

Федеральное агентство по образованию
ГОУ ВПО «Калмыцкий государственный университет»

**И. Т. БАЛДАШИНОВ
И.С. АНДРЕЕВ**

**ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ
УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ НАЦИОНАЛЬНЫХ СРЕДСТВ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
(на примере калмыцкой национальной борьбы)**

Учебное пособие

Элиста
2009

**ББК
УДК**

**Балдашинов И. Т., Андреев И. С. ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ
БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ
НАЦИОНАЛЬНЫХ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ [Текст] /**

**И. Т. Балдашинов, И. С. Андреев. – Элиста: ГОУ ВПО «КалмГУ»,
2009. – 70 с.**

Учебное пособие посвящено формированию готовности будущего учителя физической культуры к использованию национальных средств физического воспитания. Данное издание построено на результатах диссертационного исследования, осуществленного на базе Калмыцкого государственного университета. Включение элементов национальной спортивной борьбы, в учебную деятельность в условиях образовательного процесса является чрезвычайно актуальным для российской педагогической науки, в силу недостаточной исследованности. На основе современных научных исследований в области физического воспитания в данном пособии представлена теоретико-методологическая позиция авторов в решении проблемы средствами национальной спортивной борьбы.

Пособие может быть использовано преподавателями физической культуры, аспирантами вузов.

Рецензенты

Ю. П. Ветров, Заслуженный работник высшей школы РФ, доктор пед. наук, профессор, декан гуманитарного факультета Северо-Кавказского государственного технического университета;

Н.В. Резенькова, кандидат пед. наук, доцент кафедры физической культуры Северо-Кавказского государственного технического университета.

© И.Т. Балдашинов, И.С. Андреев, 2009

© Калмыцкий государственный университет, 2009

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
1. История возникновения и развития калмыцкой национальной борьбы .	4
2. Калмыцкая борьба – одно из средств физической культуры в системе профессионального образования	11
3. Педагогические условия формирования готовности учителей физической культуры к использованию средств физического воспитания	22
4. Содержательно-методическое обеспечение формирования готовности будущего учителя физической культуры и спорта к использованию национальных средств физического воспитания	36
5. Правила калмыцкой национальной борьбы судейство. Организация и проведение соревнований	47
6. Основы технико-тактической подготовки в калмыцкой борьбе	49
7. Физическая подготовка в калмыцкой борьбе	51
8. Спортивная подготовка борца национального стиля	55
Заключение	58
Приложение	62

ВВЕДЕНИЕ

Калмыцкий этнос, являясь одним из древних народов проживающих на территории Нижнего Поволжья и Северного Кавказа, образовался в 12-м веке из нескольких родственных племен, в 16-м вошли в состав Российского государства, в ходе своего становления и развития калмыки создали самобытную, интересную с научной и практической точки зрения культуру, в которой наиболее полно нашли своё отражение историческое, политическое, экономическое развитие народа, результаты его материальной и духовной деятельности людей на разных исторических ступенях развития. Народная культура калмыков является тем живительным источником, который формирует систему народного образования Калмыкии, а также базой воспитания подрастающего поколения на национальных традициях.

1. ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ КАЛМЫЦКОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ БОРЬБЫ

- 1. История возникновения калмыцкой национальной борьбы.*
- 2. Возрождение калмыцкой национальной борьбы.*
- 3. Калмыцкая национальная борьба и спорт РК в современных условиях.*

Калмыки в течение длительного времени вели кочевой и полукочевой образ жизни. Детей с раннего возраста ориентировали на раннее познание окружающего мира, овладение умениями и навыками, которые необходимы при данном образе жизни. Именно поэтому детей калмыков приучали к хозяйственно-бытовому труду, а также к верховой езде и навыкам скотоводства. Среди традиционных элементов народного воспитания калмыков большое место занимало привитие любви к животным, уходу за ними. Игры детей-калмыков естественно содержали элементы трудовой и военной деятельности взрослых, боевого искусства.

Для выживания относительно малочисленного народа жизненно необходимо было иметь закаленное выносливое тело, силу и ловкость рук, обученное верховой езде. Много усердия и времени мужчины уделяли различным видам спорта; калмыцкой борьбе, стрельбе из лука, метанию копья, верховой езде. Важнейшим культурно-историческим памятником изучения калмыцких национальных игр и видов спорта является знаменитый эпос калмыцкого народа «Джангр» который создан народными сказителями-джангарчи в 15-м веке. В этой своеобразной энциклопедии жизни далеких предков калмыков имеется обширный материал для физического и духовного воспитания современной

молодежи. «Джангар» как эпическое произведение сформировался из первоначальных сказаний о подвигах реальных исторических личностей калмыцкого народа. Постепенно эти личности типизировались, их черты обобщались, и теряли связь со своими конкретными носителями. Но это не упрощало их, а напротив, они становились идеалами для подражания.

Читая «Джангар», учащиеся могут научиться оценивать качества личности его героев, их умение доводить начатое ими дело до конца. Не потеряли своей актуальности также мысли о свободе, равенстве и дружбе народов, значение труда как источника жизни и положительных эмоций. Большое познавательное значение имеет сравнение индивидуальных качеств главных героев, основные черты которых сохраняются в монгольских, бурятских, алтайских версиях «Джангара». Совершенными личностями являются богатыри, в которых калмыцкий народ выразил свое представление об идеалах силы, красоты и мудрости, духовно-нравственных ценностях.

Ознакомление учащихся с эпическим творчеством позволяет поставить задачу приобщения к национальным играм и национальным видам спорта. Калмыцкие народные игры предлагается внедрять в физическое воспитание и в различные внеклассные воспитательные мероприятия. При этом ценным является то, что подвижные игры проводятся с использованием калмыцкого языка. На протяжении веков калмыки бережно хранили и развивали свои национальные виды игр и соревнований. Обычно спортивные соревнования проходили в дни народных праздников. К сожалению, письменных и иных источников об этой стороне жизни калмыков почти не сохранились. Есть, однако, отдельные свидетельства русских ученых. Так русский ученый Павел Небольсин путешествуя по обширным калмыцким степям в 1852 году, писал; «Калмыцкая борьба представляет чрезвычайно любопытное явление, подобно которому мы в наши времена ничего не найдем у других соседственных с калмыками племен. Это очень интересное подобие древних олимпийских игр, победа на которых венчает победителя славою неомрачимою и быстро разносящеюся по целому калмыцкому миру».

Борьба в те времена, как правило, проводилась по большим праздникам. Приглашались борцы из разных улусов и селений. О времени схваток сообщали народу заранее, и весь улус разделялся на две стороны болельщиков, каждая переживала за своих.

Борцы выступали от своего рода, улуса, хотона или от какого-либо богатого князя, нойона, хозяина. К состязаниям готовились задолго. Атлеты спали на коже, подложив под голову жесткие арканы, приучали себя к ударам, кидались на землю и кувыркались. При проведении соревнований были свои традиции и правила. Выйдя на схватку, борцы, строя угрожающие гримасы, яростно вглядывались в лица друг друга, стараясь уstrasить соперника.