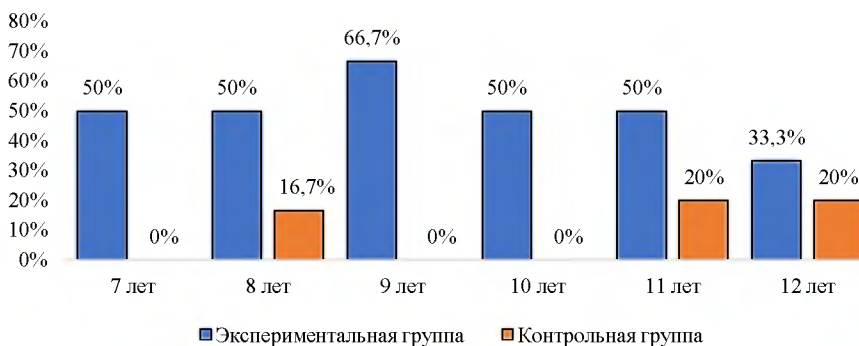


Рисунок 5 – Динамика суставной мобильности по тесту «пальцы-пол», %

У девочек экспериментальной группы длина тела увеличилась с 1,501 м до 1,546 м, индекс Эрисмана изменился с –13,05 до 22,30 ( $p < 0,01$ ). У мальчиков индекс Эрисмана увеличился с 1,9 до 24,8 ( $p < 0,01$ ).

Прыжок в длину с места увеличился у 7-летних на 13,5% (с 1,41 м до 1,60 м), у 12-летних – на 21,6% (с 1,67 м до 2,03 м) ( $p < 0,01$ ).

Анализ показателей функционального состояния внешнего дыхания обучающихся начальных классов китайских школ экспериментальной группы при проведении педагогического эксперимента, представлен в таблице 2.

Таблица 2 – Средние значения показателей функционального состояния внешнего дыхания обучающихся начальных классов китайских школ экспериментальной группы при проведении педагогического эксперимента ( $n = 971$ )

Показатель	Экспериментальная группа							
	Норматив	Пол	Фактические значения				P	ε
			До эксперимента		После эксперимента			
			Изменение от норматива, %	Значение	Изменение от норматива, %	Значение		
ФЖЕЛ, литров	2,9	Мальчики	31,8	2,2	20,8	2,4	$P < 0,01$	0,03
	2,2	Девочки	22,2	1,8	4,8	2,1	$P < 0,001$	0,01
ЖЕЛ, литров	4,4	Мальчики	91,3	2,3	51,7	2,9	$P < 0,01$	0,03
	3,2	Девочки	52,4	2,1	2,8	3,2	$P < 0,01$	0,01
ОФВ1, литров в секунду	2,5	Мальчики	66,7	1,5	38,9	1,8	$P < 0,001$	0,03
	2,0	Девочки	42,9	1,4	11,1	1,8	$P < 0,001$	0,01
ПОС, литров в секунду	7,5	Мальчики	97,4	3,8	44,2	5,2	$P < 0,001$	0,03
	6,2	Девочки	40,9	4,4	5,1	5,9	$P < 0,001$	0,01

Жизненная емкость легких у мальчиков увеличилась с 2,3 л до 2,9 л (на 51,7% относительно нормы), пиковая скорость выдоха повысилась с 3,8 л/с до 5,2 л/с (на 44,2%) (рис. 6).

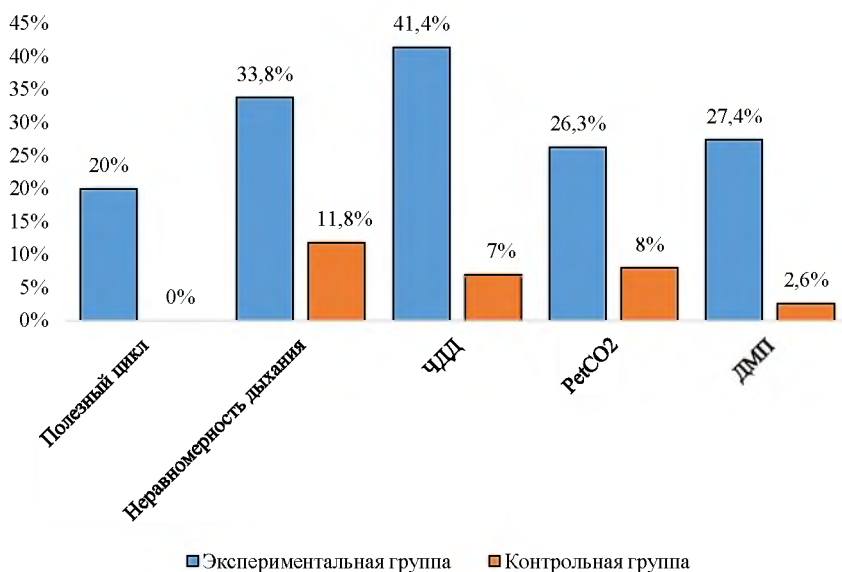


Рисунок 6 – Изменение показателей физической работоспособности в области газового гомеостаза мальчиков китайских начальных школ, %

На рисунке 7 представлена динамика показателей физической работоспособности в области газового гомеостаза у девочек экспериментальной группы. Жизненная ёмкость лёгких увеличилась с 2,1 л до 3,2 л (отклонение от нормы снизилось с 52,4% до 2,8%), форсированная жизненная ёмкость лёгких — с 1,8 л до 2,1 л, объём форсированного выдоха за первую секунду – с 1,4 л/с до 1,8 л/с, пиковая объёмная скорость выдоха – с 4,4 л/с до 5,9 л/с. Все изменения статистически достоверны ( $p < 0,001-0,01$ ), что свидетельствует о положительном влиянии модели «Единый фронт» на функциональное состояние дыхательной системы девочек младшего школьного возраста.

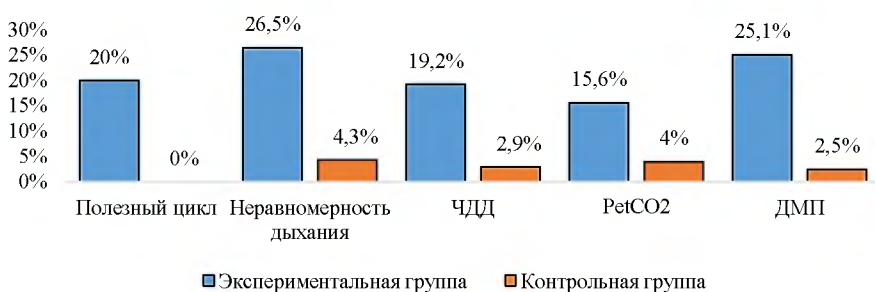


Рисунок 7 – Изменение показателей физической работоспособности в области газового гомеостаза девочек китайских начальных школ, %

Частота дыхания снизилась с 22,2 до 15,7 уд./мин у мальчиков ( $p < 0,001$ ). Выносливость нервно-мышечных процессов повысилась у мальчиков на 128,5%, у девочек – на 36,3%.

Результаты психологической устойчивости младших школьников китайских начальных школ за период педагогического эксперимента показаны на рисунке 8, изменение параметра скорости вработываемости – на рисунке 9.



Рисунок 8 – Изменение эффективности практического осуществления спортивных упражнений на занятиях физической культуры на основе психологической устойчивости младших школьников китайских начальных школ за период педагогического эксперимента, балл



Рисунок 9 – Изменение параметра скорости вработываемости младших школьников китайских начальных школ за период педагогического эксперимента, балл

**Заключение.** Лонгитюдное исследование (2020–2024) с участием 1942 учащихся подтвердило эффективность модели «Единый фронт» в физическом воспитании младших школьников Китая.

Разработанная модель отличается интеграцией традиционных китайских видов спорта с современными методиками, использованием цифровых технологий для координации деятельности, дифференцированным подходом с привлечением родителей, системой комплексной оценки.

Экспериментальная проверка подтвердила: повышение подвижности опорно-двигательного аппарата на 33-67%, увеличение жизненной емкости легких на 51,7% у мальчиков, улучшение физических качеств (прыжок в длину – на 13,5-21,6%), нормализацию газового гомеостаза.

Модель «Единого фронта» способна создавать синергетический эффект от взаимодействия семьи и школы, превышающий сумму эффектов от их отдельного функционирования. Практическая значимость состоит в возможности применения для повышения двигательной активности, профилактики ожирения и формирования привычки к регулярным занятиям физической культурой в соответствии с концепцией «Здоровый Китай-2030».

**Список источников**

1. Центральный комитет КПК, Государственный совет КНР. План-график «Здоровый Китай – 2030». 2016. URL: [http://www.gov.cn/xinwen/2016-10/25/content\\_5124174.htm](http://www.gov.cn/xinwen/2016-10/25/content_5124174.htm) (дата обращения: 28.01.2026).
2. Министерство образования КНР. Программа обязательного образования Китая (2022 г.). Пекин : Издательство Пекинского нормального университета, 2022. 227 с.
3. Lavrukina G. M., Pan J. Existing problems of physical education of primary school children in China // *Joint innovation - joint development*. Qingdao, 2023. P. 59–61.
4. The Importance of Physical Education for Children, Students and Youth. URL: <https://www.techprevue.com/importance-of-physical-education/> (дата обращения: 12.12.2023).
5. Edwardson C. L., Gorely T. Parental influences on different types and intensities of physical activity in youth: A systematic review. DOI 10.1016/J.PSYCHSPORT.2010.05.001 // *Psychology of Sport and Exercise*. 2010. V. 11 (6). P. 522–535.
6. Министерство образования КНР. О совершенствовании механизма совместного воспитания. 2023. URL: [https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2023-01/19/content\\_5737973.htm](https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2023-01/19/content_5737973.htm) (дата обращения: 28.01.2026).
7. Бальсевич В. К., Лубышева Л. И. Физическая культура: молодёжь и современность // *Теория и практика физической культуры*. 1995. № 4. С. 2–7.
8. Анализ практического опыта работы учителей начальных классов по организации режима двигательной активности младших школьников в Китае / Пань Ц., Петров А. Б., Лаврухина Г. М., Цзоу Б. // *Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта*. 2024. № 4 (230). С. 62–66. EDN: KZWSRI.

**References**

1. Central Committee of the Communist Party of China, the State Council of the People's Republic of China (2016), “Healthy China 2030 Planning Outline”, URL: [http://www.gov.cn/xinwen/2016-10/25/content\\_5124174.htm](http://www.gov.cn/xinwen/2016-10/25/content_5124174.htm) (Accessed: 28 January 2026).
2. Ministry of Education of the People's Republic of China (2022), “Compulsory Education Curriculum Plan of China”, Beijing, Beijing Normal University Press, 227 p.
3. Lavrukina G. M., Pan J. (2023), “Existing problems of physical education for primary school children in China”, *Joint Innovation - Joint Development*, Qingdao, pp. 59–61.
4. “The Importance of Physical Education for Children, Students and Youth”, URL: <https://www.techprevue.com/importance-of-physical-education/> (Accessed: 12 December 2023).
5. Edwardson C. L., Gorely T. (2010), “Parental influences on different types and intensities of physical activity in youth: A systematic review”, *Psychology of Sport and Exercise*, V. 11 (6), pp. 522–535, <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.05.001>.
6. Ministry of Education of the People's Republic of China (2023), “Opinions on Improving the Mechanism of School-Family-Society Collaborative Education”, URL: [https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2023-01/19/content\\_5737973.htm](https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2023-01/19/content_5737973.htm) (Accessed: 28 January 2026).
7. Balsevich V. K., Lubysheva L. I. (1995), “Physical culture: Youth and modernity”, *Theory and Practice of Physical Culture*, No 4, pp. 2–7.
8. Pan J., Petrov A. B., Lavrukina G. M., Zou B. (2024), “Analysis of primary school teachers' practical experience in organizing motor activity regimes for primary school students in China”, *Scientific Notes of P. F. Lesgaft University*, No 4 (230), pp. 62–66.

**Информация об авторах:**

**Лаврухина Г. М.**, доцент кафедры теории и методики массовой физкультурно-оздоровительной работы, ORCID: 0000-0001-7186-5472, SPIN-код: 2238-6416.

**Пань Ц.**, аспирант кафедры теории и методики массовой физкультурно-оздоровительной работы, ORCID: 0009-0007-9796-8980.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

*Поступила в редакцию 27.01.2026.*

*Принята к публикации 26.02.2026.*