Евгения Павловна Пеева,

учитель физической культуры 1 категории,

Угутская СОШ,

с. Угут Сургутского района, Тюменской области

|  |
| --- |
| **ЭТНОКУЛЬТУРНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В УГУТСКОЙ СОШ.**  **Аннотация.** *В данной статье представлен опыт внедрения в содержание образовательной области «Физическая культура» ФГОС программного модуля по физической культуре «Игры, состязания и самобытные физические упражнения народов Севера», на основе национальных игр и единоборств народов ханты. Данный модуль способствует формированию мотивации к здоровому образу жизни и взаимоотношений с окружающим миром, воспитывает у учащихся высокие нравственные качества личности представителя Северного этноса, способного к полноценной профессионально-трудовой деятельности.*  **Ключевые слова:** *Физическое воспитание, национально-региональный компонент в программе по физической культуре, урочная и внеурочная форма занятий.*  **Актуальность** *Этнокультурный модуль «Игры, состязания и самобытные физические упражнения народов Севера» предложенной программы подтверждается утверждением государственного образовательного стандарта, в том числе и по физическому воспитанию, в который входит вариативный компонент, предписывающий использовать национальные и региональные особенности физической культуры.*  В настоящее время ФГОС требует новых подходов к содержанию и организации физкультурно-оздоровительной работы в школе. Главной целью становится -формирование разносторонне развитой личности, способной реализовать творческий потенциал в динамичных социально-экономических условиях, как в собственных жизненных интересах, так и в интересах общества.  Разнообразить пути решения образовательных задач на своих уроках и во внеурочной деятельности, а также повысить интерес обучающихся к уроками физической культуры позволяет **этно-культурная составляющая** в программе по физической культуре. Этно-культурный модуль «Игры, состязания и самобытные физические упражнения народов Севера» играет существенную роль в нравственном, интеллектуальном и патриотическом воспитании подрастающего поколения.  Физическая культура народов ханты пока ещё остаётся малоизвестной страницей их истории. К сожалению, дети-ханты, приезжая в интернат, плохо знают свою культуру, мало знакомы с традиционными национальными играми и состязаниями. Система воспитания в интернате, отрыв детей от семьи, от своих обычаев, приводит к тому, что дети забывают свои традиции, свои язык. Подростку ханты тяжелее социализироваться в условиях быстро изменяющегося техногенного мира. Поэтому очень важно сохранить культурное наследие маленького, но очень красивого и самобытного народа.  **Концептуальность.** Содержание программного модуля включает перечень традиционно-народных физических упражнений, игр и национальных видов спорта, направленных на комплексное развитие физических качеств. Основу двигательных умений и навыков составляют исторически сложившиеся и устоявшиеся системы традиционно-народных физических упражнений. К ним относятся легкоатлетические упражнения из национальных игр, прыжки через нарты, тройной национальный прыжок, метание тынзяна на хорей, стрельба из лука, бег с палкой по пересечённой местности. В своей совокупности данные упражнения создают нужный человеку фонд двигательных умений и навыков и в настоящее время составляют основу двигательной деятельности. Поэтому именно традиционные упражнения национальных видов спорта, игр заслужили право войти в содержание школьной учебной программы по предмету «Физическаякультура».  **В нашей школе успешно реализуется** **модульная программа** физического воспитания учащихся 5-11-х классов в рамках ФГОС с включением **этно-культурной составляющей**. Программа по физической культуре разработана на основе следующих нормативных документов:  -Проект постановления Правительства. [О внесении изменений в приложение к постановлению Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 9 октября 2013 года № 422-п «О государственной программе Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Развитие физической культуры и спорта в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре на 2014-2020 годы»](http://www.depsport.admhmao.ru/wps/wcm/connect/611e72d6-4e31-4026-9985-b7b8e1da0d68/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B5%D0%BA%D1%82+%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F.zip?MOD=AJPERES&CONVERT_TO=url&CACHEID=611e72d6-4e31-4026-9985-b7b8e1da0d68);  -Программы по физическому воспитанию учащихся 5-11 классов на основе традиций коренного населения ХМАО **2015г.**  В школе имеется 2 спортивных зала, тренажерный зал, хоккейный корт, лыжная база, оборудование для занятий рыболовством и охотоведением, снегоход «Буран». Школа оснащена спортивным оборудованием и инвентарем (имеются коньки, лыжи), мебель качественная, соответствующая ростовым нормам.  **Целью** модуля является наполнение содержания программного материала физического воспитания учащихся элементами национальных игр и видов спорта коренных народов Сибири.  **Модуль обеспечивает решение следующих задач:**  1.Укрепление здоровья, повышение уровня физического развития.  2.Обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиям.  3. Формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, физическом самосовершенствованием.  4. Приобретение необходимых знаний о истории народа, национальной культуре, самобытных физических игр и единоборств.  5.Воспитание у школьников высоких нравственных качеств личности представителя Северного этноса, способного к полноценной профессионально-трудовой деятельности.  Огромное многовековое богатство национальной культуры народов Сибири позволяет выделить из него необходимый материал для этно-культурной составляющей учебного предмета «Физическая культура» на уроках и во внеурочной деятельности. Этот материал можно сгруппировать по трём основным **разделам:**  1.Усвоение знаний (знания об истории, национальных обычаях, традициях народов ханты, истории народных игр, национальных видов спорта, о возможностях человека, его культуре и ценностных ориентациях).  2. Усвоение способов физкультурной деятельности - физические упражнения, национальные игры. Учащиеся должны демонстрировать знания и правила подвижных игр, уметь организовать игру, технику безопасности при проведении игр и соревнований. Владеть комплексом упражнений на определенные группы мышц.  3. Использование национальных физических упражнений для подготовки учащихся к выполнению нормативных требований по физической подготовленности, сдаче норм ГТО и во внеурочной деятельности.  4. Проектная деятельность с этно-культурной составляющей.  **Содержание модуля «Игры, состязания и самобытные физические упражнения народов Севера»**  В разделе «Основы знаний» представлен материал, способствующий расширению знаний учащихся о национальных обычаях, традициях, о системе закаливания детей, о традиционном питании, праздниках, обрядах, о культуре народов ханты. Сообщение знаний провожу в форме бесед, защите мини-проектов и презентаций. Темы сообщений и мини-проектов предлагаю классу в виде домашних заданий по желанию. Такие сообщения как «Игрушки народов ханты», «Система закаливания северных народов»,  «Медвежий праздник», «Питание народов ханты», «Национальные единоборства», «Обустройство жилища народов ханты», «охота и рыбалка народов ханты», загадки, пословицы Северных народов, правила проведения национальных соревнований, представляет большой интерес у учащихся. Для временно освобожденных от занятий учащихся разработаны небольшие рефераты (раздаточные материалы), выполненные как учениками, так и мной, по истории, культурным традициям, спортивным достижениям в северном единоборстве, национальным играм. Такие уроки очень нравятся учащимся, уроки проходят в очень дружеской атмосфере, эмоционально. Ребята ханты с большим интересом рассказывают о своем быте, охоте, увлечениях. С большим трудолюбием выполняют все задания. От таких уроков мой предмет становится самым любимым для учащихся, и они всегда с удовольствием бегут на урок физкультуры.  **Урочная деятельность**  Учителю физической культуры очень важно найти пути успешного применения национальных игр на уроке. Национальные игры использую по звеньям: младшее (1-4 классы); среднее (5-8 классы); старшее (9-11классы).  Младших школьников очень привлекает образность, эмоциональность и в то же время простота, свойственная народным играм.  В 1-4 классах из игр общеразвивающего характера можно использовать:  «Пряталки», «Болотная женщина», «Бег на трех ногах», «Бег по медвежьи», «Лиса и мыши», «У медведя во бору», «Мышеловка», «Удочка» и др.С этих игр можно начинать урок, так как они помогают захватить внимание учащихся, быстрее организовать их для решения задач урока, создать положительный эмоциональный настрой.  Национальные игры помогают также осваивать и совершенствовать важнейшие двигательные навыки. Так, на материале легкой атлетики для 5 класса применяю такие игры: «Бег на трех ногах», «Бег по медвежьи», «Берегись охотника», «Бег с капканами», «Броски палки вверх», «Быстрая лягушка», «Загони в озеро». В народных играх обычно очень много видов прыжков. Это позволяет учителю подбирать игры в соответствии с задачами урока и изучаемыми на них прыжками. В качестве примера можно использовать следующие игры:  «Прыжки через нарты, сани»; « Тройные прыжки». «Заячьи прыжки», «Прыжки на двух ногах», «Заячьи следы», «Прыжки в высоту»  Для среднего звена, из игр с элементами единоборства можно рекомендовать для применения на уроках физической культуры:  «Перетягивание на палках»; «Метание*танзяна* (аркана) на хорей» (Метание аркана на палку, которой погоняют оленей). «*Кырын панат»* («Кто сильнее?»)  С возрастом увеличиваются возможности для использования силовых и акробатических игр. Их с успехом можно использовать в старшем звене для 9-11 классов, тем более у народа ханты выработано множество игр-испытаний для юношей: «Бой медвежат», «Бой лосей», «Борьба ногами лежа на спине». «Извилистая тропа», «Качалка на качалке», «Перетягивание палки» и др. Некоторые же национальные игры предназначены для группового использования. В частности, для силовых игр надо отделить от класса юношей, предложив в это время девушкам более свойственные для них игры, например танцевальные или на смекалку. Национальные силовые игры требуют от участников хорошей физической подготовки, ловкости. Поэтому основное внимание уделяю технике безопасности.  Из национальных игр в спортивном зале подходят не все, так как требуется безопасное место, площадка и специальные снаряды (палки, шишки, мячи). Лучше использовать спортплощадку на улице для этих игр: «Метание шишек»,«Метание палки вверх», **«** Метание топора на дальность»,  Но так как у ханты народных подвижных игр не очень много и большинство из них созданы для проведения в зимнее время и на улице, можно импровизировать некоторые из них с использованием элементов хантыйских игр,  хантыйских загадок, поговорок, сказок, слов, движений, традиций и т.д. И проводить их в спортивных залах в учебном процессе для закрепления и усовершенствования пройденного материала.  Для коренных жителей ханты традиционные игры и состязания являлись когда-то неотъемлемой частью повседневной жизни. С помощью этих самобытных средств физической культуры ханты воспитывали у подрастающего поколения быстроту реакции, ловкость, силу и выносливость, делая его жизнестойким и малоуязвимым к суровым природным и жизненным условиям.  Национальные хантыйские игры и состязания способствовали передаче от старшего поколения младшему накопленного предками в течение веков бесценного положительного опыта.  **Внеурочная деятельность**  Цель внеклассных форм занятий состоит в том, чтобы на основе интересов и склонностей учащихся углубить знания, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных, волевых, этических качеств, содействовать овладению традиционными промыслами, навыками хозяйствования.  Совместно с сотрудниками заповедника «Юганский», на их базе, создана «Экологическая тропа». Спортивную ходьбу, лыжные прогулки, совмещаем с наблюдения за природными явлениями, о правилах бережного отношения к обитателям леса, о технике безопасности в лесу. Разработаны и проводятся занятия для школьников «Уроки природы», «Заповедный алфавит». На экологических детских маршрутах школьники получают интересную и доступную информацию о жизни обитателей наших лесов: «Родители-насекомые» (забота о потомстве бабочки-капустницы, пауки-родители); «Клещ - в чем его опасность»; «Процесс жизнедеятельности лиственных растений»; «Отличительные особенности хвойных деревьев»; «Царство грибов»; «Съедобные ягоды нашего края, значение их для здоровья человека»; «Правила поведения в лесу»; «Береги лес от огня»; «Красная книга» заповедника «Юганский»; «Экологическая опасность аварийности при добыче и разливе нефти».  **В школе сформирована система спортивных мероприятий**, в которую включены национальные физкультурно-массовые праздники. Именно они, но уже в стилизованном виде проводятся в Угутской школе-интернате.  Стрельба из лука, прыжки через нарты, тройной прыжок с разбега, перетягивание каната, метание тынзяна на хорей, лыжные гонки, – все это составляет основу традиционного школьного праздника по национальным видам спорта «Арчи-биатлон». «Игры богатыря Тоньи», Спортивные праздники для детей начальной школы: «Путешествие по родному краю», «Красная книга нашего края», «Подвиги богатыря Тоньи» с интеграцией этнокультурной составляющей. Традиционным в школе-интернате стал «День здоровья», посвященный памяти нашего талантливого земляка, художника, поэта, писателя и основателя Угутского краеведческого музея П.С. Бахлыкова. Ежегодное районное спортивно-оздоровительное мероприятие по лыжным гонкам «Лыжня 2017» среди поселений 15 округа.  Еще одним компонентом формирования этнокультурных ценностей и здорового образа жизни (ЗОЖ) является **проектная деятельность учащихся.** Где каждый ребенок может попробовать себя в написании научной работы.  - «Влияние системы питания на сохранение здоровья ханты» 2 место на 10 районной научно-практической экологической конференции «Молодежь исследует окружающую среду» 2012г.  «Домашнее воспитание Юганских ханты, как система физической подготовки к условиям жизни» - ученицы 9 класса получила диплом 3 степени на научной конференции «Шаг в будущее»  - «Экологический паспорт Угутской школы» участники научной районной конференции младших школьников «Юниор» г. Лянтор 2011г.  - «Игры наших дедушек и бабушек», диплом 2степени на научной районной конференции младших школьников «Юниор» г. Лянтор 2011г.  - «Грипп и его профилактика» участник 3 районного конкурса исследовательских работ «Юниор» г. Лянтор 2012г.  - «Бисер в жизни ханты» школьная научно-практическая конференция 2015г.  - Проект «Богатырские игры Тоньи» проект демонстрировался в Угутском краеведческом музее им. П.С. Бахлыкова. 2016г.  - Проект «Внедрение комплекса ГТО в Угутской СОШ» участие в школьной научной конференции 2017г.  - Проект «Факторы, влияющие на осанку школьника» победитель школьной научно-практической конференции 2017г. работы были отмечены дипломами на школьных и районных конференциях.  Использование разнообразных форм и методов обучения в совокупности с включением национально-регионального компонента в содержание программы физического воспитания школьников, приводит к повышению интереса учащихся к самостоятельным занятиям спортом, интересу к предмету «физическая культура» что, безусловно, положительным образом отражается и на спортивных достижениях учеников и результативности моей деятельности как учителя.  Высокий уровень мотивации учащихся к занятиям физической культурой привел к тому, что ученики нашей школы выполняют разрядные требования по различным видам спота – лыжный спорт, легкая атлетика, футбол, национальные единоборства, ГТО.  Возвращаясь к национальным традициям, мы можем поднять массовость физкультуры и в конечном итоге воспитать более здоровое поколение людей.  Я считаю, что такая работа поможет сохранить и развить народные традиции, привить детям уважение к коренному населению и любовь к родному краю, а значит и любовь к Родине.    **Список литературы**  1. *Красильников, В.П.* Игры и состязания в традиционном физическом воспитании хантов.- Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2002.  2. *Синявский, Н.И.* Физическое воспитание учащихся 1-11 классов на основе традиций коренного населения Ханты-Мансийского Округа: М.: МПУ, 1998.  3.*Синявский, Н.И. Власов, В.В., Фентыне О.А.* Игры, состязания и самобытные физические упражнения народов Севера: учеб.-методическое пособие.-Ханты-Мансийск: Институт повышения квалификации и развития регионального образования, 2003. |