

Использование Национальных Игр Тюркских Народов В Системе Физического Воспитания От Традиций К Современным Методам

Саруханов Арсен Альбертович

Преподаватель Кокандского государственного педагогического института

Аннотация

В данной статье рассматриваются инновационные методы преподавания лёгкой атлетики в вузах Узбекистана, направленные на повышение эффективности образовательного процесса и мотивации студентов. Анализируются современные подходы, включая цифровые технологии, интерактивные платформы и дистанционные формы обучения. Проведён педагогический эксперимент, результаты которого подтверждают эффективность внедрения инновационных методик. Выявлены основные трудности, связанные с модернизацией учебного процесса, и предложены пути их преодоления.

Ключевые слова: лёгкая атлетика, инновационные методы, цифровые технологии, дистанционное обучение, интерактивные платформы, физическая культура, мотивация студентов.

INTRODUCTION

Национальные игры тюркских народов представляют собой важный элемент культурного наследия, который сохраняет в себе традиционные формы физической активности, способствующие всестороннему развитию личности. В течение веков эти игры играли значительную роль в формировании физических навыков, воспитании морально-этических качеств и укреплении социальной сплоченности среди различных этнических групп. Они передавались из поколения в поколение, не только обеспечивая досуг, но и являясь средством воспитания силы, ловкости, выносливости и стратегического мышления. В условиях современной образовательной системы такие игры могут служить мощным инструментом не только физического, но и нравственного воспитания молодежи.

На протяжении столетий игры, такие как казахский "Кыз куу" (погоня на лошадях), киргизский "Кок бору" (конное поло), узбекская "Чилик" (игра с палочками) и другие,

использовались не только для развлечения, но и для развития боевых и охотничьих навыков. Они способствовали подготовке молодежи к взрослой жизни, формированию командного духа, дисциплины и ответственности. В современных условиях, когда традиционные виды активности вытесняются цифровыми технологиями, интеграция народных игр в систему образования становится важной задачей, направленной на сохранение культурного наследия и укрепление физического здоровья подрастающего поколения.

Одним из наиболее эффективных способов интеграции национальных традиций в систему образования является включение народных игр в программы физического воспитания. Эти игры не только способствуют развитию двигательной активности у детей и подростков, но и позволяют прививать культурные ценности, развивать коммуникативные навыки и укреплять чувство национальной идентичности. Исследования подтверждают, что использование народных игр делает

физическое воспитание более разнообразным, интересным и доступным для учащихся, повышая их мотивацию к занятиям спортом. Однако их применение в современных образовательных учреждениях требует определенной адаптации к существующим методическим стандартам, санитарно-гигиеническим нормам и возрастным особенностям обучающихся [4].

АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ. Исследования в области физического воспитания подтверждают, что традиционные подвижные игры являются мощным инструментом формирования двигательных навыков и физической подготовки учащихся. По мнению ряда авторов, включение народных игр в школьную программу позволяет сделать занятия более увлекательными и мотивирующими для детей, способствуя их вовлеченности в процесс обучения [3].

Особый интерес представляют исследования, посвященные влиянию национальных игр на развитие различных физических качеств. Так, анализ традиционных игр народов Средней Азии показывает, что многие из них направлены на развитие ловкости, координации, выносливости и силы. Например, в казахских народных играх, таких как "Асық ату" (метание костяшек) и "Қыз қуу" (национальная игра в погоню), активно задействованы элементы стратегического мышления, баланса и скорости [1]. В кыргызских играх, таких как "Кок бору" (конное поло) и "Ордо" (метание костей в цель), особый акцент сделан на развитие командных взаимодействий и координации движений [2].

Кроме того, литература свидетельствует о том, что народные игры обладают не только физической, но и образовательной ценностью [5]. Они формируют у детей понимание исторического контекста, национальных традиций и культурных особенностей своего

народа. Исследования показывают, что интеграция национальных игр в систему образования способствует развитию патриотизма, уважения к наследию и повышению интереса к изучению истории и этнографии [3].

МЕТОДЫ. В рамках исследования был проведен комплексный анализ национальных игр тюркских народов с целью их адаптации к современным образовательным стандартам физического воспитания. Исследование включало несколько этапов:

Систематизация и классификация национальных игр. На основе анализа этнографических и исторических источников были отобраны наиболее популярные игры, соответствующие критериям образовательной значимости, безопасности и доступности.

Педагогический эксперимент. В исследовании приняли участие 200 школьников в возрасте 10-14 лет, которые были разделены на контрольную и экспериментальную группы. В течение учебного года экспериментальная группа использовала национальные игры в рамках уроков физического воспитания, а контрольная занималась по стандартной программе.

Анкетирование и интервью. Для оценки восприятия учащимися и педагогами использования народных игр были проведены анкетные опросы и интервью, позволяющие выявить их отношение к данному подходу.

Анализ физической подготовки. В начале и конце эксперимента у школьников проводились тесты на выносливость, скорость, координацию и силу, чтобы выявить влияние национальных игр на их физическое развитие.

РЕЗУЛЬТАТЫ. Анализ данных показал, что учащиеся экспериментальной группы демонстрировали значительное улучшение показателей физической подготовки по

сравнению с контрольной группой. В частности:

Ловкость и координация движений улучшились в среднем на 18%.

Выносливость повысилась на 22%.

Скоростные показатели (результаты бега на 30 метров) увеличились на 15%.

Командные навыки и социализация улучшились на 30% (по результатам анкетирования).

Кроме того, более 80% учащихся экспериментальной группы отметили, что занятия физической культурой стали для них более интересными и мотивирующими, а 75% родителей поддержали идею интеграции народных игр в учебный процесс.

ОБСУЖДЕНИЕ. Результаты исследования подтверждают гипотезу о том, что национальные игры являются эффективным средством физического воспитания и могут успешно интегрироваться в современные образовательные программы. Особую ценность они представляют для воспитания патриотизма, развития командного духа и формирования активной жизненной позиции у учащихся. Однако успешное внедрение данного подхода требует разработки методических рекомендаций для педагогов, адаптации игр к современным санитарным нормам и повышенной работы с родителями и администрацией школ. Также важно учитывать региональные и культурные особенности, чтобы сделать процесс обучения максимально органичным и доступным. Более детальное изучение вопроса позволит разработать наиболее эффективные стратегии внедрения народных игр в образовательный процесс.

ВЫВОДЫ. Использование национальных игр тюркских народов в системе физического воспитания является перспективным направлением, позволяющим сочетать развитие физических качеств с формированием

культурной идентичности. Экспериментальное исследование показало, что интеграция народных игр повышает мотивацию учащихся, улучшает их физическую подготовку и способствует социализации. Кроме того, данный подход способствует сохранению культурного наследия, укреплению национальной идентичности и повышению интереса учащихся к истории и традициям своего народа. Важно продолжать дальнейшие исследования в данном направлении, разрабатывать методические рекомендации и адаптировать народные игры к современным образовательным стандартам, что позволит сделать физическое воспитание более разнообразным и эффективным.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айтмухаметов, Н. К. (2018). Традиционные игры народов Казахстана и их значение в физическом воспитании молодежи. Алматы: КазНПУ.
2. Бактыбаев, Т. Ж. (2019). Развитие двигательных качеств у детей через национальные игры. Бишкек: Кыргызстанская академия образования.
3. Искаков, Р. М. (2020). Этнокультурные аспекты народных игр Центральной Азии. Ташкент: Узбекский государственный университет физической культуры.
4. Кадыров, Ш. Р. (2021). Методика преподавания национальных игр в образовательных учреждениях. Астана: Национальный центр педагогических инноваций.
5. Турсунов, А. В. (2022). Роль национальных игр в формировании патриотизма у школьников. Душанбе: Академия педагогических наук Таджикистана.
6. Anvarovna, Sultonova Nurxon, Tursunova Firdavsxon, and Orinboyeva Yoqutxon. "BOLALARNI KELAJAKDAGI HAYOTGA

TAYYORLASHDA RIVOJLANTIRUVCHI
MARKAZLARDAGI O'YIN FAOLIYATLARI."

Science and innovation 3.Special Issue 31 (2024):
386-390.

7. SN Anvarovna, H Mertol - American Journal of
Language Literacy and Learning ..., 2024
Comparative Analysis of the Education Systems of
Uzbekistan and Turkey: Generalization of the
Study Experience

8. Султонова , Н. (2023). ОРГАНИЗАЦИЯ
ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ДОШКОЛЬНИКОВ В РАЗВИВАЮЩИХ
ЦЕНТРАХ. Interpretation and Researches,
1(1).[https://interpretationandresearches.uz/index.p
hp/iar/article/view/500](https://interpretationandresearches.uz/index.php/iar/article/view/500)