

ВОПРОСЫ ЭТНОКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Т. В. Белобородова,
Г. Д. Пузыревская
Екатеринбург, Хабаровск

ИГРОВЫЕ СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УДЭГЕЙЦЕВ КАК ОСНОВА ТРАДИЦИОННОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Физическое воспитание как важнейшая составляющая успешной жизнедеятельности одного из северных этносов – удэгейцев – имело и до настоящего времени имеет прикладное значение. Оно было направлено на освоение и совершенствование промысловой деятельности «лесного человека». Поэтому удэгейцы уже к 12–15-летнему возрасту обладали превосходным уровнем физической подготовки. У них были прекрасно развиты такие физические качества, как ловкость, выносливость, сила, быстрота, координация. Физическая подготовка традиционно была направлена на воспитание воли, целеустремленности, настойчивости. У удэгейцев было много традиционных средств физического воспитания, однако, по нашему мнению, на первое место выходят игровые средства. Они вбирают в себя широкий спектр всестороннего созидательного воздействия на тело и душу. Выявив и тщательно изучив данные средства, мы пришли к выводу, что их можно сгруппировать следующим образом:

1. Игры, направленные на развитие мелкой моторики рук (кисти, пальцев). Они способствуют воспитанию воли, терпеливости, целеустремленности, настойчивости. Это всевозможные игры с палочками, камешками, косточками, которые нужно подкидывать и ловить в определенный момент и определенным способом.

2. Игры, имеющие промысловую направленность, которые помогают выявить самого сильного, ловкого, смелого и сноровистого игрока. К ним относятся игры со стрельбой из лука, ружья по движущейся и статической мишени, направленные на точное поражение рыбы, дичи и зверя.

3. Спортивно-прикладные игры. Это в основном коллективные игры, которые кроме развития физических качеств способствуют развитию чувства ответственности, коллективизма, а также помогают выявить скрытые возможности человека. К ним можно отнести и боевые игры, которые проводятся как индивидуально, так и между командами (игры с палками, палочные бои, фехтование на палках).

4. Игры с прыжками, которые развивают пространственную ориентацию, реакцию, а также физические качества – силу, ловкость, быстроту, выносливость; воспитывают смелость, волю, решительность. Это всевозможные игры на одной и двух ногах, которые проводятся на точность, дальность, координацию. Национальными

играми удэгейцев считаются тройной прыжок с места на двух ногах на дальность, скачки на одной ноге (обычно десятикратный прыжок). Проводятся соревнования по прыжкам через веревочку, со связанными ногами и с помощью шеста.

5. Игры разнонаправленного характера: игры с камешками в воде и на воде, с пучками травы (вместо мяча) на дальность броска и на меткость ловли его на острогу, гонки на собачьих упряжках, гонки на оморочках (своеобразная лодка у удэгейцев), ходьба на ходулях.

6. Традиционная лыжная подготовка, которая включает в себя гонки на специальных охотничьих лыжах со стрельбой и без нее, скоростно-слаломные спуски – лавирование между деревьями на огромной скорости (в конце спуска необходимо сделать разворот на 180 градусов и остановиться).

7. Силовые единоборства, которые проводятся в национальной одежде с традиционным кожаным поясом и по определенным правилам: борьба на пальцах, борьба ногами, руками, перетягивание палки или любого другого предмета, перетягивание ремня руками и шеей. Силовые единоборства направлены на то, чтобы повалить соперника на четыре точки (на две руки и две ноги) или положить его на лопатки.

8. Соревнования по поднятию тяжестей и камней, издавна существовавшие у всех коренных малочисленных народов Дальнего Востока, в том числе и у удэгейцев. В настоящее время они заменены поднятием гирь.

Современный процесс физического воспитания удэгейских школьников должен вбирать в себя традиционные игровые средства, которые достаточно универсальны и могут составить его основу.