Байтураев У. Т.
Государственный университет физической культуры и спорта,
г. Ташкент, Узбекистан
Байтураев Т. Д.
Государственный институт искусств и культуры Узбекистана,
г. Ташкент, Узбекистан

Использование народных игр в спортивной подготовке студентов

Узбекские национальные игры – одно из наших духовных сокровищ, ценностей, имеющих многовековую, богатую историю, передающуюся от предков к поколениям. С первых дней независимости большое внимание уделяется возрождению наших национальных ценностей, традиций и обычаев, в том числе народных игр [1].

Наряду с традиционными видами спорта развиваются национальные виды спорта и народные игры. Сегодня соревнования по узбекской борьбе организуются во многих странах мира, регулярно проводится чемпионат мира среди мастеров этого вида спорта, который наполняет сердца каждого гражданина Узбекистана. На самом деле есть много национальных видов спорта, которыми мы можем гордиться. Среди них борьба куруш, узбекские национальные единоборства, улак, купкари, чавгон, борьба на поясах и стрельба из лука. Особенно в последние годы растет интерес к узбекским боевым искусствам. Этот вид спорта пропитан национальным духом и играет важную роль в формировании у молодежи таких качеств, как ловкость, смекалку и грациозность телосложения.

Ибн Сина останавливается на различных разделах медицины и описывает медицинские советы и наставления, в которых человек больше всего нуждается. Ибн Сина рассуждает о питании и гигиене сна, настроении, здоровье, что употреблять для организма человека, питьевой воде, напитках, физкультуре, путешествиях в жару и холод, воспитании детей в своих книгах [2].

Если мы посмотрим на историю народов Узбекистана, то мы можем увидеть, что народы, насылающие этот регион, испокон веков уделяли серьезное внимание спортивным соревнованиям, упражнениям, укрепляющим тело и положительно влияющим на здоровье всех поколении. Имевший многовековую историю народов этого региона это соревнования на лошадях кокпари требует от каждого участника помимо навыков верховой езды, наличия физической силы, острого ума и режущих способностей молодого поколения. Народы, населявшие Среднеазиатский регион веками, создали такую культуру, в которой они достигали как умственного, так и физического роста. Национальные виды

спорта наших предков сложились на основе образа жизни, культуры и мировоззрения коренного населения региона. В те времена кто-то был известен как наездник, кто-то как мечник, а еще кто-то как снайпер. Также благодаря различным играм и упражнениям у наших предков формировалась ловкость, тренировка один на один, которая ведет к любой ситуации.

Наряду с национальными видами спорта большой интерес у многих студенческой молодежи вызывают народные игры они широко популярны особенно среди детей местного населения В частности, на различных мероприятиях, национальных праздниках Республики Узбекистана как «Наврўз», «Хосил байрами» подрастаюшая поколения соревновались в таких играх, как “Қулоқ чўзма”, “Оқ теракми, кўк терак”, “Подачи”, “Чархпалак”, “Ўрда тўп”, “Чиги”, “Қўтир эчки”. Также до нас с годами дошли такие народные игры, как “Узук олиш”, “Игна санчиш”, “Поёндоз”, “Султончалар жанги”, “Игна, ип, ангишовна”. Если вы внимательно посмотрите на участников этих игр, то увидите, что каждому из них присущи черты ловкости, правильной оценки сложной ситуации, умения выйти из сложной ситуации.

Можно сделать вывод, что национальные виды спорта и народные игры играют важную роль в воспитании молодежи. В частности, неоценима их роль в сохранении национальных ценностей и традиций у народов Узбекистана и Средней Азии.

Использование народных игр в спортивной подготовке высших учебных заведениях растет в Узбекистане из года в год. В частности, большой интерес к народным играм наблюдается в махаллях, учебных заведениях, дошкольных учереждениях страны.

Студенты высших учебных заведений также принимают активное участие в фестивале народных игр проводимых в республике. Благодаря этому у детей и молодёжи этих возрастов вырабатывается лидерские качества, которые в последующем помогут им правильно ориентироваться в жизненных ситуациях.

За последние годы количество победителей увеличилось также в Самаркандском Государственном университете, Термезском Государственном университете и Бухарском государственном университете. В соревнованиях, посвященных празднику Навруз, команды Самаркандском Государственного университета, Машиностроительного и Медицинского институтов занимают высокие места и доказывают, что внимание к народным играм растет. Областная сборная достойно защищает честь Самарканда на национальных праздниках. Представители студенческой молодёжи занимали призовые места на фестивалях в Термезе и Навои. Очевидно, что в районе много молодежи, которая ува-

жает народные игры и полна решимости проявить свои таланты и умения. Студенты вузов всегда здоровы благодаря регулярным занятиям спортом, в то же время, передавая традиции народных игр следующему поколению.

Действительно, национальные виды спорта и народные игры передаются из поколения в поколение как уникальная ценность. В сердцах уважающей их молодежи утвердится чувство любви к Родине, сформируется национальный дух, вырастет чувство уважения к традициям и обычаям нашего народа. Итак, национальные игры являются одним из важнейших аспектов воспитания узбекской молодежи.

Список литературатуры

1. Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида Ўзбекистон Республикаси қонуни. Ташкент, 1992. 345 б. Текст: непосредственный.

2. Шарқ алломаларини замонавий спорт тиббиётига қўшган ҳиссалари. “Соғлом авлод тарбияси”. Анжуман, 1-қисм. Тошкент, 1993. 325 с. Текст: непосредственный.

Болгова А. Ю., Процкая М. А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург

Спортивная сфера инновации в условиях самоизоляции (карантина)

Всеобщая пандемия преподнесла негативные последствия в физическую составляющую человеческой жизни. Люди по-прежнему самоизолируются от общества, друг от друга, проводя большую часть дома в мягком кресле, следя за новостями с помощью гаджетов и телевидения.

Еще несколько лет назад, используя социальные сети, пользователи массово публиковали фотографии периода, как изменилось тело, ушли растяжки и жировые отложения. Но сейчас происходит обратный деградационный процесс: люди в юмористичной форме выкладывают фотографии себя и своего «большого» тела.

На сегодняшний день, люди стали проще относится к заболеваниям, политическая власть не ограничивает передвижения на улице граждан, также допустимо ходить в спортивные комплексы, фитнес-залы. Массовые штрафы перестали действовать, что ты находишься в не своего жилища. Люди массово стали выходить на привычную работу. Но людская сущность боится внезапных перемен и медленно приспосабливается к условиям. Пандемия изменила способы и подходы к спортивным тренировкам.