

крайне тактично, деликатно, не задевая их достоинства. Регулятором же нестереотипного поведения является эмоция. При изменении эмоционального состояния изменяются роли побуждений, затем, нарушение целеустремленной деятельности. Ведя речь целесообразности эмоционального благополучия на занятиях по А/Я, мы должны указывать на способы его создания: одобрение, поддержка, похвала, юмор, шутка, улыбка, мимика, жесты, создание доверительной обстановки, положительных оценок в их деятельности, уверенности в успехе и т.д.

6. При формировании деловых отношений между преподавателем А/Я и СТС с одной стороны и в студенческом коллективе с другой, необходима реализация принципа индивидуализации своеобразий

Таким образом, все вышеизложенное должно быть представлено в виде научно-методических предложений по недопущению негативного проявления чувств к учебно-научной дисциплине: «Английский язык» и повышения у них мотиваций образования.

Список литературы:

1. Гальекова, Н.Д. Теория обучения иностранным языком: лингводидактика и методика: учебное пособие / Н.Д. Гальекова.- М.: Просвещение, 1998.- 192 с.
2. Маркова, А.К. Формирование мотивации учения / А.К. Маркова, Т.А. Маттис, А.В. Орлов.- М.: Просвещение, 1998.- 192 с.
3. Педагогика: учебник: под редакцией П.И. Пидкасистого.- М.: Педагогика, 1998.- 640 с.
4. Унт, И.Э. Индивидуализация и дифференциация обучения / И.Э. Унт- М.: Просвещение, 1999.- 222 с.

УДК: 37.013

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА И НРАВСТВЕННОЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТИ

Асанбаев Урмат Садырович,

Бектурганова Надира Ильясовна

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта,
г. Бишкек, Кыргызская Республика

Аннотация. Гармоничное сочетание современной системы обучения и воспитания с лучшими достижениями народной педагогики – одно из условий сохранения культуры и самобытности каждого народа. Идея народной педагогики, основана на общечеловеческих ценностях, опирается на этнокультурные ценности. Авторы предлагают использовать идеи воспитания, основанные на общечеловеческих ценностях и опирающихся на народную культуру. На учебно-тренировочных занятиях в ходе обучения новых приемам кулатуу, когда тренер на использует различные образы животных, оружия и усиливается образно-чувственное восприятие преподаваемого материала, что положительно воздействует на активизацию памяти, мышления и качественное освоение техники вида спорта.

Ключевые слова: воспитание, обучение, игры, культура, кулатуу, народная педагогика, личность.

NATIONAL SPORTS AND MORAL AND PHYSICAL EDUCATION OF THE PERSON

Asanbaev Urmat Sadyrovich
Bekturganova Nadira Ilyasovna

Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports, Bishkek, Kyrgyz
Republic

Annotation. A harmonious combination of the modern system of education and upbringing with the best achievements of folk pedagogy is one of the conditions for preserving the culture and identity of each people. The idea of folk pedagogy is based on universal values, based on ethno-cultural values. The authors propose to use the ideas of education based on universal values and based on folk culture. At training sessions in the course of teaching new methods of kulatuu, when the coach does not use various images of animals, weapons, and the figurative-sensory perception of the taught material is enhanced, which has a positive effect on the activation of memory, thinking and the qualitative development of the technique of the sport.

Key words: education, training, games, culture, kulatuu, folk pedagogy, personality.

В начале 1990-х годов в Кыргызской Республике с обретением суверенности активизировались процессы возрождения и обновления национальных видов спорта, кыргызских народных спортивных и подвижных игр. На сегодняшний день, исследования исторических источников народных игр, значения и роли национальных видов спорта и состязаний в образовании и воспитании детей и молодежи, изучение их социально-философских и научно-педагогических основ по-прежнему являются актуальными.

В условиях суверенитета в нашей республике идет пересмотр отношения к культурному наследию кыргызского народа и его органической составляющей части - национальной физической культуре.

Национальные виды спорта, игры и состязания были и являются неотъемлемой частью общей культуры нашего народа. Доказательством тому является тот факт, что национальные игры и состязания формировались и видоизменялись протяжении многих лет, передавались из поколения в поколения, использовались, как основное средство подготовки человека к труду, обороне, приобретению необходимых навыков и умений, а также удовлетворения потребности в движении, в гармоничном физическом и духовном развитии человека на основе народной культуры и традиций [7].

Во многих больших и малых кыргызских эпосах, а также во всемирно известной трилогии «Манас», «Семетей», «Сейтек», которая признана шедевром культурного наследия человечества, а также в других эпосах и сказаниях кыргызов присутствуют элементы народной физической культуры, которая составляет часть общей культуры народа, его достояния и творчества.

Как известно, культура является чрезвычайно широким понятием, охватывающим и материальную, и духовную культуру, и науку, и образование, и искусство, и религию, и спорт и т.д. В настоящее время правомерно говорить о хозяйственной и предпринимательской культуре, о культуре труда и быта, об управленческой и географической культуре. Словом, культура - это все то, что создано в результате человеческой

деятельности и как целостный совокупный продукт противостоит всему тому, что дано природой [6].

Х.Ф. Анаркулов в своей работе “Кыргызские народные подвижные игры, физические упражнения и современность” (Бишкек, 2003) отмечал, что в новой социально-исторической ситуации, национальные виды спорта как важный элемент национальной культуры получили “возможность подлинного возрождения, развития, внедрения в систему национального воспитания, основанного на подлинно народных традициях” [4].

В 2006 году был открыт Республиканский центр развития национальных видов спорта. В настоящее время Центр переименован в Дирекцию по национальным видам спорта при Департаменте по делам молодежи, физической культуры и спорта Министерства культуры Кыргызской Республики.

Задачами Дирекции являются:

- развитие и популяризация национальных видов спорта;
- формирование позитивного общественного мнения о роли национальных видов спорта в формировании здорового образа жизни как необходимого условия гармоничного физического и духовного развития человека;
- поднятие престижа здоровой, активной жизненной позиции у детей, подростков и молодежи;
- привлечение наибольшего количества детей, подростков и молодежи к занятиям физической культурой и спортом и формирование у них позитивного отношения к здоровому образу жизни, воспитание негативного отношения к вредным привычкам.

Сегодня в современной системе физического воспитания и спорта Кыргызстана национальные виды спорта широко применяются в программах общего и дополнительного обучения и образования детей и молодежи. В непрерывной системе образования национальные виды спорта выполняют образовательную, воспитательную, оздоровительную и спортивную функции. Национальные народные игры и виды спорта, к примеру уроки по “тогуз-коргоол”, “ордо” включены в вариативную часть школьной и вузовской программы по физической культуре, разработаны программы и правила соревнований по видам спорта, соревнования по национальным видам спорта проводятся на республиканском и международном уровне.

Наряду с другими видами видами развивался и вид национальной борьбы кулатуу. Он не привнесен извне и не скопирован с другого вида спорта. На протяжении более чем тридцати лет, благодаря Темиру Турусбекову и его ученикам и последователям этот вид национального единоборства успешно развивается в Кыргызстане. Создатели кулатуу заглянули далеко вглубь истории, вплоть до китайских источников и эпоса «Манас», где нашли подтверждения своим гипотезам об особом воинском искусстве древних кыргызов [1].

Согласно терминологии, кулатуу трактуется в следующих значениях:

- Контактное преподавание боевых образов Востока;

- Театральный спорт;
- Боевое искусство;
- Кыргызский вид единоборств.

В процессе становления и развития появились 4 версии кулатуу: түртүшүү (толчковая), мушташуу (ударная), таймаш (борьба в стойке) и эр таймаш (боевой кулатуу). Каждая версия отличается по характеру технических приемов, правил их выполнения и правилами соревнований.

Наиболее гуманной считается версия “Түртүшүү” – толчковый вид кулатуу основанные на гуманном принципе “не навреди сопернику” - атаандашына “зыян келтирбөө”. В остальных видах используются ударные приемы руками и ногами, болевые и удушающие жесткие приемы.

Версия кулатуу – “Эртаймаш” в специальной литературе и интернет источниках часто сравнивается с состязаниями по «Панкратиону» и бразильским «Вале-Тудо».

Версия “Эр таймаш” используются ударные приемы в стойке и партере, и это контактная версия кулатуу. Соревнования по версии ММА “Эртаймаш” сегодня проводятся по международным правилам и эти соревнования привлекают своей зрелищностью и накалом спортивной борьбы и находят сторонников не только в Кыргызстане, но и за рубежом.

В качестве основного научно-методического источника можно назвать книгу Т.Турусбекова “Кулатуу” (2001), которая является на сегодняшний день ценным источником по истории зарождения (в ней изложены основные этапы развития) и современного состояния борьбы кулатуу в нашей республике.

В этом очень интересном и объемном издании изложены история возникновения, терминология и классификация боевых образов, действий и приемов национального единоборства кулатуу. Ценным в научно-методическом плане является разработка авторами специальной терминологии на кыргызском и русском языках, кроме этого впервые была разработана классификация боевых приемов и технических действий борьбы кулатуу. Особого внимания заслуживают принципы обучения основам техники упражнений кулатуу, подводящие упражнения и их логическая последовательность. В заключении в книге приведены правила соревнований и система оценки толчковых и ударных приемов современного кулатуу.

Кулатуу сегодня является одним из популярных и зрелищных национальных видов спорта в Кыргызстане и начинает завоевывать популярность во всем мире. Как как вид национальной борьбы в 1993 году он был включен в Календарный план республиканских спортивных соревнований Кыргызской Республики и в реестр видов спорта Единой спортивной классификации КР, согласно требованиям которой, по результатам спортивных соревнований и Чемпионатов присваиваются спортивные разряды и звания [1, 2, 5].

Кулатуу – как вид спорта вносит свой вклад в воспитание детей и молодежи в духе гуманизма, в укреплении здоровья и обеспечение физической подготовки к труду, к профессиональной деятельности, а также гуманистические принципы кулатуу способствуют становлению гражданского самосознания.

Знание основ народной педагогики, использование прогрессивных традиций и принципов образования и воспитания могут оказать большую помощь в осмыслении и решении проблем воспитания, выдвигаемых современной общественно-политической ситуацией. Народная педагогика может служить основой для выработки нового педагогического мышления, т.к. содержит опыт семейного и общественного воспитания, национальные традиции, идеи и взгляды по решению задач становления социально активной личности.

В связи с вышеизложенным, в процессе обучения и спортивной тренировки детей и молодежи, можно довольно успешно и гармонично сочетать современную систему обучения и воспитания, с лучшими достижениями народной педагогики. Идеи воспитания, основываемые на общечеловеческих ценностях и опирающихся на народную культуру способствуют формированию знаний, умений, навыков и компетенций социально активного специалиста-педагога, способного умело использовать ценности народной физической культуры для нравственного и физического воспитания подрастающего поколения. В процессе обучения новым приемам кулатуу, на учебно-тренировочных занятиях тренер использует образы различных животных, оружия происходит образно-чувственное восприятие преподаваемого материала, что положительно воздействует на активизацию памяти, мышления, качественного освоения техники кулатуу.

Сегодня перед специалистами стоит важная задача полноценной реализации культурных и воспитательных возможностей национальных видов спорта, дальнейшего научного обоснования, разработки методического обеспечения национальных видов спорта и игр, которые могут быть использованы для укрепления здоровья, физического и нравственного развития детей и молодежи.

Список литературы

1. Турусбеков Т.М. Кулатуу. – Бишкек: “Оптим Техноложис”, 2021. - 512 с.
2. Турусбеков Т.М, Осмоналиев А.К., Алыбаев С.Б. Современное состояние и перспективы развития борьбы кулатуу.//Материалы конференции “Современное состояние и перспективы развития национальной физической культуры”. - Бишкек: КГАФКС, 2005, С.73-79.
3. Уметов Т. Э., Тельтаева А. К. Педагогические возможности кыргызской народной педагогики в преподавании физики // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 43. – С. 151–158. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/76441.htm>.
2. Измайлов А. Народная педагогика: Педагогические воззрения народов средней Азии и Казахстане, Педагогика. 1991.
3. Турусбеков Т.М., Логвиненко О.С. Правила соревнований кулатуу по версии “Канжар кол” (“Саблист”). Материалы Республиканской научно-практической конференции,

посвящ. 80-летию видного общественного и государственного деятеля Д.Омурзакова, 2007. -С.87-92.

4. Жолдасбекова К.А. Классическое понятие культуры и политика государственного регулирования культурных процессов // Современные проблемы науки и образования. – 2012. – № 3. ;URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=6246> (дата обращения: 07.10.2022).
5. Kasmalieva A, Stamkulova G., Anarkulova A. The values of the traditional games of the turkic peoples // 5th International New York Conference on evolving trends in interdisciplinary research & practices October 3-5, 2021 Manhattan. – С.321-323.

УДК 37.012

САМОРЕАЛИЗАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ КАК ОСНОВНОЙ ПРИНЦИП ОБУЧЕНИЯ ОСНОВАМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ЗАНЯТИЯХ АЭРОБИКОЙ

Бабина Анна Александровна

Тюменский индустриальный университет, г. Тюмень, Россия

Аннотация: В статье рассматриваются принципы обучения здоровому образу жизни. Здоровье рассматривается с позиций гуманистической психологии как осознание своих потребностей, возможностей, готовность к самосовершенствованию и самореализации. Показан механизм самопознания - вербализация как основа принципа обучения и приобщения к выбору оптимальной двигательной активности.

Ключевые слова: физическая культура, здоровый образ жизни, индивидуальный подход, самореализация.

SELF-REALIZATION AS THE MAIN PRINCIPLE OF TEACHING A HEALTHY LIFESTYLE IN AEROBICS CLASSES

Babina Anna Alexandrovna

Tyumen Industrial University, Tyumen, Russia

Abstract: The article discusses the principles of teaching a healthy lifestyle. Health is considered from the standpoint of humanistic psychology as awareness of one's needs, capabilities, readiness for self-improvement and self-realization. The mechanism of self-knowledge is shown - verbalization as the basis of the principle of learning and familiarization with the choice of optimal motor activity.

Keywords: physical culture, healthy lifestyle, individual approach, self-realization.

Приобщение обучающихся к ценностям и занятиям физической культуры - важное слагаемое общих образовательных принципов здорового образа жизни. И сегодня проблема здоровья является объектом изучения многих областей научного знания. В медицине здоровье - отсутствие заболеваний, однако в психологии, например, здоровье - открытость опыту, готовность к изменениям и самосовершенствованию (К. Роджерс), осознание собственных потребностей, адаптивность и ответственность (Ф.Пёрлз), реализация своих способностей (А. Маслоу), в философии здоровье - осмысленность жизни и реализация своих способностей (В. Франкл), ответственность и уверенность в собственных силах (Э.Фромм).