PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

УДК 39.308.7.79

Мендот Элла Эрес-ооловна,
к.п.н., доцент кафедры физической культуры
ФГБОУ ВО «Тувинский государственный университет»,
г. Кызыл Республика Тыва, Россия
Мендот Инга Эрес-ооловна,.
к.п.н., ст. преподаватель кафедры физической культуры
ФГБОУ ВО «Тувинский государственный университет»
Кызылский педагогический колледж,
г.Кызыл Республика Тыва, Россия
Мендот Эмма Эрес-ооловна,
старший преподаватель кафедры физической культуры
ФГБОУ ВО «Тувинский государственный университет»
г.Кызыл Республика Тыва Россия
Мендот Эреса Вдадимировна,
врач ординатор кардиолог терапевт,
Московский областной научно-исследовательский
клинический институт
им. М.Ф.Владимирского г. Москва Россия.
DOI: 10.24411/2520-6990-2020-12115

ЭТНОКУЛЬТУРНАЯ ИГРА «РУССКАЯ ЛАПТА» В МЛАДШИХ КЛАССАХ

Mendot Ella Erez-oolovna,
candidate of pedagogic Sciences, associate Professor,
Department of physical education,
of the "Tuvan state University",
Kyzyl, Tuva, Russian Federation
Mendot Inga Eres-oolovna,
candidate of pedagogic Sciences,
senior teacher of physical culture of the
Kyzyl pedagogical College,
doctor of "Tuvan state University",
Kyzyl, Tuva, Russian Federation,
Mendot Emma Eres-oolovna,
senior lecturer in the Department of physical culture,
of the "Tuvan state University",
Kyzyl, Tuva, Russian Federation,
Mendot Eresa Vladimirovna
physician cardiologist therapist,
Moscow regional research Institute clinical Institute
M. F. Vladimirsky Moscow Russia.

ETHNO-CULTURAL GAME OF "RUSSIAN LAPTA» IN ELEMENTARY GRADES

Аннотация.

В статье рассматривается этнокультурная игра «русская лапта» пришедшая из прошлых столетий со времен Петра I, деревянная бита, которая сделана самими детьми или с помощью взрослых и самодельные мячи, о котором свидетельствуют археологические раскопки Древнего Новгорода. Игра «русская лапта» формирует физические качества как быстрота, ловкость, сила, выносливость на уроках физической культуры в младших классах, которая позволяет осуществлять большое количество бросков, ловли и подбора мяча с площадки, всё это вырабатывает скоростно-координационные способности, ребенок чувствует руками точность и меткость при этом развивается сила рук, вырабатывает волю и характер, укрепляется здоровье.

Abstract.

The article deals with the ethnocultural game "russian lapta" that came from the past centuries since the time of Peter I, a wooden bat that was made by children themselves or with the help of adults, and homemade balls, which are evidenced by the archaeological excavations of Ancient Novgorod. The game forms physical qualities such as speed, dexterity, strength, endurance in physical education classes in Junior classes, which allows you to carry out a large number of throws, catching and picking up the ball from the court, all this develops speed-

coordination abilities, the child feels accuracy and accuracy with his hands, while developing hand strength, develops will and character, and improves health.

Ключевые слова: *лапта, народная игра, физическая культура, физические качества, здоровье, соревнование, воспитание.*

Keywords: *lapta, folk game, physical culture, physical qualities, health, competition, education.*

Народная игра «лапта» в Древней Руси служила средством военной подготовки, в случае нападения врага им приходилось в одиночку или небольшими группами продвигаться через поле врага и удавалось избежать стрел и копий, и таким образом, приводили подкрепление, спасали город и жизнь населения. В то время каждый воин умел хорошо бегать и передвигаться, метать дротик, камни и все это отражено в игре.

В настоящее время этнокультурная игра «русская лапта» культивируется как игровой вид спорта наравне с волейболом, баскетболом, футболом и легкой атлетикой в России и в других регионах. В Республике Тыва в 2004, 2005, 2006 годах проводились соревнования по русской лапте среди общеобразовательных школ города Кызыла, а затем и республиканские соревнования. К сожалению, в настоящее время соревнования лапты, в переводе на тувинский язык (Ак-Ходель и Кара-Ходель) прекратились и не проводятся, и эту игру нигде не играют, она забыта в республике, редко играют в сельских кожуунах (районах). «Русская лапта» - один из самых малоизученных видов спорта в нашей республике, она актуальна особенно в сельской местности, дети придумывают правила игры по-своему, как они научились у взрослых. Можно сделать отдельный раздел «русская лапта» в вариативной части (регионального компонента) программы для обучения правильной игры.

Букатов В.М., Ершов А.П., считают, что в этом возрасте у учащихся младших классов двигательные навыки вырабатываются, позволяя детям овладеть разнообразными сложными видами физической деятельности и усовершенствовать свои двигательные навыки.

Игра развивает все необходимые человеку двигательные качества и достаточно реализует потребность в движении и направлена на укрепление межнациональных отношений, развитие системы интернационального воспитания школьников [3]. Для того чтобы заинтересовывать ребенка хоть чем-нибудь, сельские учителя физической культуры находят выход в этом обстоятельстве, в таком случае им приходиться применять народную игру «русская лапта» для учащихся начальных классов, она укрепляет морфофункциональные качества, оздоровления организма детей [7].

В этнопедагогике считается, что подвижные игры – это самое веселое, интересное, полезное и лучшее лекарство для детей от «двигательного голода» - гиподинамии, важное средство самовыражения, борьба сил, воспитание внимания и рассредоточения, характера, воли, вырабатывание здоровья ребенка. С давних времен люди в жизни находили место подвижным играм, которые представляют из поколения в поколение [4]. У русских народов были распространены такие игры как «горелка», «день и ночь», «чехарда», «казаки разбойники» и, конечно же «русская лапта», которая в наш современный век родственна с лаптболом, бейсболом [7]. У финнов подобная игра называется «пессопалло», немцев – «шлагбал», румынов – «ойна», болгаров – «народка топка», тувинцев – «ак-ходел, кара-ходел» и в других отдаленных кожуунах (районах) называют «чажыржыр».

В культуру каждого народа входят сотворенные им национальные виды спорта и подвижные игры. Как пишет в своих научных трудах Ягодин В.В., что народные игры являются неотъемлемой частью духовного воспитания детей, так как в играх отображались обыденность народа, его быт, традиции и обычаи [8].

По определению Разяпова Р.Н., Малорошвило Л.Н., что «русская лапта» – это народная двухсторонняя командная игра, которая проводится как на открытом воздухе, так и в закрытых помещениях, на прямоугольной площадке, ограниченной боковыми и лицевыми линиями. Эффективность уроков по подвижным играм в школе зависит от многих факторов. Этот процесс требует от учителя физической культуры знания основ теории физического воспитания, современных подходов к организации и проведению учебного процесса, методике преподавания. Учителю физической культуры перед началом урока нужно провести разминку и общеразвивающие упражнения, потом 6-8 мин эстафетные игры, потом начинать подготовку детей к игре – применение элементов ходьбы и бега легкой атлетики, чтобы обучить детей умению начать движения (высокий старт), бежать с модифицированием направленности (бег змейкой (противоходом), бег 10м туда и обратно), резко останавливаться применять элементы спортивной игры баскетбол - «остановка прыжком и шагом», «бежать спиной вперед», и «умение вовремя пригнуться», «увертываться», уметь «кувыркаться» - это элементы гимнастики, после такой подготовки можно начинать подвижную игру «Русская лапта» [6].

Цель одной команды – совершать, как можно перебежать после совершенных ударов битой по мячу в отведенное для игры время, где каждый игрок, производивший полную пробежку, приносит своей команде очки. Цель другой команды – не дать соперникам сделать перебежки осаливание мячом и завладеть больше «свечей», причем, осалив перебежчика, команда зарабатывает право на удары и перебегать, если не произойдет переосаливания (ответное осаливание).

Задача водящих – передача и ловля летящего мяча, метания мяча в цель или подобрать мяч и

осалить им игрока бьющей команды, пока тот бежит через поле.

Игроки делятся на две команды. После жеребьёвки капитанов одна из команд завладевает линией города, т.е. первая линия и становится бьющей или нападающей. Вторая располагается по всему полю и становится водящей или защищающейся. По сигналу игроки занимают места. Команда бьющих (нападающих) концентрирует в площадь подачи своего игрока, остальные игроки выстраиваются вдоль боковой линии города (позади подающего на площадке очередности) в том порядке, как расставит капитан. Команда водящих абсорбирует подающего игрока, который занимает место на площадке подающего рядом с «пятачком» (круг над которым подается мяч). Игроки водящей команды рассчитывают по всему полю, согласно указаниям капитана команды. Убедившись в готовности команд, судья дает сигнал к началу игры (два коротких свистка). Подающий игрок подбрасывает мяч над «пятачком», бьющий игрок, находясь в центре площади подачи города, ударом биты по мячу старается направить (ударить) его как можно дальше за линию дома (по длине аута нет). Удар рассчитывается состоявшимся, если мяч перелетел за контрольную линию. Нанеся удар, бьющий игрок бросается через всю площадку к линии кона. Его задача – успеть добежать до конца, пока мяч не пойман, и, если получится, то возвратиться обратно в город (первая линия).

Раязяпова Р.Н., Малорошвило Л.Н., в учебно-методическом пособии отмечают особенности игры в лапту и определяют необходимость постоянного соблюдения на уроках мер безопасности, способствующих предупреждению травматизма. На это надо обратить самое серьезное внимание уже в процессе подготовки к занятию. Важными условиями предупреждения травматизма непосредственно в процессе урока, а значит и его оздоровительной направленности, является наличие у школьников необходимой одежды и спортивной обуви, а также правильная методика обучения и организация учащихся [6].

Баажай М.А., Бочкарева О.А., Мендот Э.В., полагают, что в социалистическое время после шести часов взрослые играли лапту на улице, к ним часто присоединялись прохожие, забывая даже идти домой. Особая ценность этой игры в том, что начинать заниматься ею можно с дошкольного возраста и продолжить эти занятия в начальных классах и средних. Кроме того, для игры не нужен дорогостоящий инвентарь, специальная спортивная форма и оснащенные аппаратурой игровые площадки [1]. В условиях сельской средней школы в лапту можно играть круглогодично, в некоторых отдаленных районах школы не имеют спортивных залов, поэтому уроки в основном идут на воздухе, зимой лыжа, коньки, когда сильно холодно 38-50 градусов играют в шахматы, настольный теннис и национальные игры «кажык» (игра в кости), буга шадыраа (шахматы), «чинчи чажырары» (найти бусинку), борьба «Хуреш» и в другие игры [4]. В нашей республике в сельских школах на уроках физической культуры этнокультурная игра «русская лапта» доступна всем, так как охватывает в себя естественные двигательные действия и не требуют от игроков специальной подготовки.

Богатые традиции подвижной игры в «русская лапта», имевшиеся в нашей стране, не позволили ей исчезнуть окончательно, и достаточно было содействие на официальном уровне, чтобы началось ее второе рождение. «Русская лапта» представляется как средство совершенствования навыка, выполняемого в изменяющихся ситуациях. Игровые поединки безопасны и достаточно просты в организации, не потребуют от занимающихся специальной подготовки и могут проводиться в условиях спортивного зала в начальных классах, на открытой спортивной площадке для средних и старших классов [7].

Чем хороша игра? Во-первых, своей демократичностью. Как уже было сказано, весь необходимый инвентарь для нее – это деревянная бита длиной от 80 до 100 сантиметров и обычный теннисный или резиновый мяч. При этом игра развивает все физические качества, необходимые спортсмену: реакцию, скорость, точность, сосредоточение внимания, игровое мышление и навыки командного взаимодействия. Нужно уметь точно бить по мячу, быстро бегать, ловко сворачиваться от бросков соперника и не менее ловко ловить «свечу», мгновенно передавать мяч партнеру по команде или осаливать соперника. Все это совершается в считанные секунды, за которые требуется принять единственно правильное решение.

В сельских школах учителя физической культуры и инструкторы по физической культуры на уроках и внеурочное время играют в «русская лапта», тувинские дети и даже взрослые называют « ак- ходел и кара- ходел» (белая и черная линия) для развития быстроты, ловкости и выносливости детей, например, в гимназии №9 г. Кызыла обучение игры начинают со 2-го класса, для развития внимания, точности передачи мяча, гибкости кисти и пальцев рук [5].

Таким образом, этнокультурная игра «русская лапта» в младших классах обучают бегу левым и правым боком, т.е. приставным шагам, спиной вперед, змейкой, бег пролеганием под препятствиями, перепрыгивания через препятствия, развивают скоростно-координационные способности и жизненно важные качества, игровое мышление, устойчивость нервной системы.

Литература

1. Баажай М.А., Бочкарева О.А., Мендот Э.В. Физическая культура и спорт как фактор укрепления здоровья молодежи / М.А.Баажай, О.А.Бочкарева, Э.В.Мендот // Наука и образование: проблемы, идеи, инновации. 2019. № 12 (24). С. 42-46.

2. Букатов В.М. Я иду на урок: Хрестоматия игровых приемов обучения: Книга для учителя / В.М.Букатов, А.П.Ершов. - Москва: Издательство «Первое сентября», 2000. - 222 с.

3. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры 5–11 классы. Методическое пособие / Ю.Г.Коджаспиров. – Москва: Дрофа, 2003. – 176 с.

4. Мендот И.Э., Мендот Эмма Э., Мендот Элла Э. Национальные виды спорта и игры как этнопедагогическое и духовное воспитание на уроках физической культуры // Вестник Бурятского государственного университета / И.Э. Мендот, Эм.Э.Мендот, Эл.Э.Мендот. - Улан-Удэ, 2013. Вып. 13. С.96 -99.

5. Мендот Элла Э., Мендот И.Э., Мендот Эмма Э., Монгуш В.Б. Организация и использования игр и игрового фольклора в младших классах на уроках физической культуры / Эл.Э.Мендот, И.Э.Мендот, Эм.Э.Мендот, В.Б.Монгуш // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Гуманитарные науки. 2019. № 11-2. С. 105-109.

6. Разяпова Р.Н., Малорошвило Л.Н. Лапта. Учебно-методическое пособие / Р.Н.Разяпова, Л.Н.Малорошвило. – Оренбург: Издательство ОГПУ, 2014. - 104с

7. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Научно-методический журнал РАО, Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, 2004 год, № 5.

8. Ягодин В.В. Народные традиции в физической культуре / В.В.Ягодин. – Екатеринбург: Издательство Уральского государственного педагогического института, 1992. – 155с.