

**НАЦИОНАЛНА СПОРТНА АКАДЕМИЯ «ВАСИЛ ЛЕВСКИ»  
КАТЕДРА «БОРБА И ДЖУДО»**



**ЖАНИБЕК КУДЕРИЕВ**

**СОЦИАЛНО-ПЕДАГОГИЧЕСКА РОЛЯ НА НАРОДНО-  
НАЦИОНАЛНИТЕ ИГРИ**

**А В Т О Р Е Ф Е Р А Т**

**София, 2018**

**НАЦИОНАЛНА СПОРТНА АКАДЕМИЯ «ВАСИЛ ЛЕВСКИ»**

**Катедра «Борба и джудо»**

**ЖАНИБЕК КУДЕРИЕВ**

**СОЦИАЛЬНО – ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РОЛЬ НАРОДНО-  
НАЦИОНАЛЬНЫХ ИГР**

**А В Т О Р Е Ф Е Р А Т**

на дисертационен труд за присъждане на образователната и научна степен «Доктор», професионално направление 7.6. педагогика на обучението по физическо възпитание

**Научен ръководител:** Проф. Петър Киров, доктор

**Официални рецензенти:**

**София, 2018**

Дисертационният труд е обсъден и насочен за публична защита от разширен научен колегиум на катедра «Борба и джудо» при НСА «Васил Левски» на 04.10.2018 г.

Трудът е с обем от 145 стандартни страници, в т.ч. Библиография, която включва 123 източника.

Публичната защита ще се състои на 04.12.2018 г. От 14.00 часа в зала А-3 на НСА «Васил Левски» на заседание на специализираното научно жури. Материалите по защитата на дисертацията са на разположение в библиотеката на НСА «Васил Левски».

**Забележка:** номерацията на фигурите и таблиците в автореферата, съответства на тази от дисертацията.

## УВОД

**Актуалност на изследването.** На границата между XX и XXI се поставят методологичните, ценностни, хуманистични основи на бъдещето на физическата култура и спорта, които все повече придобиват междудисциплинарен характер. Спрямо съвкупността от сфери на хуманитарното знание този анализ има „междинен“ характер, тъй като той не само изисква активното използване на общотеоретичните положения от философията, етиката, социологията и културологията, но и се явява конкретен опит за междудисциплинарен синтез на знанията, получени от различните хуманитарни науки [9].

Физическата култура и спортът са съставна част от общата култура на човечеството, те са част от реалностите на съвременното общество, значимостта на които непрекъснато расте. Това води до формирането на един по-широк философско-културологичен поглед върху тях. Въпреки редицата неоспоримо програмни признаци на своето развитие, през XX в. физическата култура не се превърна в необходимост за повечето хора, тя функционира в основните сфери на човешката жизнена дейност и в обществото на крайно ниско ниво, без да предоставя на това общество запас от „стабилност“ във вид на здраве, функционална подготовка, психическа устойчивост и емоционална удовлетвореност [1].

Обективната тенденция за промяна на характера и съдържанието на труда дори днес (и особено за в бъдеще) изисква прилагане на цялата съвкупност от човешки сили и способности: физически, емоционални, психически, интелектуални. Във връзка с това е важно човекът и обществото да осъзнаят цялото богатство на такова социално явление като физическата култура, което носи в себе си неocenен ценностен потенциал. Това обуславя необходимостта да се обърне сериозно внимание на теоретико-методическите основи на физическата култура. Нейното осмисляне по качествено нов начин се свързва преди всичко с влиянието ѝ върху духовната сфера на човека. При това е важно

разбирането и възприемането на човека като цялост, тъй като представата за неговото „делене“ на отделни независими части е погрешна и илюзорна. Без съмнение при решаването на тези проблеми определена роля имат и данните от теорията, културата като цяло, които позволяват да се систематизират и интегрират разпокъсаните хуманитарни знания от различните дисциплини за човека и обществото[39].

Постановката на тези въпроси е особено актуална във връзка с: променените ценностни ориентири (процесите на демократизация, хуманизация и хуманитаризация на обществото поставят в центъра на културосъобразния прогрес самия човек); преосмислянето на дейността във всички сфери на живот на обществото, където физическата култура и спортът, както и националните игри не са изключение. Физическата култура, спортът, здравословният начин на живот трябва да се превърнат в сигурна защита, която да помогне на човек да се адаптира към променящите се условия на живот, да противостои на непрекъснато влошаващата се екологична обстановка.

## ТЕОРЕТИЧЕН АНАЛИЗ И ПОСТАНОВКА НА ПРОБЛЕМА

Общата култура на личността отразява широтата на овладяване на ценностното съдържание на духовната и материална култура, степента на приобщаване на личността към създаването на тези ценности, готовността и способността за тяхното продуциране. Физическата култура се явява като съставна част на общата култура, като изключително важна качествена динамична характеристика на личностното развитие, като фундаментална ценност, определяща началото на социокултурното битие на човек, като начин и мярка за реализиране на неговите същностни сили и потенциал.

Трябва да се отбележи, че народните и национални игри имат специално място във физическата култура, тъй като те въздействат върху човек и като биосоциално същество, и като личност, определяйки в съществена степен неговото здраве, общата и физическата му трудоспособност, както и продължителността му на живот.

Системата на народни и национални игри пряко и индиректно обхваща такива свойства, качества и ориентации на личността, които ѝ позволяват да се развива в хармония с културата на обществото, да постига съответствие на знанията и творческите действия, на чувствата и общуването, физическото и духовното, да разрешава противоречия между природата и производството, между труда и почивката. Постигането на такава хармония гарантира на личността социална устойчивост, продуктивно участие в живота и труда, създава психически комфорт. В това отношение физическата култура представлява социален фактор за целесъобразно въздействие върху процеса на физическо усъвършенстване на човека.

Затова едно от решаващите условия за пълноценно интелектуално възпитание в сферата на физическата култура е обогатяването на хората със знания, разкриващи съдържанието на физкултурно-спортната дейност, начините за прилагането на тази дейност в живота на човека. При това по този начин се формират научните представи и светоусещането на хората за този

феномен като елемент от общата куртура и незаменимо средство за физическо усъвършенстване и укрепване на човешкото здраве.

### **Хиротеза на изследването**

Предполагаме, че полученият фактически материал ще положи основа за използването на националните видове спорт, народните подвижни игри и физически упражнения като ефективно средство за физическо възпитание на подрастващото поколение в Република Казахстан. Също така очакваме получените данни да способстват провеждането на занимания по казахстанските национални видове спорт, народните подвижни игри и физически упражнения, отчитайки етнопедагогическите, етнопсихологическите и други особености на занимаващите се.

## **ЦЕЛ, ЗАДАЧИ, МЕТОДИ И ОРГАНИЗАЦИЯ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО**

**Целта на изследването** е да се разкрие съдържанието и социално-педагогическата роля на народно-националните игри като социокултурен феномен; да се покаже ролята на играта, агонистиката в развитието на физическата култура и спорта, на телесността.

За осъществяването на целта поставихме следните **задачи на изследването**:

1. Да се направи анализ на научно-методическата литература по темата на изследването.
2. Да се разработи научен апарат и да се подберат методи, отговарящи на темата на изследването.
3. Да се покажат мястото и ролята на физическата култура и спорта като фактор за социално развитие на личността, като елемент от нейната индивидуална култура.
4. Да се докаже значението на изследванията в областта на социално-биологическата проблематика, отнасяща се до разбирането същността на човека.

**Предмет на изследването** е открояване на социално-педагогическата роля на народно-националните игри при заниманията с ученици и младежи.

**Обект на изследването** е използването на народно-националните игри в училищната учебна програма.

### **Методика на изследването**

Проучването на състоянието на проблема за научно-методическото и педагогическо обосноваване на съдържанието на националната физическа култура на казахите ни позволи да установим редица положения, които имат принципно-научно и конкретно-методическо значение. При това ни се удаде да установим такива значения, за които е характерна най-остра и практическа необходимост на съвременния етап на развитие на физическата култура и спорта, както и на националната физическа култура на казахите. Това се отнася



в частност и за педагогическото съдържание на националната физическа култура, нейното многообразие, взаимодействието между нейните части в общата система на учебно-възпитателното въздействие върху подрастващото поколение.

Във връзка с това използвахме следните методи на изследване:

1. Теоретичен анализ на общата и специална литература по изследвания проблем.
2. Полеви метод.
3. Педагогическо наблюдение
4. Педагогически експеримент (тестиране, проучване, беседа, анкетиране).
5. Математически методи за обработка на експерименталните данни.

### **Организация на изследването**

Етапи на изследването

1. *Констатиращ етап* – февруари-май 2010 г. с цел установяване нивото на подготовка на учениците за решаване на задачите за развиване на системата на физическото възпитание въз основата на казахски национални игри. На този етап се определиха интересите, склонностите, ценностната ориентация на учащите, техните способности за физически натоварвания. Беше разработена и методиката на изследване (съдържание, методи и форми на обучение), организацията на образователния процес, които да способстват въвеждането на системата за физическо възпитание на учениците на основата на казахските национални игри. Беше доказана ефективността на физическото възпитание на учениците на основата на казахските национални игри.

2. *Формиращ етап* – септември-декември 2011 г., в хода на който изработихме собствен подход към организацията на физическото възпитание на учениците на основата на казахските национални игри. На този етап също така бяха апробирани учебните и методологични материали и подходи; междинните резултати бяха подложени на количествена и качествена оценка.

3. *Контролен етап* – януари-февруари 2012 г., по време на който се занимавахме с особеностите на организацията на физическото възпитание на учениците на основата на казахските национални игри, с педагогическите условия, способстващи ефективността на дадения процес. Уточнихме също така и начините на контрол и оценка на здравното състояние на децата от горните училищни класове. Изследването на учениците от тези класове се провеждаше през деня, като в него участваха и преподаватели по физическо възпитание, както и хигиенен инспектор.

**Контингент на изследването** бяха 150 ученици от прогимназиална степен, които бяха разделени на две групи: експериментална (ЕГ), в която влязоха 75 деца, и контролна (КГ), в която се преподаваше по стандартната училищна програма.

## **РЕЗУЛТАТИ И АНАЛИЗ**

### **Генезис на играта и понятийно-универсално определение на играта**

Въпросът за играта в теоретично отношение е самостоятелен, сложен и в много аспекти нерешен проблем. В дадената научна работа не можем да поставяме задача за подробното му изследване. Но в условията на недостатъчна изясненост на самия проблем за играта винаги остава основание да се надяваме, че известната концепция „игра-култура“ може да се превърне в теоретична основа за философски анализ на физическата култура и спорта. В този раздел на дисертационното изследване сме направили опит да уточним някои общи положения от философската теория за игровата дейност [37].

Анализът на играта като вид възпроизводство на режима на рефлексивното битие на човек представлява съществен интерес дори и по тази причина, че в редица изследвания игровата дейност се разглежда като най-истинския тип човешка дейност.

Играта по своеобразен начин моделира и отразява съзнанието и самосъзнанието на обществото, като същевременно се явява специфичен показател за неговото състояние и доминиращи ценностни ориентации [55].

Предложените в даденото изследване подходи към генезиса на играта могат да бъдат продължени при изучаването на този научен пласт от световната култура.

### **Агонистиката като проява на същностните основи на спорта**

Елементите на агоналната култура имат своето стабилно място във фундамента на европейската култура. Това са правата и достойнствата на личността, задължителността на закона всички, понятието за авторитет като възможност да се запази собствената идентичност и т.н. С това е свързана и високата оценка за творческото начало в дейностите на индивида, правата за

авторство, забраната за плагиатство и т.н. Също така ориентацията към „теоретичния“ (съзерцателен) начин на живот, голямото значение на знанията и науката, на изкуството и философията, които възплащават и патоса, и конкретните елементи на агонистиката.

И ако физическата култура от момента на възникването си поставя задачата за постигане на физическо съвършенство, за развиване на физическите възможности на човека във връзка с оптималното му функциониране, то спортът се ориентира не към постигане на здраве и физическо съвършенство, а към рекорди, конкурентни резултати, които носят преди всичко парично възнаграждение на спортиста и неговия мениджър. Дори и моралните стимули във вид на грамоти, медали, титли и др. изпълняват ролята на социален имидж, на наградни фетиши, които скриват истинската цел – парите. Това е възнаграждението на спортиста за неговия професионализъм и пълната му отдаденост на спорта, това е възнаграждението на бизнесмена за материалния му принос в подготовката на спортиста и в състезанията. Днес спортът все повече се превръща в един „бизнес отрасъл“ [54].

Жаждата на зрителя за безопасни кървави зрелища, която така явно се е проявявала в римската и средновековна епоха, днес е сублимирала в спорта, в различните единоборства (също и в школите по бойни изкуства).

Спортът представлява игрова непроизводителна състезателна дейност, насочена към изявата на най-високото ниво на развитие на определени качества и умения. Спортът е възникнал едновременно с възникването на човека, по-точно с появата на самосъзнание у хората. Той се развива от необходимостта от себеизразяване. Всеки човек се различава по нещо от останалите. Но тази уникалност се нуждае от основания, утвърждаване, признаване от обкръжаващите. И човек приема тези правила, съпоставяйки себе си с другите, което и поражда стремежа към първенство в дадена област. Именно така възникват спортните състезания, спортните отношения като особен вид социални отношения, ориентирани към утвърждаване на водачеството на нивото на развитие на определени качества. В условията на

общественото внимание човек влиза в състезание с другите, мобилизирайки всички или повечето от качествата си, преживявайки своеобразно повишаване на жизнената енергия, което пък увеличава индивидуалната му дееспособност.

В условията на търговски интерес към спорта се засилват и изискванията за неговата зрелищност, реализацията на която предполага редовно провеждане на спортни състезания, както и тяхното материално-техническо обезпечаване. Процъфтява спортната реклама, създават се спортни съюзи, установяват се национални и международни контакти. През 1894 г. в Париж се създава Международният олимпийски комитет (МОК), за да възстанови Олимпийските игри. И както отбелязва Кубертен в Сорбоната (1894) в обръщението си за възраждането на Олимпийските игри, а също и в посланието си „Философските основи на съвременния олимпизъм“, декларирано в Берлин през 1935 г., първата и главна характеристика на олимпизма трябва да бъде „Религията на атлетизма“.

Социалното поведение и моралният облик на спортния елит трябва да служат като нагледен пример за младежката маса, затова Кубертен призовава да се учреди кодекс на спортното рицарство, честната игра, изключваща взаимното недоверие и неразбиране, като сам полага не малко усилия за създаването на този документ.

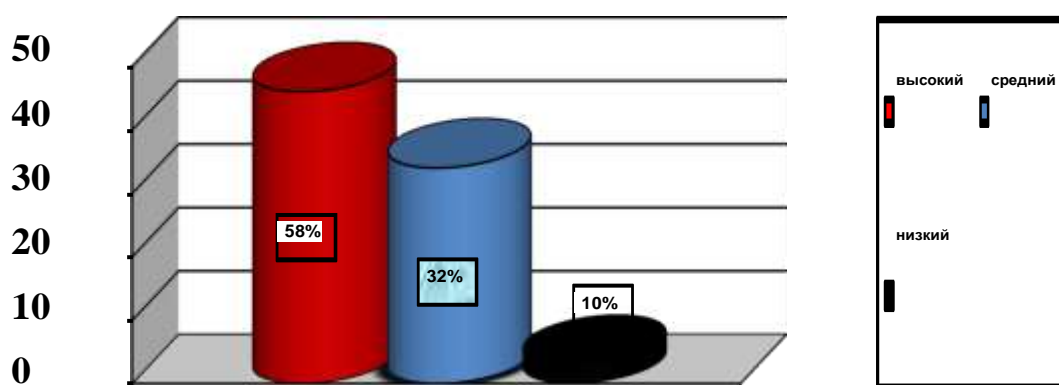
Така физическата култура и спортът са социално организирана дейност, общ показател за която е състезателното начало, което способства за цялостната проява и развитие на физическите сили и възпитанието на нравствените качества на човек. В исторически план физическата култура и спорт са се оформили като вид състезателна дейност, като система от състезания (агонистика) и специална подготовка за тях, като начин за сравняване и усъвършенстване на човешките способности.

Направеният от нас кратък екскурс в историческия ракурс на развитието и формирането на спорта като специфична сфера на човешката дейност беше

необходим за осмисляне и разбиране феномена на играта, агонистиката в социокултурната му същност.

### **Експериментални изследвания, проведени в системата на физическото възпитание на основата на казахски национални игри**

От констатиращия етап на изследването получихме следните резултати: учениците имаха съответстващи на изискванията на казахските национални игри двигателни умения и навици, които можеха да използват и самостоятелно (фиг.6.)



Фиг. 6 Разпределение в проценти на гимназистите по групи според интереса им към казахските национални игри в края на експеримента

Така беше направен изводът, че реализирането на обоснованите експериментални изследвания, проведени в системата на физическото възпитание въз основата на казахски национални игри, както и ориентирането на учениците към тези национални игри резултатно влияе върху формирането на самоопределение у гимназистите, повишава интереса им към казахските национални игри, а класните и извънкласни дейности по формиране на интерес към казахските национални игри им носят удовлетворение. Всичко това потвърждава хипотезата на нашето изследване.

### *Тест-въпросник по физическа култура (Приложение А)*

*Цел:* анализ на индивидуалните особености на физкултурните цели на учениците.

Трябва да се отбележи, че *физкултурни цели* представляват „проекция“ на целия жизнен опит на личността към задачата ѝ за самоопределение, за избор на построяване на лична оздравителна перспектива.

В резултат от факторния анализ във въпросника могат да се открият определени, качествено своеобразни, физкултурни установки.

Математико-статистическата обработка на емпиричната информация от резултатите извършихме чрез изчисляване на средните стойности.

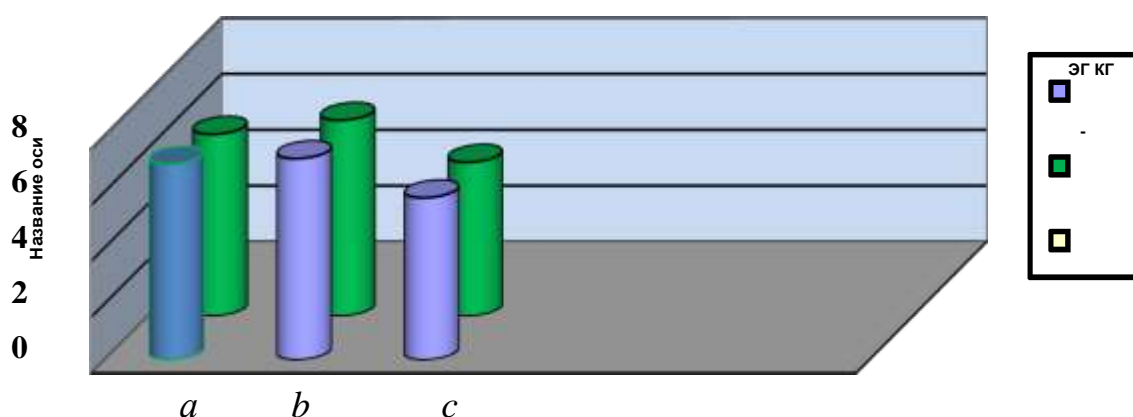
Съпоставянето на параметрите на *личностната приспособимост* на учениците от ЕГ с тези на гимназистите от КГ, ограничаващи се с усвояването на стандартната училищна програма, ни позволява да констатираме, че първата от посочените групи респонденти най-позитивно възприема и се грижи за социалните си взаимоотношения (фиг. 7)

Данните от диагностиката показаха, че за разлика от връстниците си, усвояващи стандартната училищна програма, гимназистите, преминали подготовка по казахски национални игри имат следните характеристики:

- държат се уверено във всекидневните си социални контакти, имат активна позиция по отношение на обкръжаващите;
- възприемат положително отношенията си с останалите членове на семейството (родители, баби, дядовци, братя, сестри и др.);
- имат по-позитивен емоционален фон в поведението и световъзприемането си, усещат по-добре своите индивидуални преживявания;
- чувстват се комфортно и не се притесняват от безпокойства – съществуващи или несъществуващи.

Групи	<i>A</i>	<i>B</i>	<i>C</i>
Експериментална група	7	6,2	4,8

Фиг.7 Личностна приспособимост на учениците от ЕГ и КГ (в точки)



- Фиг.8 Приспособимост на учениците от ЕК и КГ

Синтезът на статистическите и диагностични показатели дава възможност да се предположи, че се формира правилен светоглед. Кристализирането на ролева или делова структура „Аз съм представител на своя народ“ пък съдейства за разширяване границите на самосъзнанието на развиващата се личност, за неговото адекватно систематизиране, за правилния и конструктивен смислов обем на възприемане и оценка на различни въпроси.

При това и учениците от ЕГ, и останалите гимназисти показват сходно ниво на резултатите по отношение на доброжелателност спрямо останалите хора.

Както при учениците от ЕГ, така и при тези от КГ се наблюдава сходно отношение към съществуващите правила, сходна инверсия, изразяваща се в интерес към казахските национални игри. Следва да се отбележи, че



учениците от ЕГ в по-голяма степен от връстниците си от КГ забелязват независимостта на общоприетите правила, което определя областта на жизненото им самоизразяване.

**Определяне нивото на компетентност на учителя по физическо възпитание.** Трябва да се отбележи, че индивидуалните особености на преподавателя по физическо възпитание влияят силно върху построяването на личната здравна перспектива на учениците. Учителят по физическо възпитание, специализиращ в областта на казахските национални игри, трябва да: има знания по методиките и програмите по физическо възпитание, основани на казахските игри; да разбира особеностите на психо-физическото развитие на учениците; да познава техните анатомичните и физиологични особености; да е наясно с принципите на разпределение на учениците по групи въз основа на здравното им състояние; да има навици в оказване на медицинска помощ, в опазване здравето на децата, в техниката на безопасност при работата със спортни съоръжения и инвентар, както и да владее елементите, прийоми и методите на казахските национални игри.

Учителят по физическо възпитание, специализиращ в областта на казахските национални игри, трябва да притежава и някои *проектни умения*, като: планиране на дейностите в съответствие с целите на възпитанието, обучението и развитието на учениците, в съответствие с техните възрастови и индивидуални психо-физиологически особености; планиране на заниманията с оглед на диференциран подход, основан на диагностика и анализ; умение целесъобразно да използва средствата за онагледяване и техническите средства за обучение в мероприятията по физическо възпитание; знания, умения и навици да използва различни начини за съставяне на план, като използва иновационен опит и практиката си по казахските национални игри.

Към *конструктивните умения* на учителя по физическо възпитание, специализиращ в областта на казахските национални игри, спадат: изборът на приемливи методи и прийоми на работа с учениците; спазване на педагогическите условия за обучение и възпитание на ученици; познаване на

оптималния избор от видове и форми на работа; икономично разпределение на времето в час; дидактически обусловени преходи от началния етап на заниманията към следващите, от простото към сложното; спазване на последователността и систематичността при развиването на физически умения, знания и навици у учениците.

*Организационни умения* на учителя по физическо възпитание, специализиращ в областта на казахските национални игри: организиране на ученическия колектив; използване на разнообразни видове и форми на управление на този колектив; организация на часовете, допълнителните занимания с оглед на психологическото и физиологично развитие на учениците, техните предпочитания; използване на разнообразни прийоми за включване на учениците в различни видове двигателна активност; възпитаване на умения за самоорганизиране и самостоятелност; организиране на тренинги за класните ръководители, родителите, колегите, както и на съвместни мероприятия за деца и родители.

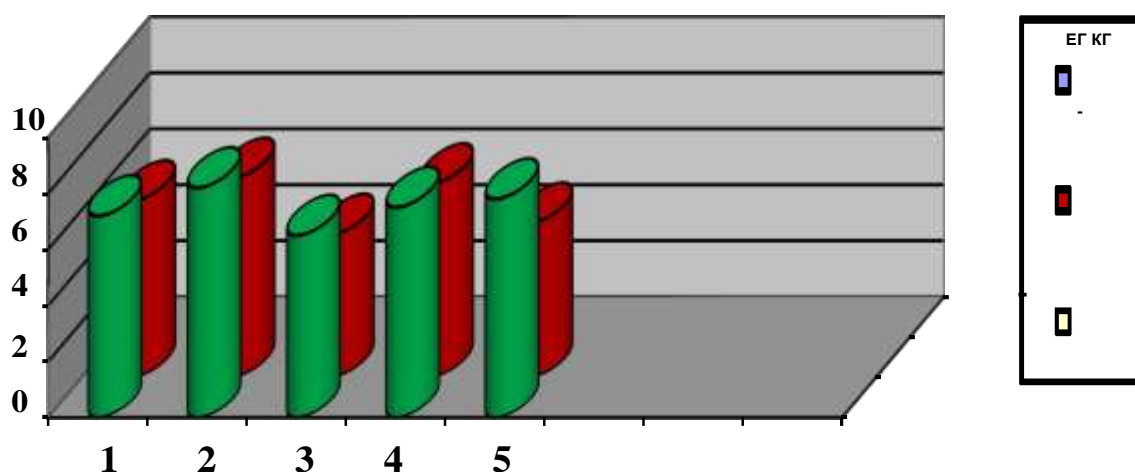
Учителят по физическо възпитание, специализиращ в областта на казахските национални игри, трябва да притежава и някои *комуникативни умения*, като: да подкрепя ученика, когато е необходимо, да му вдъхва увереност в собствените сили; да изисква справедливост в училищния колектив; да създава положителен психологически климат; да предугажда и решава конфликтни ситуации.

Към *отличителните характеристики* на учителя по физическо възпитание, специализиращ в областта на казахските национални игри, се отнасят още: изобретателност при организирането на училищния колектив, развито въображение, изразителност на речта, добра дикция, наблюдателност и внимание, артистични способности.

На съответния етап от изследването бяха организирани беседи и анкета с родители, въпросите и резултатите от която са представени на фигури 9 и 10.

ИНДИВИДУАЛНИ ЦЕННОСТИ	Ниво на знания	Проектни умения	Конструктивни умения	Организаторски умения	Комуникативни умения
Експериментална група	7,2	8,2	6,5	7,5	7,8
Контролна група	6,3	7,1	5,1	6,9	5,5

Фиг.9 Анализ на индивидуалните особености на преподавателя по физическо възпитание (в точки)



Фиг.10 Анализ на индивидуалните особености на преподавателя по физическо възпитание (графика)

От анализа се вижда, че за учениците от ЕГ голяма личностна значимост имат ценностните качества на преподавателя по физическа култура. Те оценяват също така в голяма степен и духовното удовлетворение.

### **Резултати от анкетирването на родителите:**

Въпрос-отговор 1: Редовно ли се занимавате с казахски национални игри? ДА-25%. НЕ-75%.

2. Имате ли у дома снаряжение или оборудване, спортен инвентар по казахски национални игри? ДА - 15%. НЕ - 85%.

3. Детето ви спазва ли дневен режим? ДА - 70%. НЕ - 30 %.

4. Какви начини за отдых избира детето ви в почивните дни?

а) подвижни казахски национални игри – 30%;

б) спортни казахски национални игри – 10%;

в) настолни казахски национални игри – 50%;

г) сюжетно-ролеви казахски национални игри – 35%;

д) музикално-ритмични физически упражнения – 5%;

е) гледане на телевизия – 65%;

ж) работа с конструктори или други творчески занимания – 25%;

з) четене на книги – 10%.

Резултатите от проведената анкета показаха, че родителите познават начините за укрепване на здравето на учениците чрез физически упражнения и подвижни казахски национални игри, но изпитват трудности поради липса на достатъчно опит, недооценка на важността на дадения вид дейност, непознаване на начините на организация и ръководство, както и на възрастовите особености на детето, а също и поради игнориране интересите и желанията на детето. Допитването показва също така, че родителите се нуждаят от знания как да обучават децата си на казахски национални игри в семейни условия, което определи насоката на търсене на оптимален модел на взаимодействие между семейството и преподавателя по физическо възпитание.

За ефективността на даденото взаимодействие бе проведен анализ на нивото на подготвеност по контролните тестове за физическо натоварване, предвидени в програмата по физическо възпитание на основата на казахски национални игри за гимназисти.

Изследването на развитието на базовите физически движения, основани на казахски национални игри, при гимназисти се проведе върху следните видове движения: спортно ходене, бавно бягане, скок дължина и хвърляне на различни уреди. За анализ на резултатите от диагностиката използвахме скала за оценяване на физическата подготовка на гимназисти. При анализа на развитието на основните движения се отбелязваха качествени и количествени резултати.

Качествените резултати показват характера на изпълнение на основните движения на казахските национални игри. По-нататък представяме характеристиките на оценяваните показатели.

*Спортно ходене.* Корпусът на тялото и главата са изправени, без напрежение, раменете са отведени леко назад, движенията на краката и ръцете са съгласувани, ходи се равномерно, със свободна крачка. Краката не се повдигат високо.

*Бавно бягане.* Корпусът и главата са леко наклонени напред, движенията на краката и ръцете са синхронизирани, краката се движат равномерно, бавно, но без да ситнят.

*Скок дължина.* Силен тласък при откъсването от земята и меко приземяване с полусвити крака.

*Хвърляне на уреди.* Правилно изходно положение – при хвърляне с дясна ръка левият крак е изнесен напред, тежестта на тялото се пренася на десния крак; в момента на хвърлянето корпусът на тялото се завърта наляво, а тежестта се пренася на противоположния крак. При хвърляне с лява ръка положението на краката, тялото и ръцете е обратно. При хвърлянето се гледа добрият замах, спазването на указаната посока и дистанцията.

Количествените показатели отчитат броя изпълнявани движения за единица време.

*Спортно ходене.* Отчита се времето в секунди за ходене на дистанция 30 м.

*Бавно бягане.* Отчита се времето в секунди за бягане на дистанция 30 м.

*Скок дължина от място.* На земята се чертае линия. Ученикът застава пред нея, като върховете на пръстите му я докосват. Трябва да скочи далеч над чертата. Отчита се разстоянието от чертата до петите на ученика в момента на приземяването. Скокът се повтаря няколко пъти.

*Скок височина с разбег.* Между стойки се опъва въже на височина 40-60 см за учениците от 7-8 клас, 65-75 см за учениците от 9-10 клас и 75-85 см за единадесетокласниците. Ако ученикът не може да преодолее указаната височина, въжето се спуска едно ниво по-надолу. Засилването е 4-5 м. Височината се повишава постепенно, като се записва най-високата преодоляна от ученика височина.

*Хвърляне на уреди на разстояние.* Хвърлят се торбички с тегло 500 г за учениците от 7-8 клас и 600 г за учениците от 9, 10 и 11 клас. Ученикът застава до чертата и хвърля торбичката с всяка ръка по 2-3 пъти. Отчита се разстоянието от чертата до мястото на падане на торбичката (в метри). Записва се най-голямото разстояние.

Учениците от КГ и ЕГ изпълниха основните движения. Въз основа на получените резултати може да се направи извода, че учениците са подготвени на средно физическо ниво и се изисква разработване на система за физическо възпитание на основата на казахските национални игри.

На втория етап на взаимодействието задачата на учителя по физическо възпитание, специализиращ казахски национални игри, е да даде на родителите необходимия обем от знания за тези игри, да разясни особеностите и разнообразието на формите, формирания им потенциал.

При изпълнението на дадения етап на изследването в съвместната работа на учителя по физическо възпитание, специализиращ в областта на казахските национални игри, с децата широко се използваха родителските събрания, консултации, беседи, конкурси, тематични изложби, видеоматериали за организацията и провеждането на подвижните игри.

Проведената оценка на нивото на системата за физическо възпитание на основана на казахските национални игри на констатиращия етап показва

необходимостта от разработване на система за работа с всички участници в образователния процес: с ученици, родители и педагози.

За развиването на физическата подготвеност на гимназистите на основата на казахските национални игри, за повишаването заинтересоваността на родителите към тези игри, както и за повишаване майсторството у преподавателите на формиращия етап беше разработена система за работа по физическо възпитание на основата на казахските национални игри.

Системата на физическо възпитание на основата на казахските национални игри включва:

- предпазване и укрепване на физическото здраве на основата на казахските национални игри;
- усъвършенстване на физическото развитие и подготвеността на учениците за изпълнение на казахски национални игри;
- формиране на база двигателна и физическа култура, повишаване физическите качества на подрастващия организъм и неговата резистентност към болести.

За повишаване професионалната квалификация на педагозите на основата на казахските национални игри разработихме план на работа с тях за периода на изследователската ни дейност.

#### **План за работа с учителите по физическо възпитание:**

Разработване на методи за диагностика на иновационния потенциал на казахските национални игри и използване на иновационни образователни технологии в дейността на педагогическия колектив.

Провеждане на тренинги за повишаване иновационния потенциал на казахските национални игри.

Използване на Интернет-ресурси за подобряване качеството на събиране на информация за казахските национални игри.

Внедряване на информационни технологии в създаването на база данни за физическото развитие на учениците на основата на казахските национални игри.

Разработване на практически семинар с използване на интерактивни форми на обучение на казахски национални игри. Разработване на серия от методически пособия за педагогическите работници за създаване на условия за реализиране на задачите по развиването на системата на физическо възпитание на учениците на основата на казахските национални игри.

Внедряване на учебните и методически указания в практиката в областта на училищното образование на основата на казахските национални игри. Предаване на резултатите от иновативната дейност за подобряване системата на физическото възпитание на основата на казахските национални игри към общообразователните учреждения чрез системата на телевизията, тренингите, майсторските класове, семинарите, публикациите в медиите и др.

Сравнението на средните показатели от въпросника преди и след провеждането на педагогическия експеримент показва, че по редица показатели за функционална подготвеност резултатите на участниците в експерименталната група са се подобрили, докато показателите на контролната група бележат значително по-малък ръст.

Контролната и експерименталната група, които не се различават помежду си преди провеждането на експеримента ( $p > 0,07$ ), след него започват значително да се различават в показателите си. В ЕГ понижаването на сърдечния пулс в състояние на покой е от  $74,3 \text{ уд.} \cdot \text{мин}^{-1}$  до  $64,3 \text{ уд.} \cdot \text{мин}^{-1}$  при  $p < 0,07$ , докато в КГ тази промяна е статистически незначителна.

**Ниво на психо-физиологически възможности на учениците.** В резултат на прилагането на система за физическо възпитание на основата на казахски национални игри бяха констатирани големи промени в показателите на кратковременната и дълговременната памет, които се регистрираха по програмата „Възпроизвеждане“. Контролната и експерименталната група, които не се различават помежду си по този показател преди провеждането на експеримента ( $p > 0,07$ ), след него започват значително да се различават. В ЕГ увеличаването броя на правилно възпроизведените символи по програмата



„Възпроизводство“ (тест №1) нарастна от 4, 13 до 6, 11 при  $p < 0,07$ , докато в КГ това нарастване е незначително.

Здравето е състояние на всеки жив организъм, при което той като цяло и всички негови органи поотделно могат напълно да изпълняват функциите си, т.е. състояние на отсъствие на недъзи и болести.

В Устава на Световната здравна организация се казва, че „...здравето е състояние на душевно, физическо, социално благополучие, при което няма физически дефекти и заболявания.“

В повечето си изследвания западните учени определят начина на живот като „...огромна категория, за която са характерни индивидуални форми на поведение, реализация на физическите и природните дадености и възможности в трудовата дейност, в ежедневието, в културните традиции и обичаи, които са свойствени на един или друг социално-икономически строй“.

Физическата култура е основно средство за въздействие в процеса на физическото възпитание на подрастващото поколение на основата на казахските национални игри, за развиване навици за здравословен начин на живот, за организиране на свободното време, за възстановяване на физическите и нравствени сили.

В антропологичен аспект физическата култура е форма, начин и вид на съществуване на човека, историческо мерило за човешкия начин на мислене и живот, в което е синтезиран опитът на човечеството в усвояването на социалната, природната, обществената и културна действителност, формираща се, съхраняваща се, усъвършенстваща се и предаваща се от поколение на поколение чрез формите на човешката духовност. Такъв подход в разбирането на физическото възпитание се характеризира с механизмите на социалната приемственост, които възприемат физическата култура като социална необходимост.

Съвременен независим Казахстан преживява период на национално възраждане. Нарастващият интерес към историята на народа, към националната култура, към корените, формирали етноса, както и към неговата еволюция в

системата на световната цивилизация, са реалии, характерни за цялото постсъветско пространство на границата между двата века, наричани от отделни историци „ново национално възраждане“.

Използването на казахските национални игри като дидактичен метод в училищната образователна система ще позволи решаването на следните задачи:

- по-пълно и дълбоко да се разкрие същността на казахските национални игри;
- най-пълно да се разкрият основните принципи на дидактиката в процеса на обучение на казахски национални игри;
- по-добре да се организира учебно-познавателната дейност на учениците по време на тези часове, в които се усвояват знанията, уменията и навиците в казахските национални игри;
- да се установят външните и вътрешни обратни връзки, въз основата на които може да се осъществи коригиране на процеса на обучение по казахски национални игри.

От казаното по-горе може да се направи извод, че прилагането в сферата на образованието на дидактически метод чрез казахски национални игри развива системност на мисленето на обучаваните; поддържа всички видове познавателна дейност; развива принципите на индивидуализация на учебния процес, запазвайки неговата цялостност.

Показана е целесъобразността на прилагането на система за физическо възпитание въз основа на казахските национални игри в общообразователните учебни заведения. От анализа на резултатите става ясно, че показателите за физическа подготвеност на учениците от ЕГ са по-добри, отколкото резултатите на КГ.

Приведени са достоверни изменения в показателите на кратковременната и дълговременна памет, които са регистрирани по програмата „Възпроизводство“. Двете групи ученици, които не се различаваха помежду си по този показател преди началото на педагогическия експеримент, след него отбелязаха значителни разлики.

Народните подвижни детски игри представляват особен пласт на народната култура, в който се съдържа значителен естетически елемент и се отразява народният, поетичен поглед върху света. Изучаването на казахските национални игри като съвкупност от вербални и невербални фолклорни форми засяга най-дълбоките въпроси на етнопсихологията и позволява изключително деликатно да се навлезе в психологията на участващите. Включването на традиционните игри в образователното пространство има важно социално значение за тяхното реабилитиране и пропагандирането им. Също така се явява контрапункт на хипертрофираното, а понякога и опасно развитие на индустрията на игрите в съвременната масова култура – от телевизионните и компютърни игри, от игралните автомати до футболния фанатизъм. Всичко това се случва в условията на несъмнена психофизическа необходимост на детето от живо общуване, включително - игрово.

Усъвършенстването на системата за физическо възпитание на основата на казахските национални игри се приема от нас като перспектива за по-нататъшни изследвания.

## **ИЗВОДИ**

1. Осмислянето и утвърждаването на новите концептуални основи в условия, когато висша ценност във физическото възпитание се явява не изпълнението на контролните нормативи от общодържавната програма не подготовката на спортистите-разрядници, не утилитарното разбиране на общочовешки ценности като здравето и високото ниво на физическа подготовка, а личността, позволява да се говори за закономерно преобразуване на физическото възпитание в процес на възпитание на физическа култура у човека.

2. Развиването на физическата култура и спорта е една от най-важните съставляващи на социалната политика, която може да осигури реално въплъщаване в живота на хуманните идеали, ценности и норми. Затова е нужно активно да се влияе върху формирането на тези интереси, върху развитието на

нуждата от включване на физическата култура в ежедневиия живот на хората, върху постоянния стремеж за физическо усъвършенстване. В дисертационния труд специално се отбелязва, че значителна част от младежта не получава достатъчно образование в сферата на физическата култура, а нивото на физическа подготовка у младите хора като цяло не съответства на съвременните социално-икономически изисквания.

3. Физическата култура и спортът представляват сложно философско, културологично, социално-икономическо, педагогическо, психологическо явление, закономерностите на което още не са изучени, докато ролята му се увеличава в съответствие с развитието на обществото. В днешно време физическата култура и спортът се явяват не само противовес на тези отрицателни явления, които носи в себе си съвременната цивилизация, но и важен елемент от възпитанието и социализацията на личността, от формирането на здравословен начин на живот. Управлението на физическата култура и спорта се превръща във фактор на национално благосъстояние и здраве на народа.

4. Използването в сферата на образованието на дидактичен метод чрез казахски национални игри развива системност на мисленето на обучаваните; подкрепя всички видове познавателна дейност при придобиването на знания за казахските национални игри; развива и закрепва уменията и навиците, свързани с практикуването на казахските национални игри; реализира принципа на индивидуализация на учебния процес, запазвайки неговата цялостност.

5. Народната игра има познавателна, развиваща, развлекателна, диагностицираща, коригираща и други възпитателни функции. Като феномен на традиционната култура тя може да служи и като средство за приобщаване на децата и подрастващите към народните традиции, което на свой ред представлява важен аспект в духовното възпитание, във формирането на система от нравствено-естетически, общочовешки ценности, едно от които е здравето.

## **ПРЕПОРЪКИ ЗА ПРАКТИКАТА**

1. Необходимо е да се положат усилия за възстановяване и систематизиране на националните видове спорт, на народните подвижни игри и физическите упражнения и състезания, които се явяват като едно от условията за възраждане на традиционната култура на възпитание на казахите. В този процес трябва да се включват активно не само специалистите, но и тези, които непосредствено участват в предаването на културна информация – учители, възпитатели, общественици.

2. Процесът на обучение и възпитание в образователните учреждения и заведения трябва да бъде построен въз основата на интеграция на знанията, усвоявани от учащите в рамките на различните учебни дисциплини, в това число и физическата култура. Нуждите на днешния ден активно издигат сред най-значимите и актуални проблеми този за формирането личността на преподавателя по физическа култура, като тази личност се разглежда от ъгъла на националното физкултурно образование в системата на висшето професионално-педагогическо образование на бъдещия специалист по физическа култура.

3. Необходимо е да се разшири научно-изследователската работа в областта на изучаването на въпросите на националната физическа култура на казахския народ посредством значително разширяване дейностите на етнографските експедиции за събиране и описание на народните средства на физическата култура, посредством увеличаване на дисертационните работи по темата, както и на увеличаване броя на докторантите в това направление.

## **СПИСК НА НАУЧНИТЕ СТАТИИ ПО ТЕМАТА НА ДИСЕРТАЦИЯТА**

1. Кудериев Ж.К., Лесбекова Р.Б., Бугыбаева С.Ж., Унтаев Х.К. Возрождение национальной физической культуры казахского народа //Теория и методы физической культуры. №2-2017-С.51-55.
2. Омар М., Конабаев Б., Сайтбеков Н., Агадилов А., Кудериев Ж. Координационная подготовка юных спортсменов в спортивной борьбе. //Сборник научных трудов студентгов и молодых ученых КазАСТ.- Алматы:КазАСТ,2017.
3. Kuderijev Z Content base of games in agonistics in Kazakhstan. National Spors Academy “Vassil Levski” Sofia, Bulgaria. International Scientific Congress “Applied Sports Sciences”1-2 Decmber 2017.