

Скрябина Светлана Анатольевна,
заместитель директора по НМР, учитель якутского языка и литературы;

Петров Виталий Петрович,
учитель физической культуры,
МКОУ «Джаргалахская средняя школа»,
с. Джаргалах, Эвено-Бытантайский национальный улус,
Республика Саха (Якутия), Россия

ПРОГРАММА ПО ВНЕДРЕНИЮ ОТДЕЛЬНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ ЭТНОПЕДАГОГИКИ В УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Известно, что существующая в нашей стране система образования не способствует сохранению и укреплению здоровья школьников. Это часто связано с завышенным объемом и интенсивностью учебных программ, несоответствием школьной мебели санитарно-гигиеническим нормам, отсутствием полноценного питания, значительным увеличением длительности выполнения учащимися домашних заданий.

Интенсификация учебного процесса и его организация, основанная на преобладании статических нагрузок, способствуют искусственному сокращению объема произвольной двигательной активности учащихся. В школах слабо внедряются «малые формы» физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены и т.п.).

Наша школа с 2015 года начала работу по экспериментальному проекту «Организация практикоориентированной среды в условиях малокомплектной школы Крайнего Севера».

В ходе реализации проекта возник замысел дополнений в инновационную программу в виде внедрения отдельных элементов этнопедагогики: национальных видов спорта, подвижных игр и трудового воспитания.

Программа внедрения отдельных элементов этнопедагогики в учебный процесс по физическому воспитанию разработана на основе низких показателей физического здоровья обучающихся, выявленных в ходе обследования, предварившего экспериментальную работу школы.

В содержание учебных программ по физическому воспитанию внедрены отдельные элементы этнопедагогики: якутские народные подвижные игры и упражнения, настольные игры, национальные прыжки.

Главные задачи программы:

- укрепление физического здоровья обучающихся;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласованности движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных способностей (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости);
- приобщение к национальной культуре.

В подготовительной части урока физкультуры можно применять подвижные упражнения, как прыжки в приседе («чохчоохой»), усредненный вариант шагов «галоп», «дьиэрэнкэй», «атах тэпси» и др.

В основной части урока включены упражнения и игры, требующие достаточной физической силы, выносливости, ловкости и других комплексных качеств, такие как «Кырынаастыыр», «Кулун куллуштуур», «Ыт буутун охсуһуута», «Луунка», «Мас тардыһыы» и др. А также в этой части можно применять национальные прыжки: «кылыы», «ыстанга», «куобах».



В заключительную часть отнесены спокойные игры, которые быстро могут дать эмоциональную и физическую разгрузку – народные настольные игры.

