

УДК 796.817

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-394

ТУВИНСКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ БОРЬБА «ХУРЕШ» В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КЫЗЫЛСКОГО ПРЕЗИДЕНТСКОГО КАДЕТСКОГО УЧИЛИЩА

Малашенко Сергей Александрович¹, Иванов Александр Владимирович¹, Хабекиров Беслан Артурович²

¹ – Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург, Россия

² – Кызылское президентское кадетское училище, Кызыл, Россия

Аннотация. В статье рассматривается роль тувинской национальной борьбы «Хуреш» в системе дополнительного образования Кызылского президентского кадетского училища, ее влияние на физическое воспитание кадет и развитие их физических качеств.

Ключевые слова: кадеты, физическое воспитание, развитие физических качеств, тувинская национальная борьба «Хуреш».

TUVAN NATIONAL WRESTLING “KHURESH” IN THE SYSTEM OF ADDITIONAL EDUCATION OF THE KYZYL PRESIDENTIAL CADET SCHOOL

Malashenko Sergey Aleksandrovich¹, Ivanov Aleksandr Vladimirovich¹, Khabekirov Beslan Arturovich²

¹ – Military Institute of Physical Training, St. Petersburg, Russia

² – Kyzyl Presidential Cadet School, Kyzyl, Russia

Abstract. The article examines the role of the Tuvan national wrestling “Khuresh” in the system of additional education of the Kyzyl Presidential Cadet School, its impact on the physical education of cadets and the development of their physical qualities.

Keywords: cadets, physical education, development of physical qualities, Tuvan national wrestling “Khuresh”.

Введение

Национальные спортивные состязания и соревнования, традиционные игры и физические упражнения имеют тысячелетнюю историю формирования и совершенствования. Преемственность поколений, использование в качестве основного средства восполнения низкого уровня двигательной активности, последовательное физическое развитие, становление новых компетенций, все это присуще национальным видам спорта и традиционным играм.

Национальные виды спорта и традиционные игры отличаются быстротой движений, использованием простых игровых средств и доступностью правил, прагматичностью и несложностью реализации [1, 2]. Ярким примером, такого вида спорта является Тувинская национальная борьба «Хуреш», представляющая собой состязание атлетов, задача которых свалить противника на землю. Тот, кто первым дотронется коленом земли либо упадет, считается проигравшим, при этом толкать соперника запрещено. Участник, потерпевший поражение, выбывает из соревнований, данная система позволяет проводить турниры с большим количеством участников.

Одой из особенностей данного национального вида спорта является спортивная форма, от начала и до конца соревнований участники находятся в традиционной одежде – расшитая национальным орнаментом куртка с открытой передней частью и спортивные трусы, затянутые поясом.

Прежде чем начать соревнования участники выполняют национальный древний танец орла именуемый как «Девиг». Повторно исполнить данный танец и отдать дань уважения «Вечному Синему Небу» предоставляется только победителю схватки.

С древних времен и по настоящее время ни один национальный праздник в республике не проходит без состязаний по борьбе «Хуреш». Самым зрелищным считается праздник животноводов «Надым». Данный праздник проводится на открытом стадионе, вмещающем более 10000 зрителей и 300 участников.

В 2017 г. на базе Кызылского президентского кадетского училища была создана Школа боевых восточных единоборств, в перечень спортивных секций которой вошла Тувинская национальная борьба «Хуреш». Таким образом, Кызылское президентское кадетское училище стало одной из образовательной площадок страны, на базе которой успешно развивается национальный вид спорта.

Национальной борьбой «Хуреш» кадеты Кызылского президентского кадетского училища, в рамках реализации дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности, начинают заниматься с 5 класса, то есть первого года обучения в училище.

При этом занятия в данной спортивной секции обязательны для всех обучающихся.

Кадеты, проявившие наибольшую заинтересованность в изучении спортивных единоборств и в особенности национальной борьбы «Хуреш», при переходе в старшие классы, имеют возможность перейти в спортивные секции по видам спорта, культивируемые в Вооруженных Силах Российской Федерации, и тем самым попасть в сборную команду училища и представлять его на Спартакиаде Минобороны России.

Материалы и методы

Цель исследования: проверить эффективность занятий в спортивной секции по национальному виду спорта «Хуреш».

Сравнение показателей ($\bar{X}_1 \pm m$) физической подготовленности у юношей ЭГ (n = 37) и КГ (n = 31) до и после педагогического эксперимента

Показатель	Опытная группа	Начало эксперимента		Конец эксперимента		
		$\bar{X}_1 \pm m$	различия	$\bar{X}_2 \pm m$	различия	$\Delta \bar{X}_2 - \bar{X}_1$
Подтягивание на перекладине, кол-во раз	ЭГ	5,2 ± 1,2	0,2	7,6 ± 1,3	1,2***	2,4***
	КГ	5,4 ± 1,7		6,4 ± 1,7		1,0
Метание спортивного снаряда, м	ЭГ	30,9 ± 2,5	0,3	33,9 ± 0,9	1,2**	3***
	КГ	30,6 ± 2,4		32,7 ± 1,3		2,1
Прыжок в длину с места, см	ЭГ	168 ± 2,2	1	178 ± 2,2	8***	10
	КГ	167 ± 3,1		172 ± 3,1		5

Примечание: 1. Числом звездочек отмечены статистически достоверные различия при уровнях их значимости (* – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$). 2. Δ – обозначены сдвиги, происходящие в процессе эксперимента.

Задачи исследования: выявить влияние борьбы «Хуреш» на развитие основных физических качеств и последующий выбор кадетами профилирующей спортивной секции; проанализировать успешность выступления кадет Кызылского президентского училища, ранее занимавшихся национальной борьбой «Хуреш» на соревнованиях различного уровня.

Методы исследования: анализ литературных источников, метод наблюдения, проверка уровня физической подготовленности, анкетирование, метод экспертных оценок, методы математической статистики.

Результаты исследований и их анализ

Для начинающих спортсменов был разработан программный курс, который включал в себя не только изучение теории, техники и тактики борьбы, а также духовный ритуал, который является неотъемлемой частью борьбы «Хуреш».

Для определения уровня развития физических качеств было исследовано 37 кадет, занимающихся в рамках дополнительного образования в спортивной секции по борьбе «Хуреш». В начале, середине и в конце учебного года мы провели контроль уровня физической подготовленности кадет по следующим физическим упражнениям: подтягивание на перекладине, метание спортивного снаряда, прыжок в длину с места. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Реализация дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Национальная борьба «Хуреш», доказала свою эффективность, об этом свидетельствуют показатели ЭГ, которые были достоверно ($p < 0,05$) выше, чем в КГ: в подтягивании на перекладине (в ЭГ – на 46,1 %, в КГ – на 19,2 %), в метании спортивного снаряда (в ЭГ – на 9,7 %, в КГ – на 6,8 %), в выполнении прыжка в длину с места (в ЭГ на 5,9 %, в КГ на 2,9 %). Также в ЭГ выявлена тенденция повышения интереса к занятиям единоборствами, а в КГ этот показатель остался на прежнем уровне.

Помимо этого анализ результативности выступлений кадет Кызылского президентского кадетского училища в соревнованиях по спортивным единоборствам

различного уровня показал, что приобретенные навыки на занятиях национальной борьбой «Хуреш» положительно влияют на уровень спортивного мастерства кадет. Стоит отметить, что педагоги дополнительного образования по армейскому рукопашному бою и борьбе самбо указали, что кадеты, перешедшие к ним в группы после обучения в спортивной секции национальной борьбы «Хуреш», намного быстрее усваивают технические приемы нового вида единоборств, а также имеют чрезвычайную устойчивость во время борьбы в стойке, благодаря развитым координации, ловкости и силе.

Опрошенный тренерский состав имеет единое мнение о целесообразности использования национальной борьбы «Хуреш» на начальных этапах подготовки спортсменов-единоборцев Кызылского президентского кадетского училища.

Выводы

Тувинская национальная борьба «Хуреш» является самым известным и любимым видом спорта республики Тыва, в том числе для кадет Кызылского президентского кадетского училища. Благодаря ей подростки познают культуру своего народа, демонстрируют рост уровня физической подготовленности, формируют устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.

Связь борьбы «Хуреш», как спортивного состязания, с духовной жизнью и верой, является значительным ресурсом психологической устойчивости личности юношей, формирования патриотизма, побудителем их физического развития.

Таким образом, реализуемая на базе Кызылского президентского училища дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Национальная борьба «Хуреш» является эффективным средством физического воспитания подрастающего поколения в Республике Тыва.

Литература

1. Теория культуры: учебное пособие / под ред. С. Н. Иконниковой, В. П. Большакова. – Санкт-Петербург, Питер, 2008. – 592 с.

2. **Винокурова Н. А.** Национальные виды спорта и народные игры на уроках «физическая культура» как основа подготовки к участию ВФСК ГТО / Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. — 2022. — № 12 (214). С. 98–101.
3. **Ооржак С. Ы., Ооржак Х.-О. Д.-Н.** Внедрение национальной борьбы «Хуреш» в процесс физического воспитания школьников // Сибирский педагогический журнал Раздел V Этнопедагогическая культура в современном образовательном пространстве Новосибирск, 2009 №7. С. 181–188.

* * *

УДК 796.5.074.5

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-395

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМ ОРИЕНТИРОВАНИЕМ КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЗНАЧИМЫМ ВИДОМ СПОРТА ДЛЯ КУРСАНТОВ ВОЕННО-УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Малков Александр Владимирович¹, Медянцева Владимир Сергеевич², Роговая Дарья Александровна¹, Согришин Евгений Анатольевич¹

¹ – Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург, Россия

² – Великолукская государственная академия физической культуры, Великие Луки, Россия

Аннотация. В статье рассмотрены некоторые проявления психических процессов, характерных для соревновательной деятельности в спортивном ориентировании и в военно-профессиональной деятельности военнослужащих, рассматривается вопрос о целесообразности разработки и внедрения средств спортивного ориентирования в образовательный процесс курсантов в военно-учебных заведениях.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, военно-профессиональная деятельность, курсанты, психические процессы, перенос подготовленности.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ORIENTEERING AS A PROFESSIONALLY SIGNIFICANT SPORT FOR CADETS OF MILITARY EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Malkov Alexander Vladimirovich¹, Medyantsev Vladimir Sergeevich², Rogovaya Darya Alexandrovna¹, Sogrishin Evgeny Anatolievich¹

¹ – Military Institute of Physical Training, Saint Petersburg, Russia

² – Velikie Luki State Academy of Physical Culture, Velikiye Luki, Pskov Region, Russia

Abstract. The article considers some manifestations of mental processes characteristic of competitive activities in orienteering and military-professional activities of military personnel, and considers the question of the feasibility of developing and introducing orienteering tools into the educational process of cadets in military educational institutions.

Keywords: orienteering, military-professional activity, cadets, mental processes, transfer of preparedness.

Введение

Умение ориентироваться на местности — это один из важнейших навыков, который необходим офицеру любого вида или рода войск для выполнения боевых и служебных задач [2, 5]. Высокая значимость навыка ориентирования на местности для военнослужащих подтверждается опытом участия военных специалистов различного профиля в специальной военной операции.

Спортивное ориентирование как вид спорта, в котором участники с использованием спортивной карты и компаса должны пройти расположенные на местности контрольные пункты (как правило — за минимальное время), не относится к числу военно-прикладных, однако, в современных условиях приобретает характер профессионально-значимого вида спорта.

Средствами спортивного ориентирования можно решать задачи комплексного физического воспитания и удовлетворять потребности людей в двигательной активности, занятия спортивным ориентированием — органичное сочетание физического и умственного

труда, способ снятия нервно-эмоционального напряжения для людей всех возрастов [2, 3, 4, 6].

Исследованиями установлено, что применение средств и методов спортивного ориентирования в подготовке военнослужащих различных категорий способствует не только формированию навыков ориентирования на местности, но и совершенствованию военно-прикладных навыков, повышению уровня физической подготовленности военнослужащих, а также совершенствованию психических процессов, лежащих в основе военно-профессиональной деятельности военнослужащих [2, 6, 7]. Однако, по мнению авторов, весь потенциал влияния занятием спортивным ориентированием на процесс военно-профессиональной подготовки военнослужащих различных категорий до конца не раскрыт.

В настоящей статье рассмотрены некоторые психологические аспекты занятий спортивным ориентированием во взаимосвязи с процессом военно-профессиональной подготовки курсантов в военно-учебных заведениях Министерства обороны