

13.00.01 Общая педагогика, история педагогики и образования

УДК 796.011.3

DOI 10.37493/2307-907X.2022.2.21

Ортабаев Казимбий Джашауевич, Джанкезов Рашид Хамидбиевич

ПРИМЕНЕНИЕ НАРОДНОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАРАЧАЕВЦЕВ И БАЛКАРЦЕВ В СОВРЕМЕННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКЕ

В статье показана целесообразность использования элементов народной системы физического воспитания карачаевцев и балкарцев в учебно-воспитательном процессе современной школы. В работе предложены экспериментально обоснованные рекомендации по организации учебно-воспитательного процесса, делающие возможным трансляцию народных средств и методов физического воспитания молодежи в современную образовательную практику.

Ключевые слова: физическое воспитание, образовательный процесс, народная педагогика, методика физического воспитания, мотивация.

Kazimbiy Ortabaev, Rashid Dzhankezov

APPLICATION OF THE FOLK SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF KARACHAY AND BALKARI IN MODERN EDUCATIONAL PRACTICE

The article shows the expediency of using elements of the folk system of physical education of Karachays and Balkars in the educational process of a modern school. The paper proposes experimentally substantiated recommendations on the organization of the educational process, making it possible to translate folk remedies and methods of youth physical education into modern educational practice.

Key words: physical education, educational process, folk pedagogy, methods of physical education, motivation.

Введение / Introduction. Физическое воспитание – это педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате систематических педагогических воздействий и самовоспитания человека [9]. Физическое воспитание в народной педагогике, по мнению авторов статьи, представляет собой одно из ее направлений, ставящее целью формирование у представителей этноса двигательных навыков и психофизических качеств, необходимых для выживания и дальнейшего развития этноса. Глубокая исследованность затронутой проблемы, которой посвящено множество публикаций, тем не менее не исключает пробелов, требующих дальнейшего изучения, прежде всего в аспекте использования многовековой культуры физического воспитания народов Российской Федерации в практике современных учреждений образования [1; 2; 3; 4; 6]. Народная система физического воспитания карачаевцев и балкарцев нами также рассматривается в соответствующем контексте.

Материалы / Materials and methods. В процессе работы осуществлен анализ научной и методической литературы по исследуемой теме, сравнение, систематизация, обобщение, наблюдение, педагогический эксперимент, использованы методы статистической обработки результатов.

Результаты и обсуждение / Results and discussion. В концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России в одном из пунктов социального заказа к образованию говорится: «Россия есть национальное государство, а ее народ представляет собой нацию наций» [5]. Здесь же дается формулировка национального государства – государства, в котором поддерживается общность и равная важность историко-культурных ценностей страны, имеющей разнообразный этнический и религиозный состав населения и региональную специфику.

Народная система физического воспитания карачаевцев и балкарцев основана на традиционных трудовых занятиях, издавна орудия труда использовались в качестве спортивных снарядов и средств защиты. Не случайно физическое воспитание в народной педагогике карачаевцев и балкарцев неразрывно связано с военным воспитанием и является одним из важнейших условий формирования качеств, необходимых защитнику отечества.

С целью определения эффективности народной системы физического воспитания карачаевцев и балкарцев в деле повышения уровня физической подготовленности обучающихся авторами статьи в 2020–2021 учебном году осуществлен эксперимент. Выборку составили учащиеся двух одиннадцатых классов сельской и городской школ (юношей и девушек 16–17 лет) Карачаевского района Карачаево-Черкесской Республики с равным количеством учащихся (по 15 человек в каждом классе). Содержание проведенного эксперимента строилось на изменении обязательной программы уроков физической культуры включением в нее народных средств физического воспитания. Эксперимент длился в течение учебного года, на протяжении которого занятия по физической подготовке в экспериментальных 11 классах сельской и городской школ включали в себя национальные спортивные упражнения, игры и состязания, традиционно использовавшиеся карачаевцами и балкарцами для развития физических качеств молодежи: бег в гору, прыжки через препятствия, подтягивание на перекладине (в народной версии подтягивание на перекладинах вертикально установленной лестницы (басхыч, быкьы), лазание по промасленному канату, метание камня в цель и толкание камня, метание пастушьего посоха, а также национальные игры: «Пила тоб», «Уллу тоб», «Чабыр тоб», «Хойнух», «Байракъ оюн», «Окъ бла жия». Остановимся несколько подробнее на содержании игр. «Пила тоб» – аналог русской лапты, игра «Уллу тоб» ставит целью завладеть мячом и в течение игры максимально возможное количество раз забросить его в центр поля. «Чабыр тоб» представляет собой род хоккея на траве. Игра «Хойнух» («Волчок») предполагает отличную скорость реакции и мастерское владение кнутом: играющий ударами кнута раскручивает волчок и на протяжении значительного времени не дает последнему упасть, раскручивая волчок все быстрее и быстрее. «Байракъ оюн» («Захват знамени»): суть игры состоит в захвате знамени, активно обороняемом противоположной командой. «Окъ бла Жия» – игра, не имеющая аналогов у других народов, в традиционной версии требует от играющих большой силы, выносливости, умения переносить боль. Нами использовался упрощенный вариант игры, адаптированный к учебному процессу и возрасту участников [7]. При подборе игр и упражнений авторами учитывалась одна из особенностей народной системы физического воспитания карачаевцев и балкарцев, заключающаяся в ее подчиненности достижению двуединой цели – эффективному индивидуальному физическому развитию каждого отдельного члена общества наряду с формированием умения действовать в составе команды, представляя собой единый дееспособный коллектив.

В сельской и городской школах с контрольными 11-ми классами занятия по физической культуре осуществлялись в соответствии с содержанием стандартных учебных программ.

Включение в программу физического воспитания учащихся экспериментальных 11-х классов сельской школы национальных карачаево-балкарских спортивных игр, упражнений и состязаний показало следующие результаты при выполнении контрольных тестов, проводившихся в начале и в конце учебного года:

- бег на 100 м (измерение скоростных качеств) – 17,40 минут в начале и 17,06 минут в конце (девушки); 14,25 минут в начале и 14,00 минут в конце (юноши);
- бег на 2000 м (измерение выносливости) – за 16,45 минут в начале и 15,30 минут в конце (девушки);
- бег на 3000 м (измерение выносливости) – за 14,20 минут в начале и 13,30 минут в конце учебного года (юноши);

- челночный бег 3×10 м (измерение ловкости) – 9,7 сек в начале, от 8,4 сек и выше (девушки); 8,2 сек в начале и 7,3 сек и выше в конце (юноши);
- прыжки в длину с места (измерение скоростно-силовых качеств) – 1,70–1,85 м в начале и 1,90 м в конце (девушки), 2,05 м в начале и 2,3 м в конце (юноши);
- подтягивания (измерение силы и силовой выносливости) на низкой перекладине – 90 см для девушек – 8–9 раз в начале и 13 раз и выше в конце;
- подтягивания на высокой перекладине для юношей – 8–9 раз в начале и 16 раз в конце;
- наклоны туловища вперед (измерение гибкости) стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) у девушек – 10–12 см в начале и 16–19 см в конце учебного года; у юношей 9–11 см в начале и 13–14 см в конце учебного года.

При выполнении контрольных тестов в начале и в конце учебного года учащимися контрольных 11-х классов сельской школы значительных изменений в показателях силы, ловкости, выносливости, скорости бега не отмечено. Вместе с тем отмечен некоторый рост быстроты реакции, слаженности действий и координации в спортивных играх и упражнениях, предусмотренных содержанием обязательной программы обучения (футбол, волейбол, баскетбол).

Привнесение в программу физического воспитания учащихся экспериментальных 11-х классов городской школы национальных карачаево-балкарских спортивных игр, упражнений и состязаний показало следующие результаты при выполнении контрольных тестов, проводившихся в начале и в конце учебного года:

- бег на 100 м (измерение скоростных качеств) – 17,30 сек в начале и 17,05 сек в конце (девушки); 14,12 сек в начале и 13,9 сек в конце (юноши);
- бег на 2000 м (измерение выносливости) у девушек – 16,40 мин в начале и 15,25 мин в конце;
- бег на 3000 м (измерение выносливости) у юношей – за 14,25 мин в начале и 13,40 мин в конце;
- челночный бег 3×10 м (измерение ловкости) – 9,3 сек в начале, от 8,2 сек и выше (девушки); 3×10 метров – 8,1 сек в начале и 7,2 сек и выше в конце (юноши);
- прыжки в длину с места (измерение скоростно-силовых качеств) – 1,70–1,85 м в начале и 1,90 м в конце (девушки); 2,10 м в начале и 2,50 м и выше в конце (юноши);
- подтягивания (измерение силы и силовой выносливости) на низкой перекладине высотой 90 см у девушек – 9–10 раз в начале и 14–16 раз и выше в конце;
- подтягивания (измерение силы и силовой выносливости) на высокой перекладине у юношей – 7–8 раз в начале и 12–13 раз в конце;
- наклоны туловища вперед (измерение гибкости) стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) у девушек – 12–13 см в начале и 17–20 см в конце учебного года; у юношей – 10–12 см в начале и 14–15 см в конце учебного года.

При выполнении контрольных тестов в начале и в конце учебного года учащимися контрольных 11-х классов городской школы значительных изменений в показателях силы, ловкости, выносливости, скорости бега не отмечено. Как и в контрольном классе сельской школы, наблюдался некоторый рост быстроты реакции, слаженности действий и координации в спортивных играх и упражнениях, предусмотренных содержанием обязательной программы обучения (футбол, волейбол, баскетбол).

Ход эксперимента показал наличие у обучающихся экспериментальных классов большей, нежели в контрольных классах, психологической мотивации, выраженной в стремлении значительно улучшить индивидуальные и групповые показатели развития физических качеств. Необходимо указать на аналогичность показателей прироста физических качеств учащихся экспериментальных классов сельской и городской школ по сравнению с результатами контрольных классов

в обеих выборках. Следует также отметить, что практически все учащиеся экспериментальных классов приняли участие в сдаче нормативов ГТО, тогда как в контрольных классах в данном мероприятии приняли участие меньше половины обучающихся.

Таким образом, результаты проведенного эксперимента показывают целесообразность включения карачаево-балкарских спортивных игр и упражнений в процесс физического воспитания учащихся школ Карачаевского района КЧР.

Важно подчеркнуть, что дальнейшему научно-педагогическому исследованию народной системы физического воспитания могут и должны служить массовые этноспортивные мероприятия, позволяющие систематически совершенствовать содержание и методологию данной работы. Анализ успеваемости на занятиях по физической культуре из числа обучающихся общеобразовательных школ Карачаевского района Карачаево-Черкесии, проходящих дополнительную физическую подготовку в секциях по национальным видам спорта (карачаево-балкарской версии борьбы на поясах «Тутуш», метании камня из разных позиций «Къол таш», национальных видов тяжелой атлетики «Кюч таш» и «Алан билек»); народным карачаево-балкарским спортивным играм и упражнениям также демонстрирует рост показателей их физической подготовленности.

Технологии возрождения и использования в образовательном процессе народной системы физического воспитания карачаевцев и балкарцев, которые реализуются в Карачаево-Черкесской Республике, определяются факторами, среди которых: форма осуществляемой деятельности, возрастные, а также социально-статусные особенности целевой аудитории, запросы и интересы участников данной работы.

Педагогическое обращение к народной физической культуре, а равно и ее популяризация в контексте гражданско-патриотического, военно-спортивного воспитания молодежи, развития здорового образа жизни среди населения региона диктуют необходимость подготовки в стенах Карачаево-Черкесского государственного университета им. У. Д. Алиева соответствующих научно-педагогических кадров. Важным, по нашему мнению, является вовлечение студентов и молодых ученых Карачаево-Черкесской Республики в деятельность, направленную на приращение научного знания в области традиционной культуры физического воспитания народов региона, а также профессиональная подготовка и переподготовка учителей физической культуры на факультете повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов КЧГУ. Большое значение в деле возрождения и популяризации национальных традиций физического воспитания карачаевцев и балкарцев имеет сотрудничество и сотворчество научных и образовательных центров, общественных структур, министерств и ведомств республики.

Заключение / Conclusion. Проведенный авторами статьи эксперимент и его последующий анализ позволили подтвердить целесообразность использования элементов народной культуры физического воспитания карачаевцев и балкарцев в деле повышения уровня физической подготовленности обучающихся, а также определить следующие особенности физического воспитания в народной педагогике карачаевцев и балкарцев, пути и средства его возрождения, дальнейшей популяризации и развития в современной образовательной практике:

- народная педагогика карачаевцев и балкарцев достаточно успешно адаптировала содержание физического воспитания подрастающих поколений к условиям времени, задачам сохранения и развития этноса;
- физическое воспитание молодежи традиционно является делом всего этнического сообщества независимо от степени родства, социального положения и статуса;
- сохранение и использование в учебно-воспитательной работе современных учреждений образования народной культуры физического воспитания требует соответствующей адаптации образовательных программ, а также качественного совершенствования и наращивания количества соответствующих этноспортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий;

- целесообразно систематическое проведение конкурсов проектов, посвященных проблеме возрождения народной физической культуры, развития традиций физического воспитания, популяризации здорового образа жизни;
- необходимо перманентное привлечение внимания органов власти и общественности региона к вопросам дальнейшего исследования и популяризации развивающего потенциала народной культуры физического воспитания.

Включение в содержание процесса физического воспитания учащихся 11-х классов сельской и городской школ Карачаевского района КЧР народных карачаево-балкарских спортивных упражнений, игр и состязаний показало значительный прирост физических качеств старшеклассников: силы, силовой выносливости, а также быстроты реакции, слаженности действий и координации в командной работе. Дальнейшая популяризация содержания народной системы физического воспитания карачаевцев и балкарцев требует взаимодействия образовательных учреждений региона с этнокультурной средой, при которой станет возможным гармоничный синтез традиций и инноваций в учебно-воспитательном процессе.

ЛИТЕРАТУРА И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. Аслаханов, С.-А. М. Детские подвижные игры, физические упражнения: учебное пособие / С.-А. М. Аслаханов. – Элиста, 2008. – 160 с. – Текст : непосредственный.
2. Былеева, Л. В. Игры народов СССР : монография / Л. В. Былеева, В. М. Григорьев. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 269 с. – Текст : непосредственный.
3. Виленский, М. Я. Физическая культура в образовании и науке : монография / М. Я. Виленский, Л. И. Лурье. – Москва, 2013. – 288 с. – Текст : непосредственный.
4. Войнар, Ю. Подготовка физкультурных кадров. Традиции, реалии, перспективы: монография / Ю. Войнар. – Санкт-Петербург : РГПУ им. А. И. Герцена, 2000. – 228 с. – Текст : непосредственный.
5. Данилюк, А. Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. – Москва : Просвещение, 2009. – 23 с. – Текст : непосредственный
6. Кыласов, А. В. Игровые традиции народов – культурная основа российского спорта : монография / А. В. Кыласов, Е. А. Истягина-Елисеева. – Москва, 2012. – 52 с. – Текст : непосредственный.
7. Таумурзаев, Д. М. Карачаево-Балкарские народные игры / Д. М. Таумурзаев, Х. К. Байрамкулов. – Нальчик : Эльбрус, 1998. – 207 с. – Текст : непосредственный.
8. https://studopedia.ru/8_191879_glossariy.html. (дата обращения: 03.02.2022). – Загл. с титул. экрана. – Текст : электронный.

REFERENCES AND INTERNET RESOURCES

1. Aslakhanov, S.-A. M. Detskie podvizhnye igry, fizicheskie uprazhneniya (Children's outdoor games, physical exercises) : uchebnoe posobie / S.-A. M. Aslakhanov. – Elista, 2008. – 160 s.
2. Byleeva, L. V. Igry narodov SSSR (Games of the Peoples of the USSR) : monografiya / L. V. Byleeva, V. M. Grigor'ev. – Moskva : Fizkul'tura i sport, 1985. – 269 s.
3. Vilenskij, M. Ya. Fizicheskaya kul'tura v obrazovanii i nauke (Physical culture in education and science): monografiya / M. Ya. Vilenskii, L. I. Lur'e. – Moskva, 2013. – 288 s.
4. Voinar, Yu. Podgotovka fizkul'turnyh kadrov. Tradicii, realii, perspektivy (Training of physical education personnel. Traditions, realities, prospects) : monografiya / Yu. Voinar. – Sankt-Peterburg : RGPU im. A. I. Gercena, 2000. – 228 s.
5. Danilyuk, A. Y. Konceptiya duhovno-nravstvennogo razvitiya i vospitaniya lichnosti grazhdanina Rossii (The concept of spiritual and moral development and education of the personality of a citizen of Russia) / A. Y. Danilyuk, A. M. Kondakov, V. A. Tishkov. – Moskva : Posveshchenie 2009. – 23s. – Tekst: neposredstvennyi

6. Kylasov, A. V. Igrovye tradicii narodov – kul'turnaya osnova rossijskogo sporta (The gaming traditions of the peoples are the cultural basis of Russian sports): monografiya / A. V. Kylasov, E. A. Istyagina-Eliseeva. – Moskva, 2012. – 52 s.
7. Taumurzaev D. M., Bairamkulov K. K. Karachaevo-Balkarskie narodnye igry (Karachay-Balkar Folk Games). – Nal'chik : El'brus, 1998. – 207 s.
8. https://studopedia.ru/8_191879_glossariy.html. (data obrashcheniya: 03.02.2022). – Zagl. s titul. ekrana.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Ортабаев Казимбий Джашиаевич, старший преподаватель кафедры физической культуры и общественного здоровья Карачаево-Черкесского государственного университета имени У. Д. Алиева. 369202, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. E-mail: aitek_koichuev@mail.ru

Джанкезов Рашид Хамидбиевич, старший преподаватель кафедры физической культуры и общественного здоровья Карачаево-Черкесского государственного университета имени У. Д. Алиева. 369202, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. E-mail: aitek_koichuev@mail.ru

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Kazimbey Ortabaev, Senior lecturer of the Department of Physical Culture and Public Health of Karachay-Cherkess State University named after U. D. Aliyev. 29 Lenin Street, Karachayevsk, 369202. E-mail: aitek_koichuev@mail.ru

Rashid Dzhankeзов, Senior lecturer of the Department of Physical Culture and Public Health of U.D. Aliyev Karachay-Cherkess State University. 29 Lenin Street, Karachayevsk, 369202. E-mail: aitek_koichuev@mail.ru