

**Каштабаев Доолатбек Махмуджанович**  
И.Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университетинин магистранты  
**Каштабаев Доолатбек Махмуджанович**  
Магистрант Кыргызского государственного университета им. И. Арабаева  
**Kashtabaev Doolatbek Makhmudzhanovich**  
Master's student Kyrgyz State University. I. Arabaeva

## **КЫРГЫЗДЫН УЛУТТУК ОЮНДАРЫ ЖАНА АЛАРДЫН ДЕНИ САК ИНСАНДЫ ТАРБИЯЛООДОГУ МААНИСИ**

## **КЫРГЫЗСКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ИГРЫ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ**

## **KYRGYZ NATIONAL GAMES AND THEIR IMPORTANCE FOR THE UPBRINGING OF A HEALTHY PERSONALITY**

**Аннотация:** Улуттук спорттун түрлөрү, дене тарбия көнүгүүлөрү жана элдик оюндар миңдеген жылдар бою калыптанып, өркүндөтүлүп, муундан муунга өтүп, кыймыл-аракетке, организмдин гармониялык физикалык өнүгүүсүнө, көндүмдөргө жана жөндөмдөргө ээ болуунун зарылдыгын камсыз кылуучу негизги каражат катары колдонулуп келген. Улуттук спорттун мүнөздүү белгиси - бул алардын динамикалуулугу, жалпы жеткиликтүүлүгү, практикалык жана колдонууга жеңилдиги.

**Аннотация:** Национальные виды спорта, физические упражнения и народные игры формировались и совершенствовались на протяжении тысячелетий, передавались из поколения в поколения, и пользовались, как основное средство заполнения потребности в движении гармоничном физическом развитии организма, приобретению навыков и умений. Характерной особенностью национальных видов спорта является их динамичность, общедоступность, практичность и простота в применении.

**Annotation:** National sports, physical exercises and folk games have been formed and improved over the millennia, passed from generation to generation, and used as the main means of filling the need for movement, harmonious physical development of the body, acquisition of skills and abilities. A characteristic feature of national sports is their dynamism, general availability, practicality and ease of use.

**Түйүндүү сөздөр:** улуттук спорт, элдик каада-салттар, улут, физикалык жана руханий сапаттар.

**Ключевые слова:** национальный вид спорта, народные традиции, нация, физические и духовные качества.

**Key words:** national sport, folk traditions, nation, physical and spiritual qualities.

В Законе КР о национальных видах спорта отмечено являясь неотъемлемой частью истории и культуры кыргызского народа, национальные виды спорта наряду с народными играми представителей других народов, проживающих в Кыргызской Республике, способствуют гармоничному духовному и физическому развитию личности, здоровому образу жизни. [1]

Многие из них имеют многовековую историю: они сохранились до наших дней со времен глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Они совершенствовались по мере хозяйственной деятельности человека, по мере совершенствования его разума. Национальные спортивные традиции зависели от многих факторов: ландшафта, климата, природы и т.д.

В культуру каждого народа входят созданные им виды спорта. На протяжении веков они сопутствуют повседневной жизни детей и взрослых, вырабатывают жизненно важные качества: выносливость, силу, ловкость, быстроту, прививают честность, справедливость и достоинство. [3]

Помимо сохранения народных традиций, национальные виды спорта оказывают большое влияние на воспитание характера, воли, интереса к народному творчеству у молодежи.

Вопросы развития физической культуры и спорта, формирование здорового образа жизни приобретает в настоящее время особое значение. Поскольку общая политика нашего государства направлена на заботу о человеке, о развитии его физического, интеллектуального, нравственного и духовного потенциала, создание благоприятных условий для активизации творческих сил.

Для периода зарождения и развития наций правомерно употребление термина «национальная физическая культура». Как известно, одной из отличительных черт нации является общность духовной жизни, возникающая на основе длительной совместной жизни людей, связанных единой экономикой, территорией и языком, а значит и культурой. Люди имеют много общего в жизненном укладе, обычаях, традициях и в культуре в целом. Много общего и в сфере национальных форм и средств физической культуры. Важно в данном случае отметить, что межнациональное в физической культуре, спорте проявляется более ярко. Это связано, прежде всего, не столько с их формой, сколько с их содержанием, внутренней структурой. В современной спортивной литературе встречаются термины «народные виды спорта», «народные формы физической культуры». Под этими терминами, как правило, подразумеваются национальные виды и национальные формы. [4]

Национальные виды спорта в школьной программе по физкультуре, по моему мнению, должны быть обязательны. Они имеют огромное воспитательное, оздоровительное, общеобразовательное, общеразвивающее значение. Воспитательное значение национальных видов спорта, упражнений и игр, огромно. Народ, придумавший, эти виды всегда отличался скромностью, воспитанностью, гостеприимностью.

Национальные виды спорта воспитывают морально-волевые качества. Национальные виды спорта в школьной программе по физкультуре, стремление к победе, учится преодолевать трудности. Национальные виды спорта, упражнения и игры развивают скоростно-силовые качества, скоростную выносливость, укрепляет сердечно-сосудистую систему, развивает костно-мышечный аппарат, гармонично развивает все группы мышц, особенно в подростковом возрасте, когда идет переломный период в развитии двигательной функции ребенка. [5]

Ни один, пожалуй, народный праздник не обходился без состязаний конников — скачек, джигитовки, различных игр. В Кыргызстане любят игру оодарыш, название которой буквально означает «переваливания». Это своеобразная борьба на лошадях, когда соперника надо свалить на землю. Такие соревнования устраивали в прошлом на народных праздниках и свадьбах, чтобы разрешить споры джигитов о достоинствах их лошадей.

Значение спорта в жизни человека в современном мире переоценить сложно. Он играет огромную роль в жизни человека, все мы хотим поддерживать себя в форме, наконец вести

здоровый образ жизни и добиваться побед. Но помимо общепринятых, глобальных видов спорта, есть и национальные, и о них в свою очередь забывать тоже нельзя. Сегодня, дорогие друзья, мы хотим познакомить вас с основными национальными видами спорта, которые были испокон веков популярны в Кыргызской Республике.

В былые времена кыргызы уделяли большое внимание народным играм и развлечениям, каждое народное гуляние (а их кыргызы всегда проводили с размахом) сопровождалось такими играми. Условия кочевой жизни во многом определяли характер национальных видов спорта кыргызов. [5]

### **Какие виды спорта были популярны раньше в Кыргызстане и актуальны сегодня?**

**Курош-** очень похоже на борьбу, побеждает тот, кто сумел одолеть соперника, положив его на лопатки. Ни один национальный праздник или торжество не обходится без силовых состязаний мужчин. Особой популярностью пользуются перетягивание каната «аркан тартмай» и поясная борьба «куреш». Участники «куреш» выходят в круг, сближаются и берут друг друга за пояс. Необходимо соблюдать одно из условий - не отрывать рук от пояса «противника». Победитель тот, кто положит соперника на обе лопатки.

**Кыз-кумай** - очень зрелищная и интересная праздничная игра, название которой в переводе на русский означает "Догони девушку". По правилам данной игры парень должен догнать девушку (оба на коне), дабы доказать свое право жениться на ней.

**Улак-таргыш-** современный "Кок-Бору", вид спорта внесенный в 2017 году ЮНЕСКО в список нематериального наследия мира.

**Оодарыш-** захватывающая игра, в ходе которой игроки борются на конях, каждый пытается стащить соперника с лошади.

**Ат-чабыш-** кыргызские джигиты отбирали самых подготовленных и выносливых лошадей, а затем устраивали гонки на большие расстояния.

**Тыйын энмей-** наездник галопом бежит к обозначенному светлым песком или опилками месту, где лежит заранее подготовленная монета и пытается поднять ее, останавливая коня, конечно же нельзя. Всего участнику разрешалось сделать три попытки. Выигрывал тот, кто в итоге доставал самое большое количество монет.

Стоит отметить, что сейчас в Кыргызской Республике уделяется большое внимание классическим видам спорта, которые издавна были популярны в народе. В республике функционирует государственная Дирекция по национальным видам спорта, в задачи которой входят развитие и распространение национальных видов спорта Кыргызстана. [4]

Национальные спортивные традиции складывались с древних времен. Они совершенствовались по мере хозяйственной деятельности человека, по мере совершенствования его разума. Национальные спортивные традиции зависели от многих факторов: ландшафта, климата, природы и т.д.

Все виды национального спорта направлены на развитие у молодежи физических и духовных качеств: физической силы, выносливости, ловкость, меткость, развитие способности разума анализировать множество данных. Кроме того, многие виды национального спорта направлены на воспитание у молодежи воли к достижению цели, на единение с природой степей, культурой других народов.

Данные свидетельствуют о том, что процессы взаимного культурного влияния и культурного общения оказывают большое влияние на характер самих игр как одного из важных средств духовного развития людей.

Сохранение и развитие этих видов спорта в — залог еще большего расцвета самобытной национальной культуры. [3]

### **Список использованной литературы:**

1. Закон КР «О национальных видах спорта» от 21 апреля 2003 года №84 (В редакции Законов от 14.04.2008 г. №57, 18.05.2011 №25).
2. Баймурзин Х.Х Тюркские народные игры. [Текст]. Х. Х. Баймурзин. – Уфа: РИЦ БГУ, 2000. – 110 с
3. Касен А. Кыргызские игры и развлечения [Текст]. А. Касен. – Бишкек: Илим, 2004.
4. Омурзаков Д., Мусин Ю. Киргизские народные игры. [Текст] / Д. Омурзаков, Ю. Мусин. – Фрунзе: Кыргызстан, 1973. – 125 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2008. -400с.
6. Энциклопедический словарь юного спортсмена. Сост. И. Ю. Сосновский А.М. Чайковский. М., Педагогика, 1980. -480с.
7. Материалы с сайта [www.sportcom.ru](http://www.sportcom.ru)

**Рецензент: к.п.н., и.о. доцент Шамканова Г.Ж.**