

**КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН БИЛИМ БЕРҮҮ  
ЖАНА ИЛИМ МИНИСТРЛИГИ**

**И. АРАБАЕВ атындагы КЫРГЫЗ МАМЛЕКЕТТИК  
УНИВЕРСИТЕТИ**

**КЫРГЫЗ БИЛИМ БЕРҮҮ АКАДЕМИЯСЫ**

**Д 13.20.618 диссертациялык кенеш**

**Кол жазма укугунда  
УДК 371/371:132**

**ЖАКИПОВ АДИБЕК ЖОЛДОШОВИЧ**

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ СПОСОБОВ И УСЛОВИЙ  
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КЫРГЫЗСКИХ НАРОДНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР  
НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной  
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры**

**Автореферат**  
**диссертации на соискание ученой степени**  
**кандидата педагогических наук**

**Бишкек-2021**

**Диссертация выполнена на кафедре теории и методики  
физической культуры Кыргызской государственной академии  
физической культуры и спорта**

**Научный руководитель:** **Анаркулов Хабибулла  
Файзуллаевич** доктор педагогических наук, профессор кафедры  
физической культуры Кыргызского государственного университета имени И.  
Арабаева

**Официальные оппоненты:** **Касымбекова Сауле Илиясовна** –  
доктор педагогических наук, профессор кафедры физической культуры  
Казахского государственного университета имени **Аль-Фараби**

**Джанузаков Канат Чыныбаевич** - кандидат педагогических  
наук, профессор, директор высшей школы физической культуры и спорта  
**Кыргызско-Турецкого университета «Манас»**

**Ведущая организация:** **кафедра педагогики Ошского  
государственного университета (адрес: 723500 г. Ош, ул. Ленин, 331 )**

---

Защита состоится 26 февраля 2021 года в 13.00 часов на заседании  
диссертационного совета Д 13.20.618 по защите диссертаций на соискание  
ученой степени доктора (кандидата) педагогических наук при Кыргызском  
государственном университете им. И. Арабаева и Кыргызской академии  
образования по адресу: 720026, г. Бишкек, ул. Раззакова, 51.

С диссертацией можно ознакомиться в Научных библиотеках  
Кыргызского государственного университета им. И. Арабаева по адресу:  
720026, ул. Раззакова 51 и Кыргызской академии образования по адресу:  
720000, проспект Эркиндик, 25 и на сайте диссовета ([www.Arabaev.kg](http://www.Arabaev.kg))

Автореферат разослан 25 января 2021 года

**Учёный секретарь диссертационного совета,**

**доктор педагогических наук, профессор**

**Дюшеева Н.К.**

**Актуальность темы диссертации.** Физическая подготовка подрастающего поколения всегда было одной из основных задач государства и Правительства Кыргызской Республики. Забота о физическом здоровье учащихся общеобразовательных школ четко отражены в ряде решений, постановлений и деятельности, направленных на совершенствование системы развития квалификаций педагогических кадров, укрепления материально-технического оснащения, повышения результативности учебно-воспитательного процесса. Все вышеперечисленное направлено на формирование (в особенности в регионах) и развитие уровня многогранной культуры Кыргызской Республики и реализуется в тесной взаимосвязи с обновлениями национальной политики, включающей в себе физическое воспитание.

При раскрытии богатого наследия педагогики физического воспитания кыргызского народа нужно учитывать тенденции внедрения в массу кыргызских народных подвижных игр, также включения их в программу игр кочевников, что вызвало бурный интерес и обсуждения. Необходимо также отметить важность значения широкого распространения ряда физических упражнений при выполнении норм, требований республиканского комплекса «Ден Соолук».

Взаимодействие и взаимообогащение физического воспитания, признанного на международном уровне и национального физического воспитания обуславливает их дальнейшее развитие.

Как известно, наука педагогики и физическое воспитание в учебно-воспитательном процессе уже давно широко практикует богатое наследие кыргызских народных игр. Но до сегодняшнего дня оно не имеет научного обоснования. Наблюдается, что нет единых системных норм народных подвижных игр, упражнений при выполнении и использовании норм и требований республиканского комплекса «Ден Соолук», те или иные научные исследования не развиты достаточным образом или имеют фрагментное значение.

При решении задач физического воспитания подрастающего поколения в Кыргызской Республике и подготовке их к выполнению норм и требований комплекса “Ден Соолук”, рассмотрение вопроса использования народных подвижных игр в качестве инициативных уроков, дает возможности развития учебных программ по физическому воспитанию и их практической реализации для различных частей (звеньев) системы формирования подрастающего поколения. Конечно, в ходе работ необходимо учитывать этнопедагогические, географические, климатические и демографические особенности. Также, нельзя выпускать из виду материально-техническое оснащение физического воспитания, его методического обеспечения, современную систему управления и насколько она на сегодня не оптимальна.

Указанные условия имеют большое значение. Мы считаем, что широкое и обоснованное использование кыргызских народных игр, в

особенности, при подготовке учащихся сельских школ к сдаче норм и требований комплекса “Ден Соолук” является актуальной и доказывает экспериментальную основанность наших исследований.

Необходимо отметить основные требования, предъявляемые к способам воспитания: если значение и сюжет игры является обособленным комплексом действий, то оно обеспечивается конкретными действиями, включенными в комплекс, указанном в их варианте. Иными словами, при полноценном использовании каждой из игр используются определенные действия, логически взаимосвязанные между собой. Их подобное взаимодействие имеет особое методическое значение: для результативной игры необходимо хорошо освоить движения игры, их элементы, части и их взаимодействия.

**Связь темы диссертации с приоритетными направлениями науки.** Работа выполнена в соответствии перспективными планами научно-исследовательских работ темы «Совершенствование системы подготовки педагогических кадров» Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта (2010-2015 -гг.)

**Цели исследований:** Посредством анализа теоретико-методологической литературы по использованию народных подвижных игр на уроках физической культуры определение способов и условий их использования.

**Для реализации данной цели были поставлены следующие задачи:**

1. Анализ специальной педагогической литературы по кыргызским народным подвижным играм, определение теоретических, практических основ использования их на уроках физкультуры.

2. Систематизация кыргызских народных подвижных игр на уроках физической культуры 11-13 летних учащихся, определение способов и условий их использования.

3. На основе педагогического эксперимента проверить воздействие кыргызских народных подвижных игр на подготовку к выполнению учащимися норм и требований комплекса «Ден соолук».

**Научная новизна полученных результатов исследования заключается в следующем:**

1. Проанализирована специальная педагогическая литература по кыргызским народным подвижным играм, определены теоретические, практические основы их использования на уроках физической культуры.

2. Систематизированы кыргызские народные подвижные игры на уроках физической культуры у 11-13 летних учащихся, доказано воздействие на рост их телосложения, определены способы и условия их применения.

3. Педагогическим экспериментом определено положительное влияние кыргызских народных подвижных игр на подготовку учащихся к выполнению норм и требований комплекса «Ден соолук».

**Практическое значение результатов, полученных при исследовании.** Исследованные материалы как средства и использование их на практике физического воспитания 11-13 летних учащихся дают возможности значительному обогащению содержания педагогического процесса, повышая общие и моторные частоты уроков, применяясь на уроках физической культуры, могут быть рекомендованы к использованию в общеобразовательных школах Кыргызстана.

Исследования, проводимые нами, вполне соответствуют содержанию государственного образовательного стандарта и требованиям нормативного делопроизводства образования и воспитания.

**Основные положения диссертации, выносимые на защиту:**

1. Определение теоретических и практических основ использования на уроках физической культуры проанализированной специальной педагогической литературы по кыргызским народным подвижным играм показывает актуальность данной проблемы.

2. Посредством использования и составлением единой системы народных подвижных игр как специальных средств на уроках физической культуры 11-13 летних учащихся определение способов и условий их применения является одним из способов определения их положительного влияния на физическое развитие.

3. Кыргызские народные подвижные игры объективно способствуют успешному выполнению норм и требований комплекса «Ден соолук».

**Личный вклад соискателя заключается в следующем:**

– научно обоснованы основные положения, указанные научные гипотезы, цели, задачи и педагогические проблемы;

– на основе внедрения кыргызских народных подвижных игр на практике физического воспитания методически обеспечен и теоретически обоснован процесс обучения физического воспитания учащихся средних классов общеобразовательных школ, он может быть использован другими образовательными учреждениями;

– исследована и проанализирована общепедагогическая и специальная литература, имеющая прямое или косвенное отношение к исследуемой проблеме;

– проведен опрос-анкетирование и педагогическое наблюдение;

– проведена научно-педагогическая практика использования кыргызский народных подвижных игр на уроках физической культуры и подготовке учащихся к выполнению требований комплекса «Ден Соолук»;

– учитывая задачи, поставленные перед физической подготовкой учащихся разработать классификацию кыргызских народных подвижных игр.

**Апробация результатов диссертации.** Материалы диссертации были представлены и обсуждены на научно-педагогических конференциях

Кыргызской государственной академии спорта и физической культуры, Жалал-Абадского государственного университета, Кыргызско-Узбекского университета (2008–2015 гг.), Кыргызской юридической академии (2014), Государственных университетов им. Абая и Костаная Казахской Республики (2011-2014гг.).

**Полное отражение результатов диссертации:** Основное содержание диссертации было опубликовано в международных и республиканских изданиях в 11 статьях, они полностью соответствуют содержанию диссертации и отвечают требованиям пункта №10 ВАК.

**Структура и объем диссертации.** Диссертационная работа состоит из введения, трех разделов и выводов, полученных из них, общих выводов, списка использованной литературы (174 наименований) и приложений, 32 таблиц. Общий объем составляет 151 страниц.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**

В введении основана актуальность исследуемой темы, определены цели и задачи работы, выявлена научная новизна, выделены основные положения, выносимые на защиту, отражены научная новизна результатов исследования, теоретическая и практическая значимость.

Первая глава называется **«Отражение исследуемой темы в нормативных документах и научно-литературных источниках»**, где в соответствии с первой задачей исследования были рассмотрены специальная педагогическая литература по кыргызским национальным подвижным играм, выявлены теоретические и практические основы использования их на уроках физической культуры.

При воспитании всесторонне развитой личности важна роль и будущее средней школы и образования, для этого необходимы новые требования в налаживании деятельности, связанной с физическим воспитанием подрастающего поколения. В этом отношении, поиски новых способов, развитие традиционных средств и методов физического воспитания является одной из важных задач ученых и специалистов. К таким средствам и методам можно отнести кыргызские народные подвижные игры.

Х.Ф. Анаркулов внес неоценимый вклад в исследование кыргызских народных подвижных игр и их внедрения в практику физического воспитания подрастающего поколения. В его трудах повествуется история возникновения вышеуказанных средств, педагогическое воздействие на воспитанников, проанализированы народные игры и предложены в аспекте возможностей использования их в физическом и нравственном воспитании учащихся, также, можно обнаружить практически апробированные общие основы методики использования на уроках физической культуры.

В регионах Центральной Азии данная проблема была отражена и развита в трудах многих ученых и специалистов.

К их числу можно отнести, по:

- этнопедагогическим проблемам: С.М.Абрамзона [3], Х.Ф.Анаркулова [38], М.А.Кыдыровой [98], М.Т.Таникеева [137], С.М.Саипбаева [131] и др.;

- как часть общей культуры: Д.Айтмамбетова [7], Х.Ф.Анаркулова [45], Н.И.Понамарева [125] и др.;

- социально-психологическим проблемам: А.П.Березовского [58, 59], Г.Гылыжева [63], З.Мамбетова [105] и др.;

- проблемам развития национальных спортивных игр: Х.Ф.Анаркулова [49], А.Ч.Какеева [86], Н.К.Чередниченко [158], Clarke, Henry Harrison [166], Haskins, Mary Jan [167], [168], Peteza H. [169], Saundeza, E.D. [170] и др.;

- созданию новых программ: В.И.Лях [123], [150]; А.М.Мамытова [152] и др.;

В общеобразовательных школах, также в общей системе лечебных мероприятий учебных заведений труды специалистов о роли подвижных игр в обучении на уроках физической культуры имеет важное место. У С.М.Саипбаева [131] можно встретить интересную деятельность, обосновавшую методику использования народных подвижных игр в детских группах.

Н.И. Шарабакин [161] отмечает, что гигиенические, обучающие, воспитательные задачи подвижных игр, также выполняемые ими функции при физической подготовке учащихся не получили до сих пор соответствующей оценки, отсутствие научно обоснованной системы использования и подбора подвижных игр на уроках физической культуры усугубляет их общепедагогические результаты.

Возможности проведения соревнований по комплексу подвижных игр с учащимися в научно-практическом обосновании рассмотрены в трудах Д.Ө.Өмурзакова, М.К.Саралаева [122], Э.М.Тукеева [142], Т.С.Усупова [153] и др.

М.Т.Таникеев [139] в своих исследованиях, направленных на обоснование результативности народных подвижных игр, видов национального спорта, показал их важную роль в физическом совершенствовании учащихся, при успешном освоении ими учебных материалов по гимнастике, легкой атлетике и плаванию.

Аналогичное исследование, проводимое Т.А.Умурбековой [149] с уверенностью показывает значимость внедрения позабытых народных подвижных игр в жизнь народа, в процесс воспитания. Автор считает, что созданные и любимые народом своеобразные игры имеют широкое распространение среди различных слоев населения, также способствуют привлечению к физическому воспитанию и спортивной деятельности женской части нации.

Специально проведенные эксперименты в этом плане показали, что целенаправленные игры полезны и могут играть большую роль. По данным Р. Саламова [132] использование узбекских народных подвижных игр на уроках

легкой атлетики повысило их общую частоту на 99%, моторную частоту на 57%, на уроках гимнастики соответственно, на 99% и 49%.

По мнению Ч.Н. Арыковой [55] при употреблении подвижных игр на уроках физической культуры учитывая содержание учебной программы, необходимо использовать соответствующие методические закономерности. Планирование игр общеразвивающего характера, также прыжки и метание на всех четвертях: на 1-4 четвертях – беговые игры, связанные с баскетболом – 3-4 четвертях предложено Н.И.Шарабакиным [161].

Среди трудов специалистов видное место занимают исследования, посвященные применению кыргызских народных игр в целях коррекции различных недостатков в физическом развитии учащихся и профилактики болезней, также в лечении некоторых болезней [1,10,23,29,47,48,75,76 и др.].

**«Объект, предмет исследования и организация»** – так называется вторая глава исследования, которая посвящена определению объекта и предмета, научных методов исследования, систематизированию кыргызских национальных подвижных игр и их влияния на 11-13 летних учащихся на уроках физической культуры.

**Объект исследования:** процесс развития физической культуры с 11-13 летними учащимися общеобразовательных школ.

**Предмет исследования:** определение способов и условий использования кыргызских народных подвижных игр на уроках физической культуры с 11-13 летними учащимися общеобразовательных школ.

Решение **поставленных задач исследования** послужило основой отбора следующего комплекса методов.

**Исследование литературных источников.** Данный метод включает в себе рассмотрение опубликованных трудов по вопросам физического воспитания учащихся общеобразовательных школ. Также, были рассмотрены источники, соответствующие содержанию комплекса «Ден Соолук» и способам их внедрения, раскрывающие особенности использования учебно-методических средств и материалов, теорию игр, использования их в различных учебно-воспитательных условиях.

**Полевые методы исследования и отбора.** Применяются для изучения народных подвижных игр. Также, были учтены опубликованные материалы. В этом отношении, исследование проводилось с учетом распространения игр в типе полевого метода, точнее, их непосредственного использования в регионах республики, в сельской местности.

**Педагогические наблюдения.** Педагогические наблюдения проводились на уроках физической культуры, включающие все экспериментальные работы, осуществлены в сельских общеобразовательных средних школах.

**Анкетирование учителей и учащихся.** Педагогический опрос на уроке физической культуры сельских общеобразовательных средних школ был применен для определения отношений к эффективному использованию народных игр, выявления мнений в отношении предложенной нами системы.



**Педагогический эксперимент.** На протяжении многих лет проведение специально организованных уроков и их результативность в соответствии с содержанием комплекса «Ден Соолук» итоги педагогического эксперимента выявляются посредством проверки 11-13летних учащихся сельских школ на уроке физического воспитания. Особенности применения кыргызских народных подвижных игр на уроках физической культуры в сельских школах определяются ряда способами и условиями.

К примеру, можно отметить следующие **способы** применения кыргызских народных подвижных игр:

1. Многолетняя традиция применения народных средств на уроках физического воспитания учащихся Кыргызстана.

2. Простота и доступность народных подвижных игр в условиях отсутствующими и недостающими специально оснащенными спортивными залами и площадками, соответствующими оборудованностями в сельских общеобразовательных средних школах.

3. Понимание большинством учителей народные подвижные игры как средство физической культуры или общего образования.

4. Оптимальное использование народных подвижных игр на повестке дня учащихся, на этой основе как обязательные мероприятия, проводимые 1-2 раза в неделю вне уроков физического воспитания, повысить физическую подготовленность учащихся, внедряя «игровые часы».

Как **условия** применения кыргызских народных подвижных игр предлагаются следующие:

1. Группировать народные игры по их особнным признакам, воздействующих на развитие их двигательных навыков.

2. Систематизация вышеуказанных средств физического воспитания по их воздействию на развитие основных физических качеств.

3. Определение списка игр, направленных на широкое применение в различных разделах школьных программ по физическому воспитанию с учетом климатических, демографических и других условий сельских общеобразовательных школ республики.

4. Группирование народных подвижных игр по классам в соответствии с содержанием учебной программы.

**Контрольные испытания по нормативам республиканского комплекса «Ден Соолук».** Проводились по видам заданий, рассмотренных в комплексе «Ден Соолук» для указанных возрастных групп.

**Антропометрические измерения.** Измерения проводились по общепринятому методу и предложением (В.В.Бунак), А.Х.Анаркуловой (1970), А.Г.Хрипковой (1978), С.В.Хрущева (1978) и др., включает в себе следующие показатели: рост, объем груди во время вдоха и выдоха, объем легких при вдохе, динамометрия левых и правых кистей рук.

**Анализ общих достижений учащихся.** Достижения учащихся рассматривались по оценкам, занесенных в классные журналы по 6 основным

предметам (согласно нашего мнения): родной язык (кыргызский язык), русский язык, математика, история, труд, физическое воспитание.

#### **Методы математической разработки научных материалов.**

Полученные научные материалы были переработаны. Во время переработки были учтены следующие параметры: среднее арифметическое –  $M$ , квадратичное отклонение –  $\delta$ , средняя арифметическая ошибка –  $m$ , критерий значимости –  $t$ , достоверность разности между двумя средними –  $P$  (Б.А.Ашмарин, 1978).

#### **Организация исследования**

Исследование проводилось в 4 этапа.

**На первом этапе** (2015-2016-гг.) исследованы опубликованные источники, собраны и апробированы народные подвижные игры в сельских общеобразовательных школах. На основе полученного материала определены возможности применения указанных средств на уроках физической культуры в рамках школьной программы.

Необходимо упорядочить содержание и правила применения выбранных средств в соответствии с требованиями физического воспитания школы.

При рассмотрении игр были учтены следующие положения:

1. Значение и возможности указанных средств воспитания в развитии основных физических свойств.
2. Их значение и возможности в формировании и развитии двигательных навыков, необходимых для освоения программного материала и подготовки к сдаче комплекса «Ден Соолук».
3. Доступность игр и упражнений для 11-13 летних учащихся общеобразовательных школ.
4. интерес 11-13 летних учащихся к играм, их эмоциональность.
5. Значимость указанных средств в укреплении здоровья и воспитания.

**На втором этапе** (2016-2017-гг.) такие игры прошли проверку с 11-13 летними учащимися. В результате были внесены некоторые изменения – поправки в их содержание и правила игры.

Каждая из подвижных игр в ходе уроков прошла апробацию, где проводилось наблюдение за поведением, интересами, освоением указанных правил, активностью действий учащихся. Кроме того, также были визуально определены преимущества каждого задания в плане воздействия на развитие физического качества и навыков действий.

Проведенное на втором этапе мероприятие «Систематизация кыргызских народных подвижных игр» дало возможность найти оптимальное сочетание указанных игр с обязательными программными материалами по гимнастике, легкой атлетике, волейболу, баскетболу, внедрения специально организованной практической работы.

При применении на практике указанных средств воспитания, были учтены также условия, по которым они должны были иметь те или иные

своеобразие. Например, на уроках гимнастики их можно поделить на две группы.

а) с особым направлением в общефизическом развитии;

б) с направлением к подготовке учащихся к специальным действиям.

Такое отношение имеет особое значение при классификации игр по разделам программы.

В экспериментальной программе для экспериментальных классов каждой игре было отведено 20 часов. Это отражено в часовой сетке (табл. 1.) В контрольных классах было отведено 8 часов на кыргызские народные подвижные игры и 12 часов на кроссовую подготовку.

**Таблица 1. – Деление часов 5-6-7-х экспериментальных и контрольных классов по разделам программы «Физическое воспитание»**

Разделы программы	Количество часов					
	В контрольных классах			В экспериментальных классах		
	5	6	7	5	6	7
Гимнастика	10	10	10	10	10	10
Легкая атлетика	14	14	14	14	14	14
Баскетбол	10	12	12	10	12	12
Волейбол	14	12	12	14	12	12
Баз. часть	48	48	48	48	48	48
Вар. часть	20	20	20	20	20	20
К.Э.К.О.	8	8	8	20	20	20
Кроссовая подготовка	12	12	12			
Общие часы	68	68	68	68	68	68

**Примечание:** цифра 5 для 5 классов;

цифра 6 для 6 классов.

цифра 7 для 7 классов;

В целях воспитания выносливости соответствующие задания выполнялись продолжительно. Формирование навыков действий и способностей предварительно определялось способами и особенностями выполняемых движений.

Для органической связи игр с практическими разделами экспериментальной программы были учтены их биомеханические особенности. Например, в гимнастику были включены задания по сохранению равновесия, лазания, прыжка с опорой, легкую атлетику – бег, прыжки, метание и др.

Все части игр были изменены посредством замены их традиционных видов на кыргызские народные подвижные игры.

Также, были отмечены, что в ходе предварительного анализа игровых материалов, их сравнительно аналогичные значительные направления движений вполне могут повлиять на развитие и совершенствование тех или иных свойств и качеств воспитанников. Это способствовало нам широко использовать подобные задания эффективно воздействующих на комплексное решение образовательных и воспитательных заданий поставленных перед нами.

Все это дало нам возможности целенаправленно применять народные подвижные игры в системе уроков физического воспитания и с их помощью достижения интересующих показателей подготовки воспитанников.

В итоге эксперимента были сопоставлены результаты проведенных уроков по предложенной программе (с широким применением народных подвижных игр) и общепринятым государственным программам (1999-2018-гг.).

Нами принятая систематизация народных подвижных игр проводилась по трем направлениям:

а) воздействие на основное физическое развитие;

Под влиянием разработанной программы физического воспитания, на основе применения народных подвижных игр изменения в физической подготовленности 11-13летних учащихся представлены в таблице 2.

**Таблица 2. – Разница между начальными и последними данными физической подготовки 11-13 летних учащихся на 2014-2015-(3-м учебном году**

Виды контрольных испытаний	Классы	Разница между начальными и последними данными			Разница между последними данными		
		разница	t	p	разница	t	P
Бег 60 м (сек.)	экс. контр.	0,81 0,47	6,12 < 0,05 5,43 < 0,05		0,34	5,15 < 0,05	
Прыжки в длину (см)	экс. контр.	56,40 27,23	6,10 < 0,05 4,62 < 0,05		29,1 7	5,87 < 0,05	
Прыжки в высоту (см)	экс. контр.	26,83 14,97	4,02 < 0,05 2,95 < 0,05		11,9 6	6,91 < 0,05	

Метание теннисного мяча (м)	экс. контр.	5,94 3,97	4,87 < 0,05 2,90 < 0,05	1,97	3,75 < 0,05
Подтягивание на турнике (количество)	экс. контр.	3,03 2,25	6,92 < 0,05 4,60 < 0,05	0,78	2,12 < 0,05

В конце третьего учебного года юноши экспериментальных классов смогли показать преимущественные отличия по всем испытаниям в от учащихся экспериментальных классов. Такие преимущества были достигнуты в беге на 60 – 0,34 с ( $t = 5,15$ ), прыжки с разбегу – 29,17 см ( $t = 5,87$ ) и прыжки в высоту – 11,96 см ( $t = 6,91$ ), метание теннисного мяча на расстояние – 1,97 м ( $t = 3,75$ ) и подтягивание на турнике – 0,78 ( $t = 2,12$ ) (таблица 1). Во всех случаях разница выявлялась статистически ( $P < 0,05$ ). Суммированные показатели учащихся экспериментальных классов на протяжении трех лет значительно выросли. Разница величин между суммированными показателями экспериментальных и контрольных классов определялись статистически ( $P < 0,05$ ,  $t = 2,12 - 6,91$ ).

Показатели антропометрических измерений проводилось в начале и конце первого, второго и третьего учебных годов по тесту физического воспитания. Общие достижения учащихся были подсчитаны по результатам четвертей и итогов учебного года. Изменения антропометрических показателей представлены на таблицах 3,4.

**На третьем этапе исследования** (2017-2018-гг.) был проведен педагогический эксперимент с 11-13 летними учащимися.

В педагогическом эксперименте с каждой школы принимали по 4 экспериментальных и контрольных параллельных классов.

В классах по 30 учащихся. Всего в экспериментальных классах принимали участие 53 – юношей, 67 девушек (120), столько же учащихся составили контрольные классы. Персональный состав учащихся экспериментальных и контрольных классов на протяжении 3-х лет не менялся.

Сдача норм и требований комплекса «Ден соолук» проводилась во время проведения спортивных мероприятий и в ходе уроков и внеклассных уроках физического воспитания. В то же время, в большинстве случаев были предусмотрены баскетбол, волейбол и соревнования с одолениями препятствий без учета времени. Как известно, эти виды также не ограничены в содержании комплекса «Ден соолук». Обычно, большинство препятствий возникают при выполнении нормативов, таких как бег на 30, 60 м, в прыжки в высоту и в длину, метание теннисного мяча.

В экспериментальных классах народные подвижные игры каждый год были разделены по четвертям, разделы программы каждого класса были

систематизированы по двигательным навыкам, способностям и их воздействию на физические качества.

Подвижная игра внедрена в содержание урока еще при составлении ее конспекта. Примеры подобного планирования отражены в конспектах уроков по легкой атлетике, гимнастике, баскетболу и подготовке к кроссу.

**Таблица 3. – Антропометрические показатели 11-13 летних детей на 3-м году эксперимента**

Антропометрические показатели	классы	Начальные данные (сентябрь, 2014г.)				Последние данные (май 2015г.)					
		M ± m	δ	разница	t	p	M ± m	δ	разница	t	P
Рост (см)	эксп. кон. тр.	134,51 ± 0,44 134,58 ± 0,43	4,64 4,58	0,07	0,13 > 0,05	154,5 ± 1,19 151,9 ± 1,02	12,81 10,98	2,6	1,22 > 0,05		
Окружность грудной клетки при вдохе (см)	эксп. кон. тр.	62,67 ± 0,58 62,75 ± 0,52	6,17 6,56	0,08	0,87 > 0,05	78,53 ± 4,11 75,83 ± 0,67	6,24 7,13	2,70	1,89 > 0,05		
Окружность грудной клетки при выдохе (см)	эксп. кон. тр.	50,16 ± 0,57 58,15 ± 0,52	6,13 5,51	7,09	0,87 > 0,05	67,99 ± 0,60 65,11 ± 0,62	6,40 6,63	2,88	1,46 < 0,05		
Объем легких при дыхании (см³)	эксп. кон. тр.	1476,34 ± 21,86 1488,68 ± 23,80	237,35 258,13	12,34	0,63 > 0,05	2230,0 ± 19,89 2090,0 ± 20,58	21,00 22,34	1,40	1,91 < 0,05		
Сила кистей правой руки (кг.)	эксп. кон. тр.	18,38 ± 0,90 18,88 ± 0,36	3,20 3,77	0,5	0,15 > 0,05	31,35 ± 0,50 27,97 ± 0,41	5,29 4,31	3,42	2,48 < 0,05		

<b>Сила кистей левой руки (кг.)</b>	экс. · кон тр.	13,14 ± 0,27 13,11 ± 0,23	2,9 7 2,4 0	0,03	0,95 > 0,05 0,91 ±0,05	28,13 ± 0,33 26,40 ± 0,33	3, 52 3, 69	1 ,7 3	2,08 < 0,05 2,01>0 ,05
-------------------------------------	-------------------------	------------------------------------	----------------------	------	------------------------------------	------------------------------------	----------------------	--------------	---------------------------------

**Таблица 4. – Антропометрические показатели 11-13 летних девушек на 3-м году эксперимента**

Антропометрические показатели	классы	Начальные данные (сентябрь, 2014г.)					Последние данные (май 2015г.)				
		M ± m	δ	абс. раз ни ца	t	p	M ± m	δ	абс. раз ниц а	t	P
Рост (см)	ЭКС · КО НТ Р.	133,01 ± 0,48 134,11 ± 0,48	5,07 5,09	0,1	0,44	> 0,05	150,21 ± 0,49 146,61 ± 0,47	5,27 4,99	2,6	0,80 > 0,05	
Окружность грудной клетки при вдохе (см)	ЭКС · КО НТ Р.	63,01 ± 0,57 62,91 ± 0,61	6,11 6,51	0,1	0,82	> 0,05	78,11 ± 0,71 76,61 ± 0,67	7,64 7,13	1,50	0,65 > 0,05	
Окружность грудной клетки при выдохе (см)	ЭКС · КО НТ Р.	52,01 ± 0,81 51,46 ± 0,68	9,30 7,41	0,55	1,05	> 0,05	67,81 ± 0,93 65,96 ± 0,80	10,03 8,56	1,85	1,41 < 0,05	
Объем легких при дыхании (см³)	ЭКС · КО НТ Р.	1200,0 ± 17,35 1180,0 ± 15,98	188,37 173,51	20,0	1,31	> 0,05	2188,0 ± 21,97 1953,0 ± 22,14	238,61 240,41	235	1,91 < 0,05	
Сила кистей правой руки (кг.)	ЭКС · КО НТ Р.	15,05 ± 0,21 12,21 ± 0,26	2,21 2,75	0,40	0,15	> 0,05	26,61 ± 0,31 23,26 ± 0,21	3,24 2,17	3,35	3,11 < 0,05	

<b>Сила кистей левой руки (кг.)</b>	экс · ко нт р.	12,15 ±0,19 12,06 ± 0,32	2,0 1 3,3 8	0,0 3	0,88 > 0,05	23,16 ± 0,28 21,81 ± 1,19	2, 91 1, 99	1,35	1,27 < 0,05
---	----------------------------	-----------------------------------	----------------------	----------	----------------	------------------------------------	----------------------	------	-------------------

На четвертом этапе исследования (2018-2019-гг.) результаты научных материалов, полученных в ходе исследований, заново проверялись в условиях школы, внесены соответствующие поправки и дополнения.

Глава «**Результаты экспериментального исследования и их обсуждение**» посвящена третьей задаче и включает в себе результаты проверки педагогического эксперимента воздействия кыргызских народных подвижных игр на подготовку учащихся к выполнению норм и требований комплекса «Ден соолук».

В комплексе «Ден соолук» для экспериментальных и контрольных классов представлено 9 видов норм (таблица 5.)

**Таблица 5. – Виды и меры норм для 11-13 летних детей, рассмотренных в комплексе «Ден соолук»**

<b>№ пп</b>	<b>Виды требований, предусмотренных в комплексе Ден Соолук</b>	<b>Меры оценки поставленных требований</b>
1.	Бег на 30 м	сек
2.	Бег на 60 м	сек
3.	Прыжки в длину с разбега	м, см
4.	Прыжки в высоту с разбега	м, см
5.	Метание теннисного мяча на расстояние	м, см
6.	Кросс (бег на дистанцию)	мин, сек
7.	Лазание на канате (девушки)	метр
8.	Подтягивание на турнике (юноши)	колич
9.	Туристский поход	Без учета времени

По данным начального исследования между показателями физического развития девушек и парней исследуемых групп особой разницы не чувствовалось ( $P > 0,05$ ).

В то же время, девушки из контрольных классов в двух случаях из шести, а юноши – по показателям (в четырех случаях) роста, объема легких широты груди при вдохе, выдохе продемонстрировали превосходство.

В конце первого экспериментального учебного года между антропометрическими показателями девушек и юношей, участвовавших в исследовании значительных разниц не было  $P > 0,05$ . Также отмечены некоторые отличия в показателях по росту учащихся экспериментальных классов ( $P < 0,05$ ).



Девушки из контрольных классов в отличие от сверстниц из экспериментальных классов имели ряд отличий. У учащихся контрольных классов мужского пола высота роста и показатели объема груди при дыхании ( $P < 0,05$  t соответственно, 1,76 и 1,59 и  $P < 0,05$  t соответственно 1,12 и 0,68) в несколько раз выросли. По статистически достоверным данным отличия отмечены: у девушек – объем груди  $P < 0,05$  t 2,29 отмечено в показателях силы кистей левой и правой рук ( $P < 0,05$  t соответственно, 311 и 261), у юношей сила кистей левой и правой рук выше ( $P < 0,05$  t соответственно 2,0 и 1,96).

Необходимо также отметить, что в первый год научных работ результаты полученные по экспериментальной программе в отличие от типовых программ не показали ее отличительные стороны.

Следующий третий учебный год для всех девушек и юношей 13лет экспериментальных классов обеспечил надежный рост всех показателей.

В конце третьего года экспериментальной работы только по двум показателям – высота роста и объема груди при выдохе – у учащихся экспериментальных и контрольных классов заметных различий не наблюдались ( $P > 0,05$  t, соответственно, 3,66 и 6,60). Но все же, все существенные статистические преимущества были на стороне экспериментальных классов ( $P < 0,05$  в пределах t 5,55 – 6,60).

В ходе экспериментальных работ в течении трех лет заметно повысились антропометрические показатели. Но в экспериментальных группах данный показатель все таки значительней ( $P < 0,05$  t, между 1,98 – 6,28).

После третьего года экспериментальных уроков девушки экспериментальных классов по прежнему сохраняли свои преимущества во всех контрольных испытаниях. Они превосходили своих сверстниц из контрольных классов: в беге на 60 метров на 0,35 секунд ( $t=5,21$ ), в прыжке в длину с разбега на 25,07 см ( $t= 6,52$ ) и прыжке в высоту – 15,50 см ( $t=7,15$ ), метании теннисного мяча на расстоянии на 3,42 м ( $t=5,32$ ) и в лазании на канатах на 24,55 см ( $t=6,39$ ). Их статистическая точность беспорна ( $P < 0,05$ ).

Такое же явление наблюдается в трехлетних суммарных изменениях. Девушки экспериментальных классов смогли сохранить свои преимущества по всем показателям ( $P < 0,05$ ).

По данным начального тестирования физической подготовленности детей у детей экспериментальных и контрольных классов по уровню показателей значительных различий не наблюдалось ( $P > 0,05$ , в пределах t = 1,12 – 2,80).

**Таблица 6. – Сдача норм комплекса «Ден Соолук» учащихся 13 лет экспериментальных и контрольных классов конце проведения экспериментальных работ (в % )**

Учащиеся	Дата сдачи	Нормы комплекса «Ден Соолук»		
		отлично	хорошо	Общие

						сдавшие	
		экс.	контр.	экс.	контр.	экс.	контр.
Девушки	Май, 2014	-	-	32,0	28,20	32,0	20,20
	Май, 2015	-	-	62,20	34,40	62,20	34,40
Юноши	Май, 2014	2	-	35,0	22,0	37,0	22,0
	Май, 2015	9,5	2	68,0	38,40	77,50	40,40

Еще одно явление, по результатам выполнения предложенной программы, отмечается их освоение на протяжении трех лет. Как и предыдущие соотношения, в данном случае настоящее преимущество принадлежит экспериментальным программам. Как доказательство тому служат конкретные результаты. Таким образом, экспериментальных группах в беге на 60 метров наблюдается рост из года в год, у девушек - 68,0% и у юношей – 73,0%, и в завершении 13 лет они смогли успешно сдать требования норм республиканского комплекса «Ден Соолук». В контрольных классах данный показатель равен: у девушек на 28,20% и у юношей 34,40%. Данный показатель у первых превышает средних результатов детей контрольных групп. Результаты сдачи норм комплекса «Ден соолук» показаны в таблице 6.

Повышенные показатели физической подготовленности учащихся обеспечивает значительное улучшение общих результатов сдачи норм комплекса «Ден Соолук». Это снова отмечает преимущества содержания и метода работы на уроках физической культуры согласно требованиям экспериментальной программы. Необходимо отметить, что данное дело обеспечивает выполнение всех норм комплекса «Ден соолук» у девушек на 62,20% и юношей – 68,0% (в контрольных классах, соответственно, девушки на 34,40% и юноши – 38,40%).

Таким образом, экспериментальные уроки физической культуры, применяемы средства проводились согласно содержания республиканского комплекса «Ден соолук»: это способствовало в таких экспериментальных классах, особенно, у 11-13 летних учащихся развитию двигательных навыков и способностей, выполнению норм комплекса «Ден Соолук».

## ВЫВОДЫ

Исследования, проводимые по повышению уровня физической подготовленности 11-13 летних учащихся общеобразовательных школ способствуют полной реализации поставленных целей и формировать последующие результаты на основе целенаправленного физического воспитания, предусматривающего применение на уроках физической культуры кыргызских народных подвижных игр для успешной сдачи норм комплекса «Ден соолук»:

1. Проанализированная специальная педагогическая литература по кыргызским народным подвижным играм, выявление теоретических, практических основ применения их на уроках физической культуры показали

актуальность данной проблемы. Выявлена недостаточность сведений о значениях народных подвижных игр в процессе физического воспитания учащихся общеобразовательных школ, также разнообразие кыргызских народных подвижных игр, их широкое применение в народе дают реальные возможности для их использования в деле физического воспитания учащихся.

2. Применение кыргызских народных подвижных игр на уроках физической культуры у учащихся средних классов общеобразовательных школ, проведение специального исследования, с учетом их роли и места дало возможности определения способов и условий их систематизации и применения.

В ходе исследований систематизация народных подвижных игр проводилась по трем направлениям:

1. Воздействие на развитие основных физических качеств.
2. Формирование навыков движений и способов.
3. Соответствие практической части учебной программы физического воспитания школ, основным видам определенных действий.

Систематизирование кыргызских народных подвижных игр дало возможности нахождения оптимального сочетания с обязательными программными материалами общеобразовательных школ по гимнастике, легкой атлетике, волейболу, баскетболу.

Наблюдалось, что применение кыргызских народных подвижных игр на уроках физической культуры 11-13 летних учащихся эффективно воздействует на их физическую подготовленность и росту.

Было определено, что рост 11-13 летних учащихся экспериментальных классов, в особенности показатели роста, окружности груди во время вдоха и выдоха, дыхание легких по сравнению показателями учащихся контрольных классов выше ( $P < 0,05, t = 1,97-6,28$ ), в то же время, в показателях сил кистей правой и левой рук у учащихся в обеих групп значительных отличий не наблюдалось.

По показателям физической подготовленности учащихся экспериментальных классов (бег на 60 м., прыжки в длину, прыжки в высоту, подтягивание на турниках, метание теннисного мяча) по сравнению с учащимися контрольных классов статистически наблюдается преимущества.

Проведенное исследование показало, что специальная организация, системное применение народных подвижных игр эффективно воздействует не только на уровни физического развития и физической подготовленности учащихся, но и на их отношение к общему образованию, процессу обучения.

3. Материалы специально организованного педагогического эксперимента показали, что как средство физического воспитания в освоении учебной программы школы по физическому воспитанию кыргызские народные подвижные игры имеют реальное воздействие. Они объективно способствуют полноценному владению знаниями и воспитанием учащихся для успешной подготовки к выполнению норм и требований комплекса «Ден соолук».

Например, наблюдалось выполнение требований и норм комплекса «Ден соолук» у юношей экспериментальных классов на – 68,0 % , девушек – 62,20%, а в контрольных классах показатели у юношей – 38-40 % , девушек – 34, 40% ( $P>0,05$ ).

Таким образом, доказано, что внедрение кыргызских народных подвижных игр в физическое воспитание 11-13 летних учащихся в процессе их подготовки к выполнению норм и требований республиканского комплекса «Ден соолук», значительно повышает их подготовленность и возможности.

По нашему мнению, полученные конкретные показатели дают возможности формирования научно обозначенных ряда методических предложений методического значения для учителей физической культуры и учащихся.

При работе в экспериментальных классах, полученные нами результаты научной работы доказывают необходимость широкого применения народных подвижных игр в деле физического воспитания. Отбор данных способа педагогического воздействия на учащихся, совершенствование содержания, изменение, практическое применение правил и коррекция условий создают реальные возможности для обоснованных предложений внесения их в программу по физическому воспитанию в общеобразовательных школах.

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:**

1. Общий объем времени, потраченных на применение кыргызских народных подвижных игр предлагается поделить на 20-25% на протяжении учебного года, по четвертям и каждый отдельный урок.

2. Отбор кыргызских народных подвижных игр полностью должен соответствовать задачам следующих уроков, целенаправленное воздействие на уровень физического развития, расширение и дальнейшее совершенствование практику движения, повышение воспитательной подготовленности, также укрепление его здоровья.

Для определения гармоничного единства кыргызских народных подвижных игр и общепринятых способов воспитания в физической культуре необходимо в каждой части уроков, начиная от подготовки до конца, обозначить их собственное место, при этом учитывать проводимые уроки и требования к их выполнению.

Самые характерные требования к особенностям выполняемых игровых заданий должны совпадать с этапом совместных работ с учащимися. Если вначале они направлены на создание общепринятых понятий о предстоящих действиях, то при утверждении созданных способов, качества всех двигательных систем должны выполняться в различных условиях.

3. Учитывая основные физические качества, необходимо обратить особое внимание на подбор кыргызских народных подвижных игр. При работе на скорость и устремленность приоритеты должны отдаваться на: быстрое выполнение движений, их точности, согласованности,

координированности; в отношении силовых работ на: усиление уровня напряженности мускул, изменение данного уровня на различных фазах движения, примыкание к работе реактивных и внешних сил; длительности выполнения задания при работе на выносливость, на сочетание аэробных и анаэробных продуктивности, в зависимости их способностей, возможностей работоспособности в ходе подвижных работ и др. Уроки, направленные на создание способов и умений движений должен в обязательном порядке учитывать особенности соответствующих задач научного содержания. В гимнастике это связано с освоением своеобразного стиля движений, легкой атлетике – их естественной и энергетической бережливости, баскетболе – особенной вариацией, и в конце эффективностью использованных способов, подготовкой к кроссу – знание сочетания выполняемых движений с дыханием, улучшением газообмена легких и т.п.

4. При применении кыргызских народных подвижных игр нужно помнить о необходимости глубокого регулирования общей и моторной частоты уроков. Значение подобного регулирования связано с увеличением объема и усилением выполняемой работы, оно при помощи устного обращения должно обеспечить учащихся информацией, формами различных демонстраций, заслуженным отдыхом, организованным построением, дополнительными знаниями.

**Содержание диссертации отражено в следующих научных статьях:**

**1. Жакипов, А.Ж.** Влияние народных подвижных игр и физических упражнений на динамику физической подготовленности школьников 5-7 классов, [Текст] / А.Ж. Жакипов // Эл агартуу. – 2010. – №7-8. – С. 64-68.

**2. Жакипов, А.Ж.** Влияние народных подвижных игр и физической упражнений на динамику физической подготовленности школьников 10-13 лет, [Текст] / А.Ж. Жакипов // Эл агартуу. – 2010. – № 7-8. – С. 68-72.

**3. Жакипов, А.Ж.** Отбор и систематизация кыргызских народных подвижных игр и физических упражнений для использования на уроках физической культуры, [Текст] / А.Ж. Жакипов // Вестник физической культуры. – Алма-Ата, 2011. – №3. – С. 55-60.

**4. Жакипов, А.Ж.** Научно-методическая литература о значении подвижных игр и физических упражнений в развитии школьников [Текст] / А.Ж. Жакипов // Эл агартуу. – 2013. – №7-8. – С. 33-35.

**5. Жакипов, А.Ж.** Сведения о народных подвижных играх и физических упражнениях как средствах физического воспитания учащихся школы [Текст] / А.Ж. Жакипов // Эл агартуу // Научно – педагогический и методический журнал. – 2013. – № 7-8. – С. 56-59.

**6. Жакипов, А.Ж.** Место и значение республиканского физкультурного комплекса “Ден соолук” в физическом воспитании школьников [Текст] / А.Ж. Жакипов. – 2013. – № 11-12. – С. 15-18.

**7. Жакипов, А.Ж.** Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения – эффективные средства школьной физической

культуры (на примере уроков в 5-7 классов) [Текст] / А.Ж. Жакипов // Вестник КГЮА. – 2014. – № 3. – С. 108-109.

**8. Жакипов, А.Ж.** Кыргыз эл оюндарын дене тарбия сабактарында колдонуу жолдору жана шарттары [Текст] / А.Ж. Жакипов // Наука: новые технологии и инновации. – 2015. – № 9. – С. 52-53.

**9. Жакипов, А.Ж.** Исследование эффективности использования кыргызских народных средств физического воспитания в системе подготовки и к сдаче норм комплекса “Ден Соолук” (ГТО) [Текст] / А.Ж. Жакипов // Интерактив плюс. – Чебоксары, 2017. – Том 1. – С. 86-92.

**10. Жакипов, А.Ж.** Педагогические условия использования кыргызских народных средств физического воспитания в общеобразовательном процессе на уроках физической культуры и подготовки учащихся к сдаче нормативов комплекса “Ден-соолук” (ГТО) [Текст] / А.Ж. Жакипов // Интерактив плюс. – Чебоксары, 2017. – Том 1. – С. 33-44.

**11. Жакипов, А.Ж.** Кыргыз элинин кыймылдуу оюндарынын дене тарбия сабагында колдонулушунун негиздери [Текст] / А.Ж. Жакипов // Наука: новые технологии и инновация Кыргызстана. – 2018. – № 5. – С. 183-187.

**Жакипов Адилбек Жолдошовичтин 13.00.04. – дене тарбиянын теориясы жана методикасы, спорттук машыгуу, денени чыңдоо жана адаптивдүү дене тарбиясы адистиги боюнча “Кыргыз элдик кыймылдуу оюндарын дене тарбия сабактарында колдонуунун жолдорун жана шарттарын аныктоо” аттуу диссертациялык изилдөөсүнүн**

## **РЕЗЮМЕСИ**

**Түйүндү сөздөр:** дене тарбиясы, физикалык өнүгүү, дене маданияты, Ден-соолук комплекси, 11-13 жаштагы окуучулары, элдик кыймылдуу оюндар жана физикалык көнүгүүлөр, дене даярдыктар.

**Изилдөөнүн объектиси:** жалпы билим берүүчү мектептердин 11-13 жаштагы окуучуларынын дене тарбия процесси.

**Изилдөөнүн предмети:** 11-13 жаштагы жалпы билим берүүчү мектептеринин дене тарбия сабактарында кыргыз элдик кыймылдуу оюндарын пайдалануунун жолдору жана шарттары.

**Изилдөөнүн максаты:** Ден-соолук комплексинин нормаларын жана талаптарын ийгиликтүү тапшырууда айып мектептеринин 11-13 жаштагы окуучуларынын дене тарбия сабактарын изилдөөнүн негизинде кыргыз элдик кыймылдуу оюндарын колдонуу менен дене даярдыгын деңгээлин жогорулатуу.

**Изилдөөнүн методдору:** адабий булактары изилдөө, кыргыз элдик кыймылдуу оюндарын изилдөөнүн жана тандап алуунун талаа усулу, педагогикалык байкоо жүргүзүү, мугалимдерди жана окуучуларды анкеталык сурамжылоо, Республикалык “Ден Соолук” комплексинин талаптары жана нормалары боюнча текшерүү сыноолорду өткөрүү, антропометриялык ченөө, педагогикалык эксперимент, окуучуларды жалпы жетишкендиктерин талдоо жана жалпылоо, сабакты хронометраждоо, изилдөөлөрдүн алынган илимий педагогикалык материалдарды математикалык-статистикалык жол менен иштеп чыгуу.

**Изилдөөнүн илимий жаңылыгы:** Кыргызстандагы жалпы билим берүү мектептеринин шарттарында аларды колдонуу эрежелери аныкталган. Дене тарбиясында элдик каражаттарды пайдаланууда (жеңил атлетикада, гимнастикада, спорттук оюндарды, сууда сүзүү, кросстук даярдыгы) түрлөрү боюнча программаларды өздөштүрүүдө реалдуу таасири белгиленген. Ушулардын бардыгы окуу материалдарын толук кандуу өздөштүрүүгө окуучуларды “Ден соолук” комплексинин нормативтерин ийгиликтүү даярдоого жана тапшырууга объективдүү өбөлгө түзөт.

**Изилдөөнүн алынган натыйжалардын практикалык баалуулугу.**

Изилденген материалдар жана аларды 11-13 жаштагы окуучуларынын дене тарбия практикасында пайдалануу, ушул педагогикалык процесстин мазмунун олуттуу деңгээлде байытууга мүмкүндүк берип, сабактардын жалпы мотордук жыштыгын дене тарбияда колдонуучу каражаттары сыяктуу эле жогорулатат жана Кыргызстандын жалпы билим берүү мектептеринде колдонууга сунушталышы мүмкүн.

## РЕЗЮМЕ

**диссертационного исследования Жакипова Адилбека Жолдошовича «Определение способов и условий использования кыргызских народных подвижных игр на уроке физической культуры» 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры**

**Ключевые слова:** физическое воспитание, физическое развитие, физическая культура, урок физической культуры, комплекс «Ден Соолук» учащиеся 11-13 лет, народные подвижные игры, физические упражнения, физическая подготовленность.

**Объект исследования:** процесс физического воспитания учеников 11-13 лет в общеобразовательных школах.

**Предмет исследования:** пути и условия использования кыргызских народных подвижных игр на уроках ФК учеников 11-13 лет в общеобразовательных школах.

**Цель исследования:** На основе исследования на уроках физической культуры кыргызских народных подвижных игр повышения уровня физической подготовленности учеников сельских школ 11-13 лет для успешного выполнения норм и требования комплекса «Ден Соолук».

**Методы исследования.** Исследование литературных источников, отбор кыргызских народных подвижных при полевых условиях, педагогическое наблюдение, анкетирование среди учителей и учеников, проведение контрольных испытаний по норм комплекса «Ден Соолук», антропометрические измерение, педагогический эксперимент, общее итоговое обсуждение по успеваемости учеников, математико-статистическое обработка полученных материалов научно педагогическим путем.

**Научная новизна** результатов исследования состоит в том, что впервые осуществлен специально-запрограммированный анализ и систематизация кыргызских народных подвижных игр с учетом их роли и места на занятиях по ФК с учащимся 11-13 лет.

**Практическая значимость полученных результатов исследования:** определены правила их использования в условиях общеобразовательных школах Кыргызстана.

Установлено реальное воздействие народных средств ФВ на освоение разделов программы (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, кроссовая подготовка).

Все это создает объективные предпосылки для полноценного освоения учебного материала и успешной подготовки учащихся к сдаче нормативов комплекса «Ден Соолук».



## SUMMARY

**of the dissertation work of Zhakipov Adilbek Zholdoshevich on the theme “Determination of ways and conditions of use of kyrgyz people's movement games in physical education classes” for the degree of candidate of pedagogical science in the physical education specialty 13.00.04 – theory and methods of physical education, sport training, health promotion and adaptability**

**Key words:** yrgyz people active games, physical education, Health complex, 11-13 years old pupils, experimental and monitoring class.

**Aims of research:** to develop level of physical education of 11-13 years old pupils in the villages using widely Kyrgyz people active games on the basis of purposeful physical education to pass norms of “Health” complex successfully.

**Research objects:** process of using Kyrgyz people active games in physical education lessons.

**Subject of research:** ways of using and requirements of Kyrgyz people active games.

**Novelty of research:** for the first time special programmed analysis and systematization was implemented taking into account the role and place of Kyrgyz people active games for 11-13 years pupils in physical education lessons in secondary schools. On the basis of it specific rules of using them were defined at a certain situation. In the materials of specially organized pedagogic experiences was emphasized a real influence of above mentioned means of physical education to master school programs such as athletics, gym, sport games, swimming, active games, training on skiing. All of them have valuable materials and opportunities to get ready to pass requirements of the complex “Health” successfully.

Using Kyrgyz people active games for 11-13 years old pupils through adapting to the approaches of the physical education helps to strengthen the process of teaching and training of the contingent of trainees and to shape united forms. In this aspect the development of the effectiveness physical education for secondary school pupils is not solved in the Kyrgyz Republic.

**Practical value of the research.** Studied materials and using them in practicum of physical education for 11-13 years old pupils helps to enrich the level of content of pedagogical process, to advance general and motor density of lessons and will be suggested to use in secondary schools of Kyrgyzstan.

Our research corresponds the content of the State Standards on Education and complies with the requirements of regulatory documents on education and upbringing.