

МБОУ «Тумульская основная общеобразовательная школа»

МР «Хангаласский улус» РС(Я)

Доклад на тему:

«Повышение спортивных результатов обучающихся по средствам национальных игр народа Саха, в условиях малокомплектной школы».

Выполнила: учитель физической культуры

МБОУ «Тумульская основная

общеобразовательная школа»

МР «Хангаласский улус» РС(Я)

Гаврильева Мария Юрьевна

2022 г.

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Из истории национальных игр предков	4
1.1 Развитие национальных игр предков в Республике Саха (Якутия).....	4
1.2 Роль национальных игр предков в физическом развитии школьников	5
Глава 2. Организация и методика исследований.....	5
2.1 Результаты исследований	5
Заключение.....	10
Литература.....	12

Введение

Вопросы развития физической культуры и спорта, формирование здорового образа жизни приобретает в настоящее время особое значение. Поскольку общая политика нашего государства направлена на заботу о человеке, о развитии его физического, интеллектуального, нравственного и духовного потенциала, создание благоприятных условий для активизации творческих сил. История развития любого этноса, большого или малочисленного народа предполагает знание, прежде всего, сущности традиций народного воспитания. У народов Севера издавна сложилась своеобразная по содержанию, формам и методам система народной педагогики. Она способствовала коренным народам сохранить себя из поколения в поколение в экстремальных условиях Севера. В суровых условиях Крайнего Севера, где восемь месяцев зимы наши предки, учитывая многовековую историю народа и географо-климатические условия, создали самобытные, уникальные, разнообразные национальные виды спорта, физические упражнения, игры, которые всесторонне развивают физические качества (силу, быстроту, выносливость и ловкость), а также морально-волевые качества, воспитывают нравственные, эстетические ценности человека. Философией национального вида спорта и подвижных игр становятся пропаганда молодежи к ведению здорового образа жизни, активным занятиям физической культурой и спортом. В современном обществе национальные виды спорта, национальные физические упражнения и игры народов Якутии, получили дальнейшее развитие, как отдельное направление в общей системе физической культуры и спорта РС/Я/. Наша многонациональная республика становится примером бурного развития и совершенствования, народных традиций, как инициатор крупных международных и спортивных всероссийских мероприятий. Национальные виды спорта и народные игры являются неотъемлемой частью общей культуры нашего народа.

В связи малым количеством учащихся и отсутствием соответствующего спортивного объекта, невозможно подготовить детей в командных спортивных видах, как волейбол, баскетбол, легкая атлетика и т.д. Поэтому начиная 2012-13 учебного года включили во внеурочное занятие «Настольные игры народа Саха». И уже через год после усиленных тренировок, занятий мы достигли высоких результатов в соревнованиях как улусного, так и республиканского уровней. Несмотря на отсутствие отдельного помещения, предназначенного для спортивных тренировок, мы решили не останавливаться на

достигнутых результатах, включив другие виды национальных игр нашего народа. Поэтому решила взять эту тему для работы с детьми школьного возраста.

Цель: достижение высоких спортивных результатов обучающихся, через национальные игры народа Саха, в условиях малокомплектной школы.

Задачи:

- 1) Ознакомление с историей развития и правилами соревнования национальных игр;
- 2) Развитие физических качеств школьников (ловкость, быстрота, выносливость, гибкость), укрепление здоровья;
- 3) Физическая и психологическая подготовка спортсменов к соревнованиям.

Объект исследования: воспитательно-образовательный процесс учащихся в школе.

Предмет исследования: применение национальных игр предков во внеурочной деятельности.

Гипотеза: применение национальных игр, используемых на внеурочных занятиях школьников в клубе «Дьулуур», окажет положительное влияние на развитие физических качеств школьников и приводят к высоким результатам детей в соревнованиях различного уровня.

Методы:

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Наблюдения результатов физических качеств.
3. Статические сравнения собранного материала.

Глава I. Из истории национальных игр предков

1.1. Развитие национальных игр предков в Республике Саха (Якутия).

С получением суверенитета Республики Саха и принятием национальной концепции, учитывая, что всестороннее развитие школьника можно достичь, используя национальные виды спорта, упражнения, игры. Наша многонациональная республика становится примером бурного развития и совершенствования, неродных традиций, как инициатор крупных международных и спортивных всероссийских мероприятий. Национальные игры предков являются неотъемлемой частью общей культуры нашего народа. Народные игры якутов имеют давнее историческое прои

схождение. Разнообразные игры на быстроту, силу, ловкость, выносливость всегда были популярны у народов, живущих в экстремальных условиях Севера, в этом суровом крае, могут жить и работать люди закаленные и стойкие.

Национальные виды спорта не включены в школьную программу по физкультуре, по моему мнению, должны быть обязательны, так как этот вид спорта имеет огромное воспитательное, оздоровительное, общеобразовательное, общеразвивающее значение. Народ, придумавший, эти виды всегда отличался скромностью, воспитанностью, гостеприимностью. Национальные виды спорта воспитывают морально-волевые качества, стремление к победе, учатся преодолевать трудности, развивают скоростно-силовые качества, скоростную выносливость, укрепляют сердечно-сосудистую систему, развивают костно-мышечный аппарат, гармонично развивают все группы мышц, особенно в младшем школьном возрасте, когда идет переломный период в развитии двигательной функции ребенка.

1.2. Роль национальных игр предков в физическом развитии школьников.

К 7-10 годам учащиеся в основном обладают базовыми двигательными действиями в беге, в прыжках, метании, лазанье, национальных прыжках, играх. У них складываются весьма благоприятные предпосылки для углубленной работы над развитием двигательных способностей. В связи с этим одной из главных задач, которые должен решать учитель, становится обеспечение всестороннего развития, координационных (ориентирование в пространстве быстрота и точность двигательных реакций, согласование движений, ритм, равновесие, точность). Воспроизведение и дифференцирование силовых, временных и пространственных параметров движений и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей учащихся, а также все их сочетание. В этом возрасте продолжается овладение школьниками базовыми двигательными действиями, включая технику основных видов спорта (л/атлетика, с/игры, гимнастика, единоборства, лыжи, национальные виды спорта, прыжки). Углубляются знания по личной гигиене, влиянию занятий физическими упражнениями на основные системы организма (дыхание, кровообращение, центральную нервную систему, обмен веществ) на развитие волевых и нравственных качеств. Усвоение знаний учащихся надо контролировать на основе наблюдения, устного или письменного опроса, специальных заданий по применению теоретического материала на практике.

2.1 Результаты исследования физической подготовленности учащихся

Решение поставленных задач осуществлялось поэтапно:

А) был проведен анализ развития физических качеств в 2019-20, 2020-21 и 2021-2022 учебные годы;

Б) была выполнена статическая обработка собранного материала, т.е. сравнение результатов.

Исследование проводилось в МБОУ «Тумульской основной общеобразовательной школе». Во время занятия провели соревнование по игре хабылык, хаамыска, тутум эргиир, «Көтөх ынабы туруоруу», «Ойбонотон уулаабын», «Наарта ыстаны».

По настольным играм каждый участник за 2 минуты должен ловить наибольшее количество очков. Полученные результаты записывались в протокол. В исследовании брались показатели всех учащихся посещаемых кружков.

Сравнили результаты трех учебных годов. И выяснили что, результаты значительно высоки.

Сравнительный анализ показателей игры хабылык за 2 мин.

№	Фамилия, имя	2019-20 у.г		2020-21 у.г		2021-22 у.г	
		I полуго дие	II полуго дие	I полуго дие	II полуго дие	I полуго дие	II полуго дие
1	Трифонов Гоша	3	5	11	13	-	-
2	Менякова Олеся	15	18	28	30	-	-
3	Гаврильев Никита	15	17	16	18	27	30
4	Трифорова Айта	5	13	17	18	21	25
5	Слепцова Виолетта	11	23	25	27	27	30
6	Ноговицын Дьулус	3	11	10	12	13	15
7	Меняков Максим	6	17	19	21	21	23
8	Максимов Данил	2	6	7	10	8	14

Сравнительный анализ показателей игры хаамыска за 2 мин.

№	Фамилия, имя	2019-20 у.г		2020-21 у.г		2021-22 у.г	
		I полуго дие	II полуго дие	I полуго дие	II полуго дие	I полуго дие	II полуго дие
1	Трифонов Гоша	0	0/1	0/3	0/4	-	-
2	Менякова Олеся	10/0	10/3	15/5	20/4	-	-
3	Гаврильев Никита	10/3	10/5	10/4	15/2	15/5	20/2
4	Трифорова Айта	0	0/4	10/5	15/4	15/5	20/3
5	Слепцова Виолетта	0/5	10/3	10/4	15	15/2	20/5

6	Ноговицын Дьулус	0/4	0/5	5/0	5/4	10/5	15/3
7	Меняков Максим	5/3	5/5	10/3	10/5	15	15/1
8	Максимов Данил	0/1	0/3	0/5	5/0	5/0	5/5

О достижении личных результатов говорят результаты улусных и республиканских соревнований.

1. Улусная спартакиада школьников 2019-20уч.г:
 - Менякова Олеся 7 кл. – 3 место (Хабылык).
2. Улусное фестиваль «Ийэ тыл этигэн кэрэтэ»:
 - Менякова Олеся 7 кл. -1 место (хабылык);
-1 место (хаамыска);
 - Гаврильев Никита 6 кл. – 3 место (хабылык);
2 место (хаамыска).
3. Открытый улусный соревновный фестиваль по настольным играм «Дьулурбан»
с.Улахан Ан:
 - Гаврильев Никита 8 кл. – 1 место (хабылык, хаамыска)
 - Трифонова Айта 8 кл. -2 место (хабылык, хаамыска);
4. Открытый улусный спортивный фестиваль национальных игр «Дьулурбан»
с.Улахан Ан:
 - Гаврильев Никита 9 кл. – 2 место (хабылык, хаамыска)
 - Слепцова Виолетта 8 кл. -3 место (хабылык, хаамыска);
5. Улусное соревнование по настольным играм «Ийэ тыл – этигэн кэрэтэ»г,
с. I Жемкон:
 - Гаврильев Никита 9 кл. – 3 место (хабылык, хаамыска)
 - Слепцова Виолетта 8 кл. -3 место (хабылык, хаамыска);
6. Улусное соревнование национальных видов спорта «Игры предков» Хангаласского
улуса с. II Жемкон.
 - Гаврильев Никита 9 кл. – 3 место (хабылык);
- 2 место хаамыска);
 - Ноговицын Дьулус 7кл - – 2 место (хабылык);
- 2 место хаамыска).
7. XVII Республиканский фестиваль национальных видов спорта «Игры предков»-
2020, Намский улус:
 - Гаврильев Никита 9кл - 3 место (хабылык, хаамыска)
8. Улусная спартакиада школьников среди основных школ:

- Ноговицын Дьулус 7кл - 2 место (хабылык);
- 1 место (хаамыска).
- Гаврильев Никита 9кл - 1 место (хабылык);
- 2 место (хаамыска).

По «Тутум эргиир» участники без времени делают вертушку в удобное им направление пока не остановятся и записывается количество выполненной вертушки.

Сравнительный анализ показателей «Тутум эргиир».

№	Фамилия, имя	2019-20 у.г		2020-21 у.г		2021-22 у.г	
		I полугодие	II полугодие	I полугодие	II полугодие	I полугодие	II полугодие
1	Трифонов Гоша	0	7	11	15	-	-
2	Гаврильев Никита	0	1	1	2	16	13
3	Трифорова Айта	0	1	1	6	6	9
4	Слепцова Виолетта	0	1	2	3	7	20
5	Ноговицын Дьулус	0	2	3	9	10	32
6	Меняков Максим	0	1	1	2	5	10
7	Максимов Данил	0	0	0	1	1	3
8	Гаврильева Милена	-	-	0	1	2	7
9	Строева Саргылаана	-	-	0	1	3	8

Достижение:

1. Улусный спортивный фестиваль национальных игр «Дьулурбан» с.Улахан Ан:
 - Ноговицын Дьулустан – 2 место.
2. Улусное соревнование национальных видов спорта «Игры предков» Хангаласского улуса с. II Жемкон.
 - Гаврильев Никита 9кл – 3 место.

По виду «Көтөх ынабы туруоруу» записывали общую сумму выполненных на обеих ногах.

Сравнительный анализ показателей «Көтөх ынабы туруоруу».

№	Фамилия, имя	2019-20 у.г		2020-21 у.г		2021-22 у.г	
		I полугодие	II полугодие	I полугодие	II полугодие	I полугодие	II полугодие
1	Трифонов Гоша	2	7	15	20	-	-
2	Гаврильев Никита	0	2	4	5	10	12
3	Трифорова Айта	0	0	7	8	11	15
4	Слепцова Виолетта	0	0	3	5	7	8
5	Ноговицын Дьулус	0	2	3	6	7	8
6	Меняков Максим	-	-				

7	Максимов Данил	0	1	2	3	4	6
8	Гаврильева Милена	-	-	3	4	5	7
9	Строева Саргылаана	-	-	0	1	1	2

По виду «Ойбонтон уулааһын» были использованы специальные цилиндры в высоту начиная с 10см, 8см, 5см, 3см, 1см и далее так же идут на минус см, которые выполнялись немного на возвышении. Каждый участник начинал с 10см и далее идет. Засчитывался последний результат, который участник смог взять.

Сравнительный анализ показателей «Ойбонтон уулааһын».

№	Фамилия, имя	2019-20 у.г		2020-21 у.г		2021-22 у.г	
		I полугодие	II полугодие	I полугодие	II полугодие	I полугодие	II полугодие
1	Трифонов Гоша	8см	5см	3см	1см	-	-
2	Гаврильев Никита	0	10см	10см	8см	3см	1см
3	Трифорова Айта	3см	-1	-5	-8	-8	-5
4	Слепцова Виолетта	0	10см	8см	8см	8см	5см
5	Ноговицын Дьулус	0	8см	5см	1см	1см	-10см
6	Меняков Максим	0	10см	5см	5см	3см	1см
7	Максимов Данил	0	10см	10см	8см	5см	5см
8	Гаврильева Милена	-	-	0	10см	10см	10см
9	Строева Саргылаана	-	-	-	-	0	10см

Достижение:

- Улусный спортивный фестиваль национальных игр «Дьулурбан» с.Улахан Ан:
 - Трифорова Айталена 8кл – 3м.
- Улусный спортивный фестиваль национальных игр «Дьулурбан» с.Улахан Ан:
 - Трифорова Айталена 9кл – 3м;
 - Ноговицын Дьулус 7кл – 3м.

По этому виду как «Прыжки через нарты» взяли результаты по количеству выполненных прыжков через нарты.

Сравнительный анализ показателей «Наарта ыстаны».

№	Фамилия, имя	2019-20 у.г		2020-21 у.г		2021-22 у.г	
		I полугодие	II полугодие	I полугодие	II полугодие	I полугодие	II полугодие
1	Трифонов Гоша	23	46	65	68	-	-
2	Гаврильев Никита	20	47	89	97	102	106
3	Трифорова Айта	-	-	9	15	15	20
4	Слепцова Виолетта	-	-	8	13	19	58

5	Ноговицын Дьулус	-	-	3	6	5	13
6	Меняков Максим	-	-	3	5	7	10
7	Максимов Данил	-	-	4	10	11	12
8	Гаврильева Милена	-	-	0	3	4	5
9	Строева Саргылаана	-	-	0	3	4	5

Достижение:

1. Улусный спортивный фестиваль национальных игр «Дьулур5ан» с.Улахан Ан:
 - Гаврильев Никита 8кл – 2 место.
2. XVII Республиканский фестиваль национальных видов спорта «Игры предков»- 2020, Намский улус:
 - Гаврильев Никита 9кл – 1 место.

Заключение

Таким образом, можно утверждать, что в результате применения элементов национальных игр предков повысится уровень физического и моторного развития младших школьников. Это обстоятельство позволит сделать учебный процесс соприродным и сообразным всей национальной культуре, сохранить и развить народные традиции. В соединении с общемировой культурой и практикой физического и нравственного совершенствования ребенка обращение к истокам национальной якутской традиции делает сам учебный процесс более эффективным, органичным и современным фактором совершенствования личности. Самая главная цель - сохранение здоровья детей, минимизация распространенности поведенческих факторов риска в детской среде.

Я, пришла к выводу, что можно и нужно играть в национальные игры детям школьного возраста, так как:

- национальные игры отражают традиции, образ жизни, быт, характер, психологию, философию любого народа.
- национальные игры народов имеют глубокие корни.
- они развивают физические качества гибкость, ловкость, координацию, выносливость, находчивость и умственные способности.
- они способствуют передаче жизненно важных умений и навыков, воспитанию нравственности, уважения к народным традициям, обычаям.
- только в Якутии хабылык и хаамыска развиты как спортивный вид, есть Федерация настольных игр.
- это универсальный и доступный всем спорт.

- только в Якутии проводятся спортивные фестивали национальными играми, включающие эти народные игры.

- преимущество: по настольным играм, играют и дети и взрослые, материал и изготовление инвентаря доступны всем, экологически чистый, не нужны большие финансовые затраты и специальные помещения. А по остальным видам как «Ойбонотон уулааһын», «Көтөх ынаҕы туруоруу», «Тутум эргиир» не обязательно иметь большой спортивный зал, которого у нас пока нет.

- лучший способ досуга – это национальные игры. Игровой отдых может принести больше пользы, чем полное безделье.

- мне удалось привлечь не только детей, но и родителей, организовали небольшие соревнования. Например: самое лучшее соревнование было ко дню семьи. Семьи соревновались по двум видам настольных игр (хабылык, хаамыска).

- для детей школьного возраста используем самые упрощенные варианты таких игр.

Так как данные виды национальных игр имеют спортивные разряды, каждый школьник по своему желанию, в будущем может достичь результатов до мастера спорта, по выбранному ему виду. Мы не отчаиваемся, что у нас нет спортивного зала и находим разные выходы, для того чтобы достичь высоких результатов по видам спорта и прославить нашу малокомплектную школу.

Использованная литература:

1. М. Николаев Без преодоления жизнь теряет смысл: Северный стиль жизни. - Химки, 2004. - 158 с
2. Вся жизнь служению народу. - М, 2007. - 160
3. М. Е. Николаев – президент. - Якутск: Бичик, 2001. - 359
4. М. Николаев. Мой народ и моя республика. - Italia, 1993. - 80
5. «Национальные виды спорта Республики Саха (Якутия)». «Якутское книжное издательство», 2000 г.
6. «Как заниматься самостоятельно физической культурой в условиях Якутии». «Якутское книжное издательство», 2003 г.
7. «Игры наших предков» . Якутск – Бичик, 2001.
8. «Здоровье населения Севера». «Якутское книжное издательство», 2005 г