

№12-макала. Кашматова, Ж.А. Некоторые методы воспитания кыргызской народной физической культуры [Текст] / Ж.А. Кашматова, Х.Ф. Анаркулов // Вестник Кыргызского государственного университета им. Арабаева. – Бишкек, 2015. – №2. – С. 6-7.

С точки зрения возрастной классификации кыргызских народных подвижных игр, физических упражнений выделено 6 основных возрастных групп (младенческая, младшая, средняя, юношеская и взрослая). Связи с тем, что многие из подвижных игр и физических упражнений предназначаются для смежных возрастов, выделен ряд "переходных" возрастных групп (между младшей и средней, средней и старшей и юношеской, юношеской и взрослой). В связи с тем что выявлено крайне мало подвижных игр и упражнений для младенческого возраста, это группа объединена с группой младшего возраста. Обнаружен состав подвижных игр и упражнений, предназначенных для всех возрастов, за исключением младенческого. Поэтому выделена группа игр и упражнений "для всех".

Из данных, которые получены в результате опроса респондентов и анализа содержания фактического материала, видно, что подвижные игры, в которых могут участвовать лица женского пола, составляет 32,0% , а физических упражнений такого рода -23,9%. Причем, если от 30до 60% игр и упражнений с участием девочек предназначены для групп младенческого, младшего и младшесреднего возрастов, то для групп старшего, юношеского(молодежного) возрастов их удельныхвес значительно падает. Предположительно это объясняется большой мерой участия девочек и девушек в домашних, хозяйственных делах, а также господством в прошлом патриархальных отношений. Не исключено, однако, что женщины-респонденты оказались менее доверительны, чем мужчины, и не показали в полном объеме известные им специфические "женские" подвижные игры и физические упражнения.

Анаркулов Х.Ф., Кашматова Ж.А.
КГУОА, профессор БатГУ, ст. преп.
0773914719

НЕКОТОРЫЕ МЕТОДЫ ВОСПИТАНИЯ КЫРГЫЗСКОЙ НАРОДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

*В этой статье рассматриваются Некоторые методы кыргызской народной физической культуры.
Бул макалада кыргыз элдик педагогикасындагы дене тарбиясынын айрым бир методдору каралган.
This article deals with some methods of Kyrgyz nations Physical culture.*

Вопрос о методах воспитания, присущих народной физической культуре, до настоящего времени остается открытым. Согласно современной теории физического воспитания, выделяются несколько принципов, способов, лежащих в его основе. Отмечены общепедагогические методы, которые используются в физическом воспитании и обучении (наглядные, словесные, практические). Выделяется метод физических упражнений, заключающийся в многократном выполнении каких-либо движений, исходя из определенных методических правил (строгое регламентирование, избирательный и целостный, комбинированный подходы). Указывается на большое значение игрового и соревновательного методов и т.д. Ведущей фигурой, реализующей методы физического воспитания и образования, считается преподаватель, учитель физической культуры, тренер. Все это обоснованно применительно к условиям школы, вуза, прежде всего.

По-видимому, в нашем случае, когда речь идет о народном физическом воспитании, система которого складывалась в условиях образа жизни иных, чем сегодня, даже цивилизации, далеко не во всем и не все названные методы применялись и могут быть использованы ныне без существенных реконструкций кыргызских народных физических упражнений, подвижных игр. В связи с этим возникает проблема, которая до настоящего момента не решена: как осуществить соответствующую реконструкцию, и нужно ли ее осуществлять, не приведет ли это к утрате национальной самобытности физической культуры, физического воспитания? Вместе с тем, не без оснований можно полагать, что при всей своей системности, любая национально-определенная физическая культура, любое национально-определенная физическая культура, любое национально-определенное народное физическое воспитание отнюдь не является какими-либо застывшими образованиями. В ходе настоящего исследования не раз обращалось внимание на то, что кыргызская народная физическая культура несет в себе немало типологических общих качеств с физическими культурами других народов, и прежде всего – тюркских. Указывалось также и на то, что очевидным является факт обогащения кыргызской народной физической культуры немалым числом физических упражнений и отчасти подвижных игр за счет тех, которые в XXI веке приобрели всеобщий межнациональный характер, в связи, с чем в ней выделяется пласт, который нами условно определен исконно традиционным в этнокультурном отношении.

Без учета такого рода приходящих моментов установление сколько-нибудь реальных представлений о присущих народной физической культуре педагогических методов физического воспитания было бы нецелесообразно уже хотя бы потому, что решение данного вопроса касается актуальной проблеме возрождения и развития национальной физической культуры в современных условиях. С учетом изложенного выше позволим себе более или менее определенно сформулировать ряд соображений, касающихся методов физического воспитания применительно к средствам и формам его осуществления, которые содержатся в кыргызских народных упражнениях, подвижных играх.

Очевидно, что в основе кыргызского народного физического воспитания лежат принципы, присущие этнопедагогике, выработавшейся на основе многовекового практического жизненного опыта. В определенной степени выработанные принципы сформулированное выражение получали в национальном фольклоре (поговорки, поговорки, народные сказания, эпические поэмы, включая эпос «Манас» и т.д.), в творчестве кыргызских народных акынов, на что уже обосновано, указывалось в специальной научной и научно-методической литературе. Сведения об этом содержатся также в трудах этнографов, которые, уделяли значительное внимание особенностям национальных подвижных игр, развлечений (см. работы Д.Айтмамбетова, Р.А. Айтбаева, С.М. Абрамзона, В.В. Бартольда, А. Бернштама, Г.Н. Симакова и др.). Все это несомненно, ценно, значимо, и установление педагогического содержания, значения национальной физической культуры исходя из того, какое отражение она получает в народном творчестве, не утрачивает своей перспективы. Не менее ценны и наблюдения этнографов. Учитывая данный опыт, автор настоящих строк, тем не менее, опирался на непосредственное изучение фактического материала под избранным углом зрения. Исходя этого можно заключить, что в кыргызской народной физической культуре своеобразно использовались как общепедагогические, так и специфические методы, что выражаются, прежде всего, в следующем. В народной педагогике преобладают, прежде всего, практический метод обучения и воспитания, в рамках которого используются элементы наглядного и словесного методов. При этом в физическом воспитании наглядные и

*Копировано из журнала
ЖК НИИ Кашматова*

словесн
обучени
словесн
повторя
современ
знание
В
апплика
вертика
наблюд
упражн
случае
состав
разреш
При
вопрос
на ори
лучше
длина
спирно
финале
интер
отделе
предм
предм
В
принци
финале
спорте
коротк
борьба
подгот
особен
тренер
имеет
Но
место
случа
упраж
предм
Со
подви
народ
качест
подде
качест
этом
подви
челов
качест
Ч
физич
что с
подра
игров
И
разн
комп
прав
их ви
упра
отно
отли
дви
свои
ситу
физ
разви
форм
С
проп
вызе
инте

ений
тем,
елен
кой,
для
игр
упла

кого
а
очек
его,
ется
плом
ыны,
ы и

К.А.
реп.
171

РЫ

ется
бов,
ин и
ся в
рое
ние
ия и
инно

кого
все
жих
его
дет
без

ская
инс
себе
ких.
кой
зеке
вно

й о
бы
ния
лим
ого
ких

шне
ной
оре
тве
ино-
яли
ова,
но,
из
ы и
на
кно
как
ной
ого
е и

словесные принципы обучения доминируют на стадии младенческого и младшего детских возрастов. Далее же обучение, как правило, все более становится органической составной частью физического воспитания, теряя свою самостоятельность. Это ведет к тому, что метод физических упражнений с присущим ему многократным повторением в народном физическом воспитании практически не предусматривает строгого регламентирования, а сориентирован на комплексно-комбинированные подходы с учетом наличия в народных физических упражнениях значительных игровых компонентов.

В зависимости от того, к какому типу относятся народные физические упражнения – циклическим, ациклическим или ситуативным, структура указанного метода изменяется, но она почти всегда характеризуется перманентной сменой нагрузок с включением в себя моментов по преимуществу активного отдыха без сколь угодно жестких временных интервалов между физическими нагрузками и отдыхом. Метод физических упражнений интенсивно используется и в народных подвижных играх, что выражается по-разному. В одних случаях, обычно тогда, когда необходимо приложение значительных усилий, сложных целенаправленных сюжетных движений, действий (особенно в командных сложных подвижных играх, тяготеющих в спортивных), разрешается разминка, тренировочное выполнение основных движений, действий.

При определении и характеристике методов физического обучения и воспитания существенное значение имеет вопрос об объеме нагрузок и, следовательно – степени отягощения длительности, интенсивности их воздействия на организм исполнителя из числа повторения. В физическом воспитании, поставленном на профессиональные, научные основы, и тем более, в спорте, в данном отношении разработано немало апробированных методов дозиметрии, критериев, и потому все здесь в значительной мере определено, хотя, конечно, есть немало спорного, неясного. В народном физическом воспитании, как об этом свидетельствуют кыргызские национальные физические упражнения, подвижные игры, критерии нагрузок, достигаются эмпирическим путем и в значительной степени определяются индивидуально – в зависимости от возможностей организма каждого отдельно взятого человека. При этом тогда, когда оказывается необходимым использовать в качестве инвентаря предметы, их вес определяется каждым для себя лично с возможностью опробования своих сил на более тяжелых предметах, употребляемых напарниками.

В связи с упомянутым выше понятием «тренировки» следует заметить, что таковые в кыргызской традиционной народной физической культуре официально, так сказать, признавались, прежде всего, в трех типах физических упражнений, подвижных игр, на основе которых выделились основные виды национального конного спорта. Конный спорт («жорго салыш», «ат чабыш», «оодарыш», «улак тартыш»), подвижные игры в альчики («ордо»), игра «тогуз коргоол», которую в подвижном можно отнести лишь условно, «куреш» – национальная борьба. К этому следует добавить то, что, конечно же, тренировки активно использовались в физической подготовке, связанной с военным делом. Естественно, что тренировки осуществлялись и в других случаях, особенно в случаях, связанных с подготовкой к участию в массовых и командных подвижных играх. В качестве тренеров выступали обычно более опытные участники, а иногда и аксакалы. Об этом свидетельствуют имеющиеся данные опроса корреспондентов.

Но при всем значении метода физических упражнений, в народном физическом воспитании определяющее место занимает игровой метод. За ним по своему значению следует соревновательный метод, который во многих случаях в народной физической культуре сопрягается с игровым, выступает как составная часть и в физических упражнениях, и подвижных играх основанных на единоборствах, ходьбе, беге, прыжках, бросках, метаниях предметов, поднятии тяжестей и т.д.

Соревновательные начала пронизывают большинство народных физических упражнений и тем более – подвижных игр. Соревновательность, а вернее конкурентность, вообще сильно развиты в народной педагогике. В народной педагогике, как и во всех жизненных сферах, конкурентоспособность, и такие связанные с этим качества характера, как здоровое честолюбие, стремление быть первым всегда и всячески поощрялись, поддерживались. В фольклоре сила народного героя воспевается обычно наряду с другими его положительными качествами. В народном физическом воспитании соревновательный метод используется достаточно активно. Об этом наглядно свидетельствуют правила большинства описанных кыргызских народных физических упражнений, подвижных игр, в чем наглядно проявляется естественное, психологически оправданное стремление каждого человека не оказаться позади других, а по возможности проявить максимальные физические, морально – волевые качества.

Что же касается игрового метода, внимание обращалось на то, что большинство кыргызских народных физических упражнений содержат в себе в большой или меньшей мере игровые элементы. Это объясняется тем, что они, возникнув в древности, являлись органической составной частью синкретических действий людей, подражавших на игровой основе своим собственным движениям, действиям животных, птиц и т.д. Ведь и сам игровой метод оправданно считается наиболее древним методом воспитания поколения.

Игровой метод воспитания в подвижных играх выражается в достаточно вольном использовании разнообразных способов, средств достижения игровой цели (как правило, выигрыша, победы), организуемых в комплексное единство игровым сюжетом. В элементарных подвижных играх при этом обнаруживается, как правило, одна сюжетная линия, и комплекс движений, действий ограничивается по преимуществу двумя – тремя их видами. В данном отношении элементарные подвижные игры нередко стоят на грани признания их игровыми упражнениями. В свою очередь, ряд игровых упражнений, как уже отмечалось, занимают переходное место в отношении подвижных игр, и порою оказывается, что игровое упражнение имеет аналог – подвижную игру, и их отличает лишь то, что в последнем случае сюжет обозначен более четко, а игровая цель достигается не только движениями тела, но и комплексными действиями, выходящими за рамки движений. Наиболее полно подобные свойства игрового метода применительно к кыргызским народным физическим упражнениям реализуется в их ситуативном типе. Сам же игровой метод более всего ярко раскрывается в народных подвижных играх, где кроме физических способностей, от участника требуются ловкость, находчивость, инициатива, ум, где складывается, и развиваются определенные внутригрупповые, межгрупповые, межличностные отношения, а, следовательно – формируются и развиваются многие внутренние качества человеческой личности.

Со всей отчетливостью в народном физическом воспитании, и особенно в народных подвижных играх, проявляется такое важное педагогическое качество игрового метода, каким является присущее ему свойство вызывать у участников повышенную эмоциональную выразительность чувств, переживаний, что влечет за собой интенсивное развитие многих психологических качеств человека.

Жогорку маанидеги
OK или кандайсы;
dell