

## ПРОБЛЕМА СНИЖЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В МИРЕ И ПОИСК ПУТЕЙ ЕЕ РЕШЕНИЯ

Мустафа Хайдер Хуссейн АЛ-ХАСАНИ

ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет»  
308015, Российская Федерация, г. Белгород, ул. Победы, 85  
E-mail: Sobyenin@bsu.edu.ru

*Аннотация.* Рассмотрена тенденция снижения физической активности разных категорий населения как мировая проблема. Главное внимание уделено снижению физической активности обучающихся в общеобразовательных школах. Основные материалы для исследования были собраны в результате изучения 280 печатных и электронных источников в 2015–2018 гг. в Университете г. Багдад (Ирак) и Белгородском государственном национальном исследовательском университете (Российская Федерация, г. Белгород). Представлены данные о снижении физической активности в нескольких экономически развитых странах, что доказывает необходимость изучения и решения проблемы, независимо от уровня жизни населения. Показано, что представленные данные международных научных исследований вступают в противоречие с разработкой и реализацией стратегических документов, программных разработок, касающихся развития физической культуры и спорта в отдельных странах. Обсуждены некоторые примеры из международного опыта повышения физической активности населения, особенно учащейся молодежи. Отмечено, что они могут быть эффективными в условиях одних стран и неэффективными в других странах. Выявлены основные причины, определяющие постепенное снижение уровня физической активности населения и учащихся в общеобразовательных школах. В ответ на установленные причины снижения физической активности населения и обучающихся предложен комплекс путей и способов противодействия понижению физической активности. Представленные данные имеют новизну и могут быть применимы в развитии теории физической активности населения в разных странах и практически могут применяться при разработке стратегических, программно-нормативных документов в области физической культуры и спорта.

*Ключевые слова:* население; школьники; снижение; физическая активность; проблема

### АКТУАЛЬНОСТЬ

В современном мире активно развивается научно-техническая сфера, появляются новые технологии. Двигательная активность человека все меньше востребована, особенно в условиях городской жизни, которая становится все более комфортной. Однако снижение двигательной активности таит в себе большую опасность для человеческого рода, его выживания в новых условиях и прогрессивного всестороннего развития. Изобретая и внедряя новые технологии, человек сам становится их рабом.

Новые технологии, особенно в сфере коммуникации, получении и передаче информации очень привлекательны для детей и учащейся молодежи. Эти технологии внедряются в жизнедеятельность нового поколения в разных странах, заполняют жизненное пространство молодежи, но при этом вытесняют время, необходимое для сохранения человека как биосоциального существа, его исходной природной сущности. Снижение двигатель-

ной активности детей и молодежи всего мира становится по признанию ЮНЕСКО и других крупных международных общественных организаций всемирной опасностью для сохранения человечества на планете [1]. Поэтому необходимо прикладывать колоссальные усилия для того, чтобы найти эффективные пути решения данной проблемы.

Цель данного исследования – выявление особенностей состояния проблемы снижения двигательной активности детей школьного возраста на примере разных стран мира и попытка определения путей ее решения в ближайшем будущем.

### МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Основным методом исследования было изучение, анализ данных специальной литературы, источников разных стран. Всего изучены более 280 источников. Исследование проводилось на базе Университета в Багдаде и на факультете физической культуры

ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет» с 2015 по 2018 г.

### ПОЛУЧЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ АНАЛИЗ

В истории физического воспитания спады и подъемы в разных странах были уже не раз [2]. В нынешней ситуации, когда пытаются внедрять новые методики и технологии для повышения физической активности, они не всегда оказываются эффективными и вызывают неоднозначное отношение к ним педагогов в сфере физической культуры [3].

Вместе с тем результаты ряда новейших исследований показывают, что проблема снижения двигательной активности населения, в том числе детей школьного возраста становится весьма актуальной на примере даже высокоразвитых стран.

Так, например, в США по сравнению с 1965 г. уровень физической активности разных групп населения снизился более чем на 32 %, а к 2030 г. снижение прогнозируется до 46,3 % (табл. 1). Самый большой процент снижения двигательной активности ожидается в 2030 г. в Китае, а самый низкий ожидаемый показатель – в Индии. В России уровень снижения показателя двигательной активности относительно невысокий, но к 2030 г. ожидается снижение на 32 % [1].

Если выявлены такие тенденции в экономически развитых и в активно развивающихся странах, то можно только предполагать, какое снижение двигательной активности наблюдается в слабо развитых странах и странах, где в настоящее время идут военные действия (Сирия, Ирак).

В школах Ирака, например, в то время, когда организуются и проводятся уроки физической культуры, двигательный дефицит обучающихся снижается до 30 %, а когда уроков нет – доходит до 70 %. Сами уроки физической культуры тоже не обеспечивают уровень физической активности на все 100 %. Вполне вероятно, что в содержании уроков физической культуры в школах Ирака недостаточно высокая моторная плотность [4].

Большинство стран из числа обследованных уже через 12 лет ожидает снижение двигательной активности населения на 30–50 % по отношению к показателям, получен-

ным в исходный год обследования. Это явно противоречит амбициозным планам некоторых стран по росту числа систематически занимающихся физическими упражнениями людей<sup>1</sup>.

Как же разрешить сложившееся противоречие между стратегическими планами развития физической культуры и фактическими данными снижения физической активности населения в разных странах?

Уже сейчас проводятся научные исследования по проблемам повышения двигательной активности населения [5–9], объединенные международные акции по оценке двигательной активности населения и предпринимаются попытки фактического увеличения двигательной активности, прежде всего, среди учащейся молодежи разных стран.

Например, в 2014 г. опубликованы результаты обследования уровня активности населения и отдельно среди учащихся школ в 70 странах мира по инициативе американской фирмы «Найк» [1]. В ходе исследования предлагалось реализовать так называемую «модель развития человеческого капитала», включающую физическую, индивидуальную, социальную, эмоциональную, интеллектуальную и финансовую составляющие [1]. Специалисты при выполнении данного международного проекта максимально пытались показать его важность не только в социальном аспекте. Они стремились представить негативные тенденции и новые подходы к развитию физической культуры, повышению физической активности как уже сложившуюся глобальную проблему, требующую срочного решения на самом высоком межправительственном и межгосударственном уровне. В завершении данного проекта приведены примеры положительного мирового опыта, который можно брать на вооружение.

<sup>1</sup> Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 07.08.2009 № 1101-р. Доступ из СПС КонсультантПлюс.

Стратегический план Министерства культуры и спорта Республики Казахстан на 2017–2021 годы (с учетом внесенных изменений и дополнений приказами от 17.03.2017 № 78; 12.12.2017 № 332; 29.12.2017 № 360). Утвержден приказом Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 29.12.2016 № 349. URL: [http://www.mks.gov.kz/rus/deyatelnost/strategicheskii\\_plan/](http://www.mks.gov.kz/rus/deyatelnost/strategicheskii_plan/) (дата обращения: 15.03.2018).

Таблица 1

## Снижение уровня физической активности населения в некоторых странах

Страна	Год первого обследования	Показатель в % снижения уровня физической активности (и год повторного обследования)	Прогноз снижения уровня физической активности в % (к 2030 г.)
США	1965	32,2 (на 2009)	46,3
Россия	1995	18,0 (на 2011)	32,0
Великобритания	1961	20,2 (на 2005)	35,1
Бразилия	2002	5,6 (на 2007)	34,1
Китай	1991	44,9 (на 2009)	51,1
Индия	2000	2,2 (на 2005)	13,6

Так, например, одна из принципиально новых идей в зарубежной теории и практике повышения физической активности – это формирование раннего позитивного опыта двигательной активности у детей. Вторая идея – интегрирование двигательной активности в повседневную жизнедеятельность. Обязательным условием для эффективных занятий физической культурой приняты занимательность содержания физкультурно-оздоровительных мероприятий, мотивационная составляющая [1].

Растет популярность мероприятий для повышения двигательной активности с помощью совершенствования городской инфраструктуры. Так, в Индии на благотворительные сборы построили парк с различными площадками для игры и активных развлечений, в Бразилии совершенно бесплатно под открытым небом установлены тренажеры на пляжах, а также в парках, скверах и даже на автобусных остановках. В городском проектировании проводят озеленение территорий, строят парки, делают велодорожки (Бразилия, Нидерланды, Дания и др.). В Японии построен детский сад «Фудзи», где на основе принципов Монтессори организовано образовательное пространство, в котором главным направлением деятельности является свобода движений [1]. Кроме того, делаются попытки разработки научно-методических рекомендаций, универсальных для всех стран мира [6].

Изучение международного положительного опыта повышения двигательной активности учащихся показывает, что в настоящее время следует фундаментально подойти к анализу современных тенденций в динамике двигательной активности населения и особенно детей школьного возраста.

Прежде всего, необходимо определить важнейшие причины снижения двигательной

активности школьников. Анализ исследований, проведенных в разных странах за последние годы, показывает, что среди причин чаще всего называют следующие:

- массовое внедрение новейших технических средств, в том числе средств коммуникации в повседневную жизнь;
- значительно возрастающая учебная и другая занятость школьников;
- недостаток уроков физической культуры в некоторых странах (например, в Мозамбике уроки физической культуры до 5 класса необязательные);
- низкая моторная плотность уроков физической культуры в школах и недостаточный уровень физической нагрузки (например, в школах Македонии уроки носят выраженный рекреационный характер);
- недостаточная материально-техническая база для физкультурно-оздоровительной работы, нехватка специального инвентаря, оборудования;
- снижение мотивации у учащихся к занятиям физической культурой по причине возрастных изменений, традиционности содержания занятий, иногда из-за невысокой квалификации учителей и по другим причинам;
- ограничение естественных способов передвижения и действий учащихся (ходьба, бег, прыжки, метания, игры) из-за частого использования разных видов транспорта (метро, автобусы, автомобили, трамваи и др.), особенно в городской местности;
- ограничение или полное отсутствие контактов с естественной природой [1].

Анализ некоторых международных проектов и положительного опыта выводит нас на ряд возможных путей решения проблемы повышения двигательной активности учащихся.

Таблица 2

Перечень возможных путей и способов противодействия снижению  
двигательной активности школьников

№ п/п	Важнейшие причины снижения двигательной активности школьников	Пути и способы противодействия
1	Внедрение технических новаций в жизнь	Разработка методик, связывающих применение технических средств с занятиями физической культурой
2	Большая учебная и иная занятость школьников	Регуляция режима дня школьников
3	Недостаток уроков физической культуры в школе	Введение 3-х обязательных уроков физической культуры в неделю
4	Низкая моторная плотность уроков и низкая физическая нагрузка	Повышение моторной плотности уроков до 70 % и уровня физической нагрузки до частоты сердечных сокращений (ЧСС) 170 уд./мин
5	Недостаток материально-технического оснащения занятий физической культурой в школе	Поиск новых механизмов финансирования школ
6	Снижение мотивации у школьников к урокам физической культуры	Внедрение новых средств, методов, форм, технологий в содержание занятий, повышение квалификации учителей с учетом современных требований
7	Ограничение естественных способов передвижения школьников	Ежедневно ввести в моторный режим дня ходьбу, бег, игры, катание на велосипеде и другие средства
8	Снижение, ограничение, полное отсутствие контактов с природой	Увеличение контактов с природной средой с помощью прогулок, турпоходов, рекреативных занятий

Разумеется, что поиск путей решения рассматриваемой проблемы обусловлен различными историческими, климато-географическими, идеологическими, культурологическими, научно-методическими и прочими факторами, имеющими свои национальные особенности и традиции в каждой отдельно взятой стране. Вместе с тем при решении данной проблемы имеются общие, типичные моменты, одинаково актуальные для всех или подавляющего большинства стран.

Пути решения проблемы следует искать с учетом особенностей разных категорий и слоев населения каждой страны, потому что вполне применимые и эффективные средства, методы, формы физкультурно-спортивной работы с одной категорией населения могут быть совершенно бесполезными при работе с другими группами населения.

Разумеется, что при разработке путей и способов решения данной проблемы в первую очередь необходимо уделять внимание детям и учащейся молодежи, ведь именно подрастающее поколение определяет будущее своей страны, своего народа.

Поскольку в настоящее время у разных категорий населения восприятие систематически подвержено активному воздействию средств массовой информации, рекламных компаний, рабочих мониторов, телефонов и других средств коммуникации, то необходимо предусматривать какие-либо нововведе-

ния в занятия физической культурой, обладающие особой привлекательностью, эмоциональностью, интересным содержанием, чтобы они могли конкурировать с уже имеющейся жизненной и образовательной практикой.

Необходимо вести поиск, разрабатывать и внедрять новые способы пропаганды систематических занятий физической культурой среди учащейся молодежи. Нужно аргументированно доказывать важное значение физической культуры, повышения двигательной активности населения, учащейся молодежи государственным структурам в каждой стране.

Находить, применять новые альтернативные источники финансирования физической культуры для занятий с обучающимися в общеобразовательных учреждениях. Использовать лучший отечественный и зарубежный опыт развития физической культуры, повышения двигательной активности среди учащейся молодежи.

Вместе с тем необходимо предпринять конкретные меры против тех причин, которые в первую очередь определяют остроту исследуемой проблемы. В связи с этим можно рекомендовать следующие пути и способы противодействия важнейшим причинам, снижающим двигательную активность школьников во всем мире (табл. 2).

Приведенные пути и способы противодействия причинам снижения двигательной активности школьников во всем мире уже отчасти начинают внедряться, но это происходит эпизодически или становится позитивной традицией только в некоторых странах. Необходимо не только продолжить их внедрение, но и предусматривать постепенную замену, модуляцию с учетом меняющихся причин снижения двигательной активности детей школьного возраста.

### ВЫВОДЫ

1. Мировой опыт показывает, что фактически во всех странах мира наблюдается тенденция значительного снижения двигательной активности у всего населения, в особенности у детей школьного возраста.

2. Выявлены ведущие причины, определяющие обострение проблемы снижения двигательной активности у обучающихся во многих странах мира, которые главным образом касаются внедрения новейших технологий, организации уроков физической культуры в школе и ведения здорового подвижного образа жизнедеятельности.

3. Определены пути и способы противодействия ведущим причинам снижения двигательной активности школьников, которые следует учитывать в физкультурно-оздоровительной работе, в режиме учебного и обычного дня школьника.

4. Разработка и реализация мер по повышению физической активности школьников должна опираться на имеющиеся национальные особенности, традиции и новации в сфере организации физической культуры, сфере образования, сфере управления социальной политикой страны.

4. Следует учитывать, что в мировой практике причины снижения двигательной активности школьников могут видоизменяться, и потому ответные меры тоже следует вовремя корректировать.

### Список литературы

1. Рождены для движения. Всемирный призыв к действиям по повышению физической актив-

ности населения / общ. ред. издания на русском языке П.В. Беспрозванная, Е.Н. Корф, С.О. Соколов. URL: <http://e13c7a4144957cea5013-f2f5ab26d5e83af3ea377013dd602911.r77.cf5.rackcdn.com/resources/pdf/ru/full-report.pdf> (дата обращения: 15.03.2018).

2. History of Physical Education in Europe. Vol. 2. / ed. by P.D. Pavlovic, N. Zivanovic, B. Antala, K.M. Pantelic Babic. Leposavic, 2015. 197 p.
3. *Собянин Ф.И., Пахомова Л.Э., Петренко О.В., Николаева Е.С.* Особенности отношения учителей и преподавателей к современным тенденциям в физкультурном образовании // Теория и практика физической культуры. 2017. № 6. С. 9-11.
4. *Фадель Саад Аббас.* Особенности здоровьесбережения в образовательном пространстве Республики Ирак // Фундаментальные исследования. 2015. № 2 (Ч. 20). С. 4522-4527.
5. *Ал-Хасани Мустафа Хайдер Хуссейн, Ал-Джубури Салих Салим Салих, Собянин Ф.И.* Проблемы совершенствования содержания физической подготовки учащихся среднего и старшего школьного возраста в школах Республики Ирак // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. Тамбов, 2016. Т. 21. Вып. 3-4 (155-156). С. 74-78. DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-3/4(155/156)-74-78.
6. *Козина Ж.Л., Ермаков С.С., Собянин Ф.И., Кадуцкая Л.А., Кржеминский М., Собко И.Н., Ренко Е.А.* Сравнительная характеристика взаимосвязи между пульсовыми и субъективными показателями реакции на физическую нагрузку у студенток и школьниц // Физическое воспитание студентов. 2016. № 4. С. 24-34.
7. *Ignjatović A., Marković Ž., Stanković S., Janković B.* Anti-doping through the pedagogical approach // Physical Education and Sport Through the Centuries. Niš, 2017. Vol. 4. Issue 1. P. 24-37.
8. *Ivashchenko S., Trachuk S.* Generalization of recommendations on children physical activity // Physical Education and Sport Through the Centuries. Niš, 2017. Vol. 4. Issue 1. P. 38-44.
9. *Kacperkiewicz D.* Physical activity in leisure time budget high school youth // Turystyka i Rekreacja. Przegląd Naukowy 10. Radom: Priwatna Wyższa Szkoła Ochrony Środowiska w Radomiu, 2013. S. 124-138.

Поступила в редакцию 22.05.2018 г.

Отрецензирована 20.06.2018 г.

Принята в печать 10.08.2018 г.

**Информация об авторе**

Ал-Хасани Мустафа Хайдер Хуссейн, аспирант, кафедра теории и методики физической культуры. Белгородский государственный национальный исследовательский университет, г. Белгород, Российская Федерация. E-mail: Sobyenin@bsu.edu.ru

**Для цитирования**

Ал-Хасани Мустафа Хайдер Хуссейн. Проблема снижения физической активности детей школьного возраста в мире и поиск путей ее решения // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. Тамбов, 2018. Т. 23, № 175. С. 88-94. DOI: 10.20310/1810-0201-2018-23-175-88-94.

DOI: 10.20310/1810-0201-2018-23-175-88-94

## THE PROBLEM OF PHYSICAL ACTIVITY DECLINE AMONG SCHOOLCHILDREN WORLDWIDE AND THE SEARCH OF WAYS FOR ITS SOLUTION

**Mustafa Hayder Husseyn AL-HASANI**

Belgorod National Research University  
85 Pobedy St., Belgorod 308015, Russian Federation  
E-mail: Sobyenin@bsu.edu.ru

*Abstract.* The tendency of physical activity decrease of different categories of the population as a world problem is considered. The main attention is paid to the reduction of physical activity of students in secondary schools. The main materials for the study were collected as a result of the study of 280 printed and electronic sources in 2015–2018 at the University of Baghdad (Iraq) and the Belgorod National Research University (Russian Federation, Belgorod). The data on the reduction of physical activity in several economically developed countries, which proves the need to study and solve the problem, regardless of the standard of living of the population. It is shown that the presented data of the international scientific researches come into conflict with development and implementation of the strategic documents, program developments concerning development of physical culture and sports in separate countries. Some examples from the international experience of increasing physical activity of the population, especially of young students, are discussed. It is noted that they can be effective in some countries and ineffective in other countries. The main reasons that determine the gradual decrease in the level of physical activity of the population and students in secondary schools. In response to the established reasons of decrease in physical activity of the population and students the complex of ways and ways of counteraction to decrease in physical activity are offered. The presented data are new and can be applied in the development of the theory of physical activity of the population in different countries and can be practically used in the development of strategic, program and regulatory documents in the field of physical culture and sports.

*Keywords:* population; schoolchildren; decline; physical activity; problem

**References**

1. Besprozvannaya P.V., Korf E.N., Sokolov S.O. (eds. of the Russian issue). *Rozhdeny dlya dvizheniya. Vsemirnyy prizyv k deystviyam po povysheniyu fizicheskoy aktivnosti naseleniya* [Designed to Move. A Physical Activity Action Agenda]. (In Russian). Available at: <http://e13c7a4144957cea5013-f2f5ab26d5e83af3ea377013dd602911.r77.cf5.rackcdn.com/resources/pdf/ru/full-report.pdf> (accessed 15.03.2018).
2. Pavlovic P.D., Zivanovic N., Antala B., Pantelic Babic K.M. *History of Physical Education in Europe. Vol. 2.* Leposav-ic, 2015, 197 p.
3. Sobyenin F.I., Pakhomova L.E., Petrenko O.V., Nikolaeva E.S. Osobennosti otnosheniya uchiteley i prepodavateley k sovremennym tendentsiyam v fizkul'turnom obrazovanii [The peculiarities of attitudes of physical education teachers to modern physical education trends]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury – Theory and Practice of Physical Culture*, 2017, no. 6, pp. 9-11. (In Russian).

4. Fadel Saad Abbas. Osobennosti zdorov'esberezheniya v obrazovatel'nom prostranstve Respubliki Irak [Features of health-technology in educational space of the Republic of Iraq]. *Fundamental'nye issledovaniya – Fundamental Research*, 2015, no. 2 (part 20), pp. 4522-4527. (In Russian).
5. Al-Khasani Mustafa Khayder Khusseyn, Al-Dzhuburi Salikh Salim Salikh, Sobyenin F.I. Problemy sovershenstvovaniya sodержaniya fizicheskoy podgotovki uchashchikhsya srednego i starshego shkol'nogo vozrasta v shkolakh Respubliki Irak [The problem of physical training of middle and old school age improvement in the Republic of Iraq]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series: Humanities*, 2016, vol. 21, no. 3-4 (155-156), pp. 74-78. DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-3/4(155/156)-74-78. (In Russian).
6. Kozina Z.L., Ermakov S.S., Sobyenin F.I., Kadutskaya L.A., Krzheminskiy M., Sobko I.N., Repko E.A. Sravnitel'naya kharakteristika vzaimosvyazi mezhdu pul'sovymi i sub'ektivnymi pokazatelyami reaktsii na fizicheskuyu nagruzku u studentok i shkol'nits [Comparative characteristic of correlation between pulse subjective indicators of girl students' and school girls' reaction to physical load]. *Fizicheskoe vospitanie studentov – Physical Education of the Student*, 2016, no. 4, pp. 24-34. (In Russian).
7. Ignjatović A., Marković Ž., Stanković S., Janković B. Anti-doping through the pedagogical approach. *Physical Education and Sport Through the Centuries*, 2017, vol. 4, issue 1, pp. 24-37.
8. Ivashchenko S., Trachuk S. Generalization of recommendations on children physical activity. *Physical Education and Sport Through the Centuries*, 2017, vol. 4, issue 1, pp. 38-44.
9. Kacperkiewicz D. Physical activity in leisure time budget high school youth. *Turystyka i Rekreacja. Przegląd Naukowy 10*. Radom, Priwatna Wyższa Szkoła Ochrony Środowiska w Radomiu Publ., pp. 124-138. (In Polish).

Received 22 May 2018

Reviewed 20 June 2018

Accepted for press 10 August 2018

#### Information about the author

Al-Hasani Mustafa Hayder Husseyn, Post-Graduate Student, Theory and Methods of Physical Training Department, Belgorod National Research University, Belgorod, Russian Federation. E-mail: Sobyenin@bsu.edu.ru

#### For citation

Al-Hasani Mustafa Hayder Husseyn. Problema snizheniya fizicheskoy aktivnosti detey shkol'nogo vozrasta v mire i poisk putey ee resheniya [The problem of physical activity decline among schoolchildren worldwide and the search of ways for its solution]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series: Humanities*, 2018, vol. 23, no. 175, pp. 88-94. DOI: 10.20310/1810-0201-2018-23-175-88-94. (In Russian, Abstr. in Engl.).