

# Этнические игры кыргызов

Учебное пособие для студентов высших учебных заведений



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЛУЖБА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ СОБСТВЕННОСТИ И  
ИННОВАЦИЙ ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА  
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
КЫРГЫЗСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ  
им. И. К. АХУНБАЕВА  
КЫРГЫЗСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА

# Этнические игры кыргызов

Учебное пособие для студентов  
высших учебных заведений

*Допущено  
Министерством образования и науки Кыргызской Республики  
в качестве учебного пособия для студентов  
высших учебных заведений  
приказ № 456/1, 6.07.2012*



## **Рецензии**

1. Адамалиев К.А. зав.кафедрой детской хирургии КГМА им. И.К. Ахунбаева, д.м.н., профессор.
2. Саралаев М.К. Рецензент к.п.н., профессор Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта
3. Шевченко Т.Н. Рецензент к.п.н., доцент
4. Логвиненко О.С. Рецензент доцент кафедры ГиСВС
5. Выписка из протокола №9 заседания Ученого совета КГАФКиС



УДК 796/799  
ББК 75.727  
Э 91

Ответственные редакторы:

- Саралаев М.К. кан.пед.наук., профессор

Рецензенты:

- Адамалиев К.А. – зав.кафедрой детской хирургии КГМА им.И.К. Ахунбаева, д-р.мед.наук, проф.
- Саралаев М.К. – зав.кафедрой педагогики КГАФиС, кан.пед.наук.
- Логвиненко О.С. – доцент кафедры ГиСВС КГАФиС
- Шевченко Т.Н., кан.пед.наук., доцент, КГАФКиС

Э 91

Этнические игры кыргызов. Учебное пособие для студентов ВУЗов. А.Х. Карасаева, Д.О. Абдырахманова, Ч.Н. Арыкова, К.Д. Джаманкулов.  
ИП «Лапицкий» - Б., 2013, - 316с.

ISBN 978-9967-447-69-1

*Учебное пособие «Этнические игры кыргызов» составлено в формате «словари и справочники» и состоит из трех разделов: этнические игры в общей системе игр, конспекты уроков для преподавателя и медицинского работника, базы данных этнических игр, систематизированная в свете требований государственной службы интеллектуальной собственности и инноваций при правительстве КР. Впервые описаны этнические игры, развивающие сознание и органы чувств человека на протяжении всей его жизни.*

*Пособие предназначено для студентов, научных работников, врачей интересующихся вопросами развития потенциала здоровья средствами этнических игр.*

Э 4204000000-13  
ISBN 978-9967-447-69-1

УДК796/799  
ББК 75.727

© Авторский коллектив, 2013





## Содержание

Предисловие	7
<b>РАЗДЕЛ I. Этнические игры в общей системе игр – Карасаева А.Х.</b>	<b>9</b>
1.1. Что такое игра?	10
1.2. Компьютерные игры	17
1.3. Общая природа игр и их связь с процессами жизни	23
1.4. Принципы построения этнических игр кыргызов	34
1.5. Особенности игр детей	48
1.6. Почему мало играют взрослые	61
1.7. Игры мудрости, игры мудрых	71
<b>РАЗДЕЛ II Уроки по этническим играм для учителя и врача</b>	<b>88</b>
<b>Конспект урока для развития физических качеств средствами этнических игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет</b>	<b>88</b>
2.1. «Балдардын ат оюну» (игра в коняшки)	89
2.2. «Ак-терек, Көк-терек» (белый тополь-синий тополь)	91
2.3. «Кеседеги сууну төкпөй алып келүү» (принести воду в пиале не разливая)	92
2.4. «Кол кармашып жүгүрүү» (бег взявшись за руки)	94
2.5. «Жаш балдардын жарышы» (состязание детей в беге)	96
2.6. «Айры куйрук» (вилохвостый)	98
2.7. «Баш кийим алып качу» (похищение головного убора)	99
2.8. «Жашынбак»	101
2.9. «Орто топ» (игра с мячом)	103
<b>Конспект урока для развития физических качеств средствами этнических игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.</b>	
2.10. «Ат оюн» (игра в лошадки)	105
2.11. «Из кумай» (ходьба и бег по пятам)	107
2.12. «Жүрүү» (ходьба)	109
2.13. «Өрдөк басыш» (передвижение в приседе)	111
2.14. «Кубалап жетмей» (догонялки)	113
2.15. «Учту-Учту» (летели-летели)	114
2.16. «Уку (сова)» (типа день-ночь)	116



2.17.	«Бут менен ташты алыстыкка ыргытмай» (броски камешков ногой на дальность)	118
2.18.	«Шапалак алмай» (хлопки по кистям рук)	120
<b>Конспект урока для развития физических качеств средствами этнических игр для школьников 1-4 классов</b>		122
2.19.	«Кызыл байрык»	123
2.20.	«Ак-терек – көк терек»	126
2.21.	«Карышкыр жана койлор»	127
<b>Конспект урока по подвижным играм для 4-6 классов</b>		129
2.22.	«Балыкчы»	130
2.23.	«Күн-жана түн»	131
2.24.	«Ала күчүк»	133
2.25.	«Ашбы же таш бы»	134
<b>Конспект урока для развития физических качеств средствами этнических игр для школьников 6-8 классов</b>		
2.26.	«Орто топ»	136
2.27.	«Качмай топ»	137
2.28.	«Учту-учту»	139
<b>Конспект урока для развития физических качеств средствами этнических игр для школьников 9-11 классов</b>		140
2.29.	«Жан бермей же тирилтмей»	141
2.30.	«Таяк менен узундука секирүү»	142
2.31.	«Аттамай»	142
2.32.	«Үн чыгармай»	143
<b>Конспект урока по альчиковым играм для 5-6 классов</b>		145
<b>Конспект урока для развития физических качеств средствами этнических игр для школьников 7-8 классов</b>		148
2.33.	«Айкур»	149
<b>Конспект урока для развития физических качеств средствами этнических игр для людей предпенсионного возраста 50-55 лет.</b>		
2.34.	«Кап менен урушуу» (бой мешками)	153
2.35.	«Кар атышмай» (игра в снежки)	154
2.36.	«Аркан тартыш же ит тартыш» (перетягивание каната)	155
2.37.	«Балта ыргытмай» (метание топора)	157



2.38.	«Жорго салыш» (состязание иноходцев)	159
2.39.	«Бел кармашып тартышуу» (перетягивание друг друга, взявшись за пояс)	160
<b>РАЗДЕЛ III База данных этнических игр кыргызов</b>		162
3.1.	Этнические игры для развития сознания и органов чувств – Карасаева А.Х.	163
3.2.	Игры для детей дошкольного возраста – Абдырахманова Д.О.	189
3.3.	Подвижные этнические игры для школьников – Арыкова Ч.Н.	231
3.4.	Альчиковые игры – Джаманкулов К.Д.	264
3.5.	Этнические игры для людей предпенсионного возраста 50-55 лет – Абдырахманова Д.О.	276
<b>РАЗДЕЛ IV Биографии – Карасаева А.Х.</b>		320
<b>Сведения об авторах</b>		330



## Предисловие

Этнические игры – это самодостаточная система, составляющая корневую ценность культуры каждого этноса.

«Этнические игры кыргызов. Учебное пособие для студентов ВУЗов» написано нами, коллективом авторов, которые представляют различные отрасли знаний – физиология, медицина, педагогика, юриспруденция, специалисты по физической культуре и спорту.

Мы все участвовали в госзаказной теме Министерства образования и науки Кыргызской Республики «Медико-биологические и этнические механизмы формирования здоровья и физической культуры человека в условиях горного климата Кыргызстана», что накладывает на нас обязательство дать жителям нашей республики надежные и доступные средства повышения потенциала здоровья, высокой работоспособности и качества жизни в условиях горного климата. Мы считаем, что этнические игры являются именно этим средством, обеспечивающим здоровье человека в полном жизненном цикле.

Наш труд обращен прежде всего к медицинским работникам, так как, по нашему глубокому убеждению, этнические игры - это отработанный народом один из надежных инструментов профилактической медицины.

С глубоким уважением и благодарностью мы изучили труды Д. Омурзакова, Ю.Мусина 1973г., С. Токторбаева 1999 г., Анаркулова Х.Ф. 2003г., Арстанбек Касена 2004 г., М.К. Саралаева 2008 г., которые первыми собрали и систематизировали этнические игры кыргызов. Благодаря их трудам подвижные этнические игры получили достойное освещение.

Начиная с 2007 года нами проводились исследования по сбору и идентификации этнических игр по развитию интуиции, памяти, интеллекта и эмоций. В самых отдаленных селах Нарынской, Иссык-Кульской областей и Алайском районе Ошской области профессор Карасаева А.Х. и ее единомышленники записывали рассказы мудрых аксакалов и байбиче. Полученный материал систематизирован и включен в данное издание.

Этнические игры любого народа занимают свою нишу в игровом поле высших животных и человека. Этнические игры есть неотъемлемая составная часть национальной культуры, они устойчивы и имеют потенциал к развитию.

В XXI веке приоритетной проблемой стало сознание человека. Проблемой сознания традиционно занимались биологи, медики, социологи и философы. Но сейчас сознание человека стоит в центре внимания практически всех фундаментальных наук - генетики, квантовой биологии, квантовой физики, математики, кибернетики и теории управления. Научно-технический прогресс сформировал спрос на методические приемы развития сознания каждого индивида и общества в целом. В своем труде мы попытались показать, что этнические игры кыргызов могут ответить на вызовы нового тысячелетия.

Для обеспечения введения этнических игр в сферу интересов фундаментальной физиологии и практику здравоохранения в формате требований доказательной медицины мы предлагаем понятие «игровая единица».



Являясь педагогами высшей школы, мы готовим врачей и учителей физической культуры. Мы заинтересованы в повышении качества их подготовки. Предлагаемое нами пособие поможет учителям по физической культуре использовать этнические игры в системе школьного образования, работать в дошкольных учреждениях и среди населения. Часть этнических игр могут проводиться учителями-филологами.

Конспекты уроков, разработанные нами для учителей средней школы, могут использовать также и медицинские работники.

Каждая этническая игра описана в едином научном формате, включающем понятия игровая единица, содержание и правила игры. Каждая игра имеет методические указания, стратегию игры и ожидаемые конечные результаты.

Учебное пособие «Этнические игры кыргызов» подготовлено в формате справочной литературы и состоит из трех частей: этнические игры в общей системе игр, конспекты уроков для практического использования этнических игр учителями средней школы и практикующими врачами и медицинскими сестрами. Третья часть – база данных этнических игр, содержащая описание игр в едином формате и классифицированных по возрасту игроков и по сферам приложения.

Этнические игры – это богатство народа, поэтому подготовленная нами база данных по этническим играм кыргызов передается в Государственную службу по интеллектуальной собственности и инновациям при правительстве Кыргызской Республики для всеобщего пользования.

#### Благодарности

Мы хотим сказать слова благодарности к.п.н. профессору А.М. Наралиеву за помощь в организации наших исследований, доценту О.С. Логвиненко за ценные советы при подготовке конспектов уроков, преподавателю К.К. Мусалиевой за участие в полевых исследованиях по сбору материала.

Наш коллектив выражает особую благодарность светлой памяти проф. К.А.Адамалиеву, который после изучения нашей рукописи встретился с нами и предложил адресовать наш труд не только учителям школ, но и практикующим медицинским работникам.

В сборе материалов по этническим играм приняли участие студенты КГАФКиС – Бакберген кызы Айпери, Джапаров Адыл, и студенты КГМА – Эсенгулов Акбар, Титоренко Денис, Алдаярова Алина, Баатырбекова Аида. Все они внесли свой юношеский задор и показали умение вести научный поиск в интернете и библиотеках.

Мы благодарны сотрудникам кафедры информатики КГМА им. И.К. Ахунбаева к.б.н. доц. Джоробекову Б.Д., Муханбетову У.М., Урманбетовой К.Ш. и инженеру-программисту КГАФКиС Агзымову Нурлану за компьютерный дизайн нашей книги.

Авторы учебного пособия особо благодарят директора Республиканского центра развития национальных видов спорта КР. Касенова Алмаза Апышевича, заслуженного тренера по греко-римской борьбе КР. Данное учебное пособие издается на средства Республиканского центра развития национальных видов спорта при Государственном агентстве физической культуры и спорта.

*Карасаева А.Х, Абдырахманова Д.О., Арыкова Ч.Н., Джаманкулов К.*

## **РАЗДЕЛ I.**

### **Этнические игры в общей системе игр**

**Карасаева А.Х.**



## 1.1 Что такое игра?

**Игра** — вид непродуктивной деятельности с действиями, ограниченными правилами, которые направлены на создание, развитие и поддержание процесса в заданных границах. Задача процесса - доставить участникам ряд переживаний и эмоций, дать процессы, в которых можно приобрести новый опыт через непосредственное практическое участие. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин, Даниил](http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин,_Даниил))

Игра — вид непродуктивной деятельности, смысл которой заключается не в конечных результатах, а в самом процессе. (Источник: *Советский энциклопедический словарь. Изд. второе М., 1983 г. – 1599 с.*)

Игра — забава, которая устанавливается по правилам, и подбираются вещи для того случая. (Источник: *Даль В. – Толковый словарь в 4 томах. М., «Русский язык», 1989 г. Т.2. 779 с.*)

Игра — деятельность, которая является добровольной, приносит удовольствие и не имеет никакой очевидной цели. (Источник: *Дэвид Джерри, Джули Джерри – Большой социологический словарь. Т.1. перевод с английского языка., М., 2001 г., - 543 с.*)

Игра есть добровольное поведение или занятие, которое происходит внутри некоторых установленных границ, места, и времени согласно добровольно взятым на себя, но безусловно обязательным правилам с целью, заключающейся в нем самом; сопровождаемое чувствами напряжения и радости, а также ощущением «инобытия» в сравнении с «обыденной жизнью». Игра человека есть один из наиболее фундаментальных жизненных элементов. (Источник: *Йохан Хейзинга «Homo Ludens» В тени завтрашнего дня: Пер. с нидерл./Общ.ред. и послесл. Г.М. Тавризян. – М.: Издательская группа «Прогресс», «Прогресс-Академия», 1992. – 464 с. <http://thelib.ru/books/heyzingavohan/homoludens.html>*)

Игра есть форма деятельности, наделенная собственным смыслом, и в этом аспекте она выполняет не только биологическую, но и значимую социальную и духовную функции. Игра в первую очередь воплощается в языке. С помощью языка человек творит свое выражение бытия – вымышленный мир рядом с миром природы. Способность к игре есть проявление определенной способности к изменению качества поведения, отличного от обыденного поведения в жизни.

Сущность игры не связана ни с какой-либо ступенью культуры, ни с какой-либо формой мировоззрения. Участие в игре – это нечто самостоятельное, самодовлеющее. Игра утверждает непрерывно и убедительно сверхлогический характер нашего положения в природе, социуме и космосе.

У человека есть неистребимая потребность приложить мерило своего ума и духовную составляющую человеческой жизни к космической беспредельности. Лео Фробениус считает, что игры есть процесс духовного преобразования, творчества. «Игра служит тому,

чтобы являть, показывать, сопровождать и воплощать все, что совершается в космосе. Игра как образное воплощение и выражение чего-то иного, тайны и некой взволнованности космосом». Игра воплощает глубинную мечту человечества не только быть включенным в космические процессы, но научиться использовать их.

По выражению Лео Фробениуса, человечество разыгрывает порядок вещей в природе в той мере, в какой оно его постигает. Согласно Фробениусу, в далекие, доисторические времена сознание человека охватывало прежде всего явления растительного или животного мира, а затем уже дошло до понимания значения порядка во времени и пространстве - чередования месяцев и времен года, небесного движения солнца. Человечество в различных формах разыгрывает весь порядок бытия в священной игре. И в этой игре и через эту игру оно вновь воплощает представленные события и помогает тем самым поддержанию мирового порядка. Согласно древнему китайскому учению предназначение танца, музыки и лицедейства - удерживать мир в его колее и обуздывать природу во благо людей. От состязания на праздниках, приуроченных ко времени года, зависит удача в течение всего объемлющего эти четыре периода срока. По поверию древних, если люди не сойдутся все вместе, урожая не будет. *(Источник: Федоренко Н.Т. «Шуцзин» («Книга Перемен») Избранные произведения в двух томах. Т.2. М. издательство «Художественная литература» 1981 г., 1987 г., стр. 3-63).*

Навруз (Нооруз, Наурыз) – праздник весны или нового года. Термин «Навруз» состоит из двух персидских слов «ноу» (новый) и «руз» (день), то есть первый начальный день важнейшего праздника арийцев. Его празднует в течение вот уже нескольких тысячелетий.

Навруз, Нооруз, Наурыз, Руз-е Дехкан – все это названия праздника, который иранские, тюркские и некоторые кавказские народы начинают отмечать в день весеннего равноденствия – 21 марта.

Все обряды Навруза призваны задобрить природные силы и духов предков для достижения благополучия в наступающем году.

Навруз укоренился в традициях большинства народов Центральной Азии, на которых оказала влияние зороастрийская культура. Он пережил арабское нашествие. Обращение в ислам не искоренило традицию, напротив – Навруз органично влился в исламский календарь, хотя и приобрел ряд новых черт. И даже когда в 1962 году Навруз был упразднен советской властью, многие продолжали отмечать его в кругу своей семьи. *(Источник: Струве В.В. – Родина зороастризма. Советское востоковедение. АН СССР. Институт востоковедения, V, Издательство АН СССР, М, 1948, с 5-34)*

Месяц март кыргызы называли Нооруз. Если в тот день рождались мальчики, их называли, по традиции, Ноорузбаями или Ноорузбеками, а девочек просто Нооруз или Ноорузгуль. Если в этот день выпадал снег, то это считалось добрым знаком. Даже девичью красоту в кыргызских легендах сравнивают с белым снегом Нооруза, поскольку в марте обычно идет мягкий пушистый снег особенной белизны.

В день праздника в каждой семье накрывали дастаркон – белую скатерть с различными яствами. Для угощения соседей готовили сумелек из пшеничного солода с добавлением муки, масла и сахара. Накануне праздника люди приводили в порядок жилье, расплачивались с долгами, мирились со всеми, с кем были в ссоре. Ибо, как утверждали старики, когда Нооруз входит в их дома, все болезни и неудачи должны обходить их стороной.



В полдень весь аил собирался на гуляния. В установленном месте у селения резали быка и варили из его мяса нооруз кеже или чон кеже – «большой суп» - одно из древнейших обрядовых блюд, которое готовились из многих компонентов: мяса, жира, риса, гороха, ячменя, пшеницы, кукурузы, талкана, муки, пшена, сорго, картофеля и специй. Пища готовилась в таком количестве, чтобы хватило всем.

После всеобщей трапезы начинались игры «айкыш-уйкыш», что в переводе означает «навстречу друг другу», и «аударыспек», во время которой джигиты перетягивали друг друга из седла.

Праздник Нооруз не обходился также без спортивной борьбы, участвовать в которой могли и девушки. Девушка вызывала джигита на состязание с условием, что если он победит, то приобретет право на ее руку и сердце, а если победит она, то юноша должен повиноваться ей и выполнять любые желания. Поэтому в Нооруз часты свадебные торжества.

День заканчивался представлением, где два акына состязались в стихах и песнях. Их состязания прекращались с заходом солнца за горизонт, когда добро побеждает зло. После чего устраивался большой костер, и люди с зажженными от него факелами обходили все окрестности селения, пели и плясали; дети прыгали через костер; а взрослые приговаривали: «Уходите, уходите, уходите все напасти», «Новый год пришел, старый год ушел» - тем самым, завершая праздник весеннего обновления и равноденствия.

Склонность и способность человека облекать в формы игрового поведения все стороны своей жизни выступает подтверждением объективной ценности изначально присущих ему творческих устремлений – важнейшего его достояния.

По Хейзинге игра есть всеобъемлющий способ человеческой деятельности, универсальная категория человеческого существования. Игра – это в некотором смысле и манера жить, и структурная основа человеческих действий. Игра идет по своим правилам и несовместима с насилием. «Если хочешь быть серьезным – играй!» (Аристотель). Человеческая культура возникает и разворачивается в игре, она и есть сама игра. Игра старше культуры, т.к. многие из животных играют точно так же, как люди.

Игра обособляется от обыденной жизни по следующим позициям: местом, продолжительностью во времени, замкнутостью, и ограниченностью целей. По форме игра всегда есть культурное действие. Однажды сыгранная, игра остается в памяти как нечто духовное, как творение чего-то, как ценность, которая отсутствует в обыденной жизни. Игра есть «кусочек» воплощенной мечты, реальный, совместный, групповой переход в виртуальное пространство, создание упорядоченной формы, порядка и гармонии в умах, социуме и природной среде.

Игра – это борьба за мечту, или показ чего-то. Это групповые усилия транспозиции действительности в более высокий порядок.

В игре, особенно в играх взрослых, всегда присутствует сознание, но не поверхностное, обыденное, полуавтоматическое сознание, а сознание глубинных уровней. Игра, которая отбрасывает ограничения повседневности, раскрепощает интуицию через алогичность действий игры «понарошку», «ну просто так». Игра создает особое эстетически приемлемое, красивое пространство для самоутверждения сознания и жизненной позиции человека.

Человек XXI века лучше поймет сущность и природу игры, если мы дадим ее определение в современных терминах: игра есть эксперимент будущего действия. Как любой эксперимент, игра осуществляется в строгих координатах пространства, времени и принятых правил. В отличие от научного эксперимента любая игра, особенно этническая игра, освобождает нешуточное количество энергии в виде положительных эмоций радости и оптимизма у всех участников игры.

### *Свойства игры*

- **Пространственная изолированность.** Замкнутое пространство обеспечивает отгороженность от обыденной жизни. Это храм, магический круг. Это свойство игры имеет место во всех культурах.
- **Настроение праздника** – безудержность, экзальтация. Даже самые мрачные ритуальные действия обрамляются праздником. Праздник прекращает обыденную жизнь. «Праздничность – это вещь в себе, которую ни с чем больше в мире не спутаешь» (венгерский ученый Карл Кереньи). Радостный тон поведения людей может быть:
  - приподнятым и серьезным;
  - веселым и мягким.
- **Временная отгороженность** – строго очерчены начало и конец игры во времени.
- **Строгие правила** – определенность общих условий, которые принимаются участниками игры.
- **Полная свобода действий** в этих пространственных, временных и игровых правилах для каждого участника игры.
- **«Делание веры»** - сознание, что все это делается «ну просто так», осознание доли «ненастоящего», неразрывность веры и неверия, соединение священной серьезности с «дурачествами» и притворством.

Эти свойства игры готовят людей к превратностям окружающей среды – природы и социума, игра вооружает способами противостояния им. Незнание – это темная сила демона. Игра помогает постигать зловещий демонизм неизвестного и в игре запечатлевается этот демон. Демоническая сила преобразуется самим человеком, и все это знают. Нужно знать о существовании этих демонических сил, но не нужно их бояться, ибо демоническая сила и Человек тождественны – это мистическое тождество. Например: человек, исполняющий танец кенгуру, и есть кенгуру. Он принял сущность кенгуру. Но он играет или верит по-настоящему?

Смех определенно противопоставляется серьезности, но с игрой смех никоим образом прямо не связан. Чисто физиологическая способность смеяться присуща исключительно Человеку, но игра имеет много общего с животными. Игра может быть и без смеха – исключительно и смертельно серьезной. *Animal ridens* – животное смеющееся, по Аристотелю, лучше характеризует Человека, чем существо разумное.

### **Участники игр**

Инициатор и основной исполнитель игры - человек. Биологическая природа человека предполагает, что он должен играть в течение всей своей жизни:

- **человек** - первый и главный участник игры в раннем детском возрасте, дошкольном, школьном, юношеском, взрослом и на стадии мудрости. В свои игры человек вовлекает



предметы окружающего мира, игрушки и домашних животных – кошек, собак, козлят и др. С конца XX как дети, так и взрослые играют с искусственным интеллектом – с компьютерными играми.

- **мини-сообщество людей** - это второй участник игры в виде дворовых команд или по интересам. Если между людьми в команде возникают устойчивые связи даже на короткое время, то это уже самостоятельный социальный организм, который может взаимодействовать с таким же временным социальным организмом. Игра возникает между мини-сообществами. Каждое мини-сообщество разрабатывает свою систему игр. Если игры дворовых команд – это в основном отработка социальных взаимодействий, социальных ролей и конструирование новой иррациональной ситуации, то командные игры взрослых - это уже серьезная игра, которая подготавливает взрослых к решению жизненно важных ситуаций.

Командные игры взрослых обозначаются разными терминами - теория игр, деловые игры и т.д., и могут осуществляться только с привлечением мощной компьютерной техники. Логика технологических игр взрослых направлена на поиск вариантов эффективного взаимодействия людей внутри команды при изменяющихся внешних условиях, или взаимодействие нескольких команд.

XXI век называют веком космических технологий. Эти технологии вошли в повседневную жизнь людей в виде телевидения, сотовых связей, охранных систем и т.д. Проникли эти технологии и в игры. Произошел отрыв игр от их этнических основ в самостоятельные виды технических игр с привлечением математических расчетов, технологий визуального и звукового сопровождения.

- **этническая общность людей** – это третий участник игры. Что такое этнос? Это социально устойчивое, значительное по количеству людей образование. Этноты создают свою систему игр для своих членов. Если игра предполагает спортивные состязания и вовлекает значительное количество людей, то они называются «народные игры».

Этнические игры для значительных совокупностей людей могут выражаться в нескольких видах:

- народные игры,
- спортивные состязания военно-прикладного назначения,
- ритуалы.

Со второй половины XX века получают распространение национальные игры по направлениям деятельности - политические, экологические, экономические и др.

## Виды игр

### • Игры сознания

Любая игра так или иначе развивает сознание человека. Однако есть группа игр, которые направлены исключительно на совершенствование работы органов чувств, развитие речи, тренировку памяти. Это группа игр сознания. Эти игры предназначены для совершенствования сознания путем повышения потенциала интуиции и логического интеллекта.

Средства игр сознания - загадки, скороговорки, соревнование в остроумии, умение быстро извлечь из памяти нужную информацию, рифмирование и т.д.

Особую значимость игры сознания имеют в период детства и при переходе человека из среднего возраста в старческий. Безусловно, игры сознания детей не идут ни в какое сравнение со сложностью игр сознания пожилых. Тем не менее, основа игры – игровая единица - одна и та же.

Игра слов - острота или шутка, основанная на однозвучности или двусмысленности речений. Игра слов – каламбур (франц.calembour) - использование многозначности, омонимии или звукового сходства слов с целью достижения космического эффекта. Н.: «Если зуб на кого-то – отпилим зуб» (Маяковский). Н.: В честь приезжего гостя зарезали барана. Когда ему подали сваренную голову овцы, он сказал «Большая голова, значит умный был». Хозяин: «Не могли же мы в Вашу честь завалить дурака».

- **Игры для развития основных физических качеств тела.** Эти игры будут рассматриваться во второй части пособия.

- **Игры социальные**

Общинная жизнь облекается в покровы надбиологических форм, которые придают общинной жизни высшую ценность через игру. В общинных играх общество выражает свое истолкование жизни и мира. Такие игры ввиду их высокого духовного назначения называются ритуалами.

Игра, начинающаяся как жизненная потребность развития сознания, дает начало двум другим сферам человеческой деятельности – культуре и верованиям.

Именно социальные игры способствуют упорядоченным действиям группы или сообществ, противостоящих друг другу, соперничающих друг с другом. Игра в одиночку плодотворна для культуры лишь в весьма ограниченной степени. Игра в одиночку часто используется как тренировочное средство для усовершенствования определенных навыков.

Желание как можно лучше разыграть представление и стремление в открытой публичной схватке одержать верх над противоборствующей стороной являются основными принципами социальной игры.

Социальные игры - это не только игровой поединок соперничающих сторон, хотя эта функция социальных чрезвычайно важна для снятия напряжения и предотвращения конфликта интересов между группировками.

Социальные игры имеют назначение более высокого порядка – встраивание человека и сообщества людей в природные циклы Земли и Космоса. Классический пример такого рода социальных игр - это обряды, традиции, ритуалы. Часто эти виды игр рассматривают в трудах по исследованию культуры народов.

- **Игры деловые** – метод нахождения лучшего варианта решения проблемы управленческого характера. Такие игры используются в практической коммерческой деятельности и при обучении ведению бизнеса. Деловая игра состоит в последовательной корректировке предложений, поступающих от участников игры до момента, когда предлагаемое решение удовлетворит всех участников. Новые варианты решений



получаются за счет изменений или дополнений начальной информации, улучшения способов анализа, привлечения дополнительных технических средств для выработки решений.

- **Игры имитационные** – это другой вид деловой игры, они основаны на модели функционирования некоторой системы – прототипа. Имитационные игры, использующие программы ЭВМ, называются машинными. Имитационными игры часто называют симуляциями.

Симуляция — имитация процесса с помощью механических или компьютерных устройств. Чаще всего слово «симулятор» используется применительно к компьютерным программам.

Симуляторы — имитаторы, механические или компьютерные, имитирующие управление каким-либо процессом, аппаратом или транспортным средством. Симуляторы — программные и аппаратные средства, создающие впечатление действительности, отображая часть реальных явлений и свойств в виртуальной среде.

С помощью компьютерно-механических симуляторов, абсолютно точно воспроизводящих интерьер кабины транспортного средства, тренируются пилоты, космонавты, машинисты высокоскоростных поездов, врачи неотложной помощи, хирурги.

*Учебные симуляторы:*

- тренажёры для военных пилотов,
- горнолыжный тренажер,
- логический симулятор цифровой логики и цифровых схем Atanua,
- оценка Сейсмической Работы Онлайн,
- тренажеры для медицинских работников.

*Игровые симуляторы*

- Компьютерные игры - симуляторы автомобилей и мотоциклов, самолётов, поездов, подлодок, различных видов спорта и т. п. Основным принципом симулятора является точное воспроизведение особенностей какой-то тематической области (например: автосимулятор должен максимально точно воспроизводить физические особенности машин).

Все современные симуляторы основаны на использовании компьютеров. Все большее распространение как среди детей, взрослых, так и пожилых людей мегаполисов получают компьютерные игры. Рассмотрим их отдельно.

## 1.2. Компьютерные игры

**Компьютерная игра** или **видеоигра** (англ. Video game) — компьютерная программа, служащая для организации игрового процесса, связи с партнёрами по игре, или сама выступающая в качестве партнёра. Существуют попытки выделить компьютерные игры как отдельную область искусства наряду с театром, кино. Специально разработанные игры позволяют использовать игроков в научно-исследовательских работах. По некоторым компьютерным играм проводятся любительские и профессиональные соревнования. Такого рода соревнования называются киберспортом. Компьютерные игры часто создаются на основе фильмов и книг, и наоборот.

(Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Компьютерная игра](http://ru.wikipedia.org/wiki/Компьютерная_игра))

### Зарождение

Первые примитивные компьютерные игры были разработаны в 1950-х и 1960-х годах. Они работали на таких платформах, как университетские мейнфреймы и компьютеры EDSAC. Самой первой компьютерной игрой стал симулятор ракеты, созданный в 1942 году Томасом Голдсмитом Младшим (англ. Thomas T. Goldsmith Jr.) и Истл Рей Менном (англ. Estle Ray Mann). Запрос на выдачу патента был подан 25 января 1947 года, а 14 декабря 1948 года он получил номер 2 455 922.

Компьютерные игры являются одной из драматических форм, т.е. сюжетных игр, а их интерактивность — это вопрос степени участия, но не формы. Поэтому, как и другие формы, компьютерная игра имеет пять ключевых элементов: стиль, фабула, герой, декорации и тема. Все хорошие игры должны обладать некоторым развлекательным потенциалом, и в большинстве их он основан на классических законах драмы.

Компьютерные игры в основном классифицируются по жанрам, а также по количеству игроков. Вследствие того, что критерии принадлежности игры к тому или иному жанру не определены однозначно, классификация компьютерных игр недостаточно систематизирована, и в разных источниках данные о жанре конкретного проекта могут различаться. Тем не менее, существует консенсус (неформальное согласие), к которому пришли разработчики игр, и принадлежность игры к одному из основных жанров почти всегда можно определить однозначно. Эти наиболее популярные жанры (которые объединяют в себе множество поджанров).

**Компьютерные игры могут быть классифицированы по нескольким признакам:**

- **Жанр:** игра может принадлежать как к одному, так и к нескольким жанрам, а в уникальных случаях — открывать новый жанр или быть вне всяких жанров.

Как известно, жанр — это совокупность формальных и содержательных особенностей произведения. Можно сказать, что жанр — это совокупность определенных тем и мотивов, закрепленных за определенной художественной формой. Такими формами могут быть



литература, журналистика, киноискусство, музыкальные, живописные, т.е. рисованные игры. Компьютерные игры стараются использовать все жанры для повышения эмоциональной и эстетической привлекательности продукта.

- **Количество игроков и способ их взаимодействия:** игра может быть однопользовательской — рассчитанной на игру одного человека, или многопользовательской — рассчитанной на одновременную игру нескольких человек, а также вестись на одном компьютере, или на нескольких компьютерах, соединенных через интернет, электронную почту.
- **Визуальное представление:** игра может как использовать графические средства оформления, так и напротив, — быть текстовой. Игра также может быть двухмерной или трехмерной. Есть и звуковые игры — в них вместо визуального представления используются звуки.

## **Классификация по жанрам**

### ***Action***

В играх данного типа игрок, как правило, действуя в одиночку, должен уничтожать врагов при помощи холодного и огнестрельного оружия для достижения определённых целей на данном уровне, обычно после достижения заданных целей игрок переходит на следующий уровень. Врагами часто являются: бандиты (напр. Max Payne), нацисты (напр. Return to Castle Wolfenstein) и другие «плохие парни», а также всевозможные инопланетяне, мутанты и монстры (напр. Doom, Half-life).

### ***Технические***

Игра-симуляция. При помощи компьютера как можно более полно имитируется физическое поведение и управление каким-либо сложным объектом технической системы (например: боевым истребителем, автомобилем и т. д.). Если драматические игры стремятся развлечь игрока при помощи разных невозможных явлений, трюков и остроты сюжета, то главный критерий качества технических симуляторов — полнота и реалистичность моделирования его объекта (автомобиля, воздушного судна и т. д.).

### ***Экономические***

Экономические симуляторы, нередко относимые также к жанру стратегий, посвящены отображению экономических, рыночных процессов — чаще всего речь идет о предпринимательстве. Целью игрока, руководящего неким предприятием, является извлечение виртуальной прибыли. В «чистых» экономических симуляторах отсутствуют элементы строительства; игрок должен управлять уже существующим коммерческим предприятием. Рыночные процессы и поведение конкурентов относительно приближены к реальности.

### ***Стратегические***

Игры, требующие планирования и выработки определенной стратегии для достижения некоей конкретной цели, например, победы в военной операции. Игрок управляет не одним персонажем, а целым подразделением, предприятием или даже вселенной. Различают

походные или пошаговые стратегические игры (Turn-Based Strategy, TBS), где игроки поочередно делают ходы, и каждому игроку отводится неограниченное или ограниченное на свой ход время (в зависимости от типа и сложности игры), и стратегические игры в реальном времени (Real Time Strategy, RTS), в которых все игроки выполняют свои действия одновременно и ход времени не прерывается.

### **Многопользовательская игра**

До того, как широкополосный Интернет стал доступен большинству пользователей, для многопользовательского режима в играх использовали локальную сеть (англ. *LAN*). У локальной сети была гораздо более высокая пропускная способность и малое время отклика по сравнению с повсеместным тогда dial-up. Эти преимущества в то время позволяли большому количеству игроков присоединяться к сетевым баталиям. В наши дни локальная сеть продолжает быть для многих лучшим вариантом для многопользовательской игры по причине высокого времени отклика и дороговизны Интернета.

Для игры в локальной сети нужны два (или более) компьютера, роутер и кабели для присоединения каждого из них к сети. В дополнение к этому всем компьютерам необходима сетевая плата для соединения и собственная копия игры. Опционально любая локальная сеть может соединяться к Интернету.

### **Примеры компьютерных игр**

Человек, играющий в компьютерные игры, может иметь два названия – геймер и прогеймер. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Геймер\\_\(значения\)](http://ru.wikipedia.org/wiki/Геймер_(значения)))

Геймер (англ. *Gamer*, рас. быдл. *гамер*, он же игрофаг) — любитель компьютерных и видеоигр.

Прогеймер — профессиональный игрок, чьим основным заработком являются призовые и зарплаты за игру на соревнованиях по киберспорту.

«Тетрис» был впервые написан Алексеем Пажитновым в июне 1984 года на компьютере Электроника-60. Работая в ВЦ Академии наук СССР, Пажитнов занимался проблемами искусственного интеллекта и распознавания речи, а для обкатки идей применял головоломки, в том числе и классическое пентамино. Пажитнов пытался автоматизировать укладку пентамино в заданные фигурки. Однако вычислительных мощностей тогдашнего оборудования для вращения пентамино не хватало, приходилось отлаживать на тетрамино, что и определило название игры. В тех опытах и родилась основная идея «Тетриса» — чтобы фигурки падали, а заполненные ряды исчезали.

Для IBM PC игра была переписана на Turbo Pascal 16-летним школьником Вадимом Герасимовым.

Случайные фигурки тетрамино падают сверху в прямоугольный стакан шириной 10 и высотой 20 клеток. В полёте игрок может поворачивать фигурку и двигать её по горизонтали. Также можно «сбрасывать» фигурку, то есть ускорять её падение, когда уже решено, куда фигурка должна упасть. Фигурка летит, пока не наткнётся на другую фигурку либо на дно стакана. Если при этом заполнился горизонтальный ряд из 10 клеток, он пропадает, и всё, что выше его, опускается на 1 клетку. Темп игры постепенно увеличивается. Название игры происходит от количества клеток, из которых состоит



каждая фигура. Игра заканчивается, когда новая фигурка не может поместиться в стакан. Игрок получает очки за каждую фигурку, поэтому его задача — заполнять ряды, не заполняя сам стакан как можно дольше, чтобы таким образом получить как можно больше очков.

Сейчас непосредственно программированием Алексей Пажитнов уже давно не занимается, работает в подразделении Microsoft разработчиком компьютерных игр.

Однако 29 июня 2010 года, в интервью журналистам одного из геймерских порталов Алексей Пажитнов сказал, что последние десять лет он работал над многопользовательским режимом для своего детища. Он сказал, что главная проблема кроется в динамичности Тетриса. На последних уровнях всё ваше внимание сосредоточено на игре, любое неосторожное движение и вы проиграете. Так что у вас просто не будет времени смотреть, что делают другие геймеры.

С середины XX века компьютерные игры создавались высокклассными специалистами в тех странах, где были хорошо развиты информационные технологии и в системе высшей школы готовились специалисты по программированию.

Например, позже, в 1952 году, появилась программа «ОХО», имитирующая игру «крестики-нолики», созданная А. С. Дугласом как часть его докторской диссертации в Кембриджском Университете. Игра работала на большом университетском компьютере, известном как EDSAC (Electronic Delay Storage Automatic Calculator).

В 1958 году Уильям Хигинботам, помогавший строить первую ядерную бомбу в Брукхейвенской национальной лаборатории (Аптон, Нью-Йорк), для развлечения посетителей создал «Tennis for Two» («Теннис для двоих»).

В XXI веке создателями компьютерных игр стали пользователи всемирной интернет паутины – студенты, школьники, домохозяйки, менеджеры и др. Программисты ведущих фирм собирают любительские игры, добавляют к ним профессиональные совершенство и превращают в коммерческий продукт.

Принято сознавать, что две кыргызские этнические игры тоже вышли во всемирную сеть видеоигр. (Источник: [http://www.wikipedia.kg/index.php?title=Opdo\\_\(игра\)](http://www.wikipedia.kg/index.php?title=Opdo_(игра)))

## **Проблемы интернет зависимости**

Компьютер, хотим мы того или нет, прочно вошел в нашу жизнь. А значит, в нее вошли и те угрозы, которые он неизбежно несет. Вот лишь несколько фактов:

Интернет-зависимость — психическое расстройство, навязчивое желание подключиться к Интернету и болезненная неспособность вовремя отключиться от Интернета. Интернет-зависимость является широко обсуждаемым вопросом, но её статус пока находится на неофициальном уровне: расстройство не включено в официальную классификацию заболеваний DSM-IV.

189 миллионов интернет-пользователей США, по сведениям New York Times, страдают от компьютерной зависимости. В Финляндии людей, больных интернет-зависимостью, не берут в армию. Организация Smith & Jones Addiction Consultants, занимающаяся лечением алкоголизма и наркомании, собирается открыть в Европе клинику для лечения игровой зависимости. Эта клиника станет вторым заведением такого рода. В Китае клиника для лечения игровой и интернет-зависимости открылась еще в 2005 году.

Впервые расстройство было описано в 1995 году доктором Иваном Голдбергом. Несмотря на то, что в цели Голдберга не входило включение этого расстройства в официальные психиатрические стандарты, предложенное им описание базируется на описании расстройств, связанных со злоупотреблением психоактивными веществами. Голдберг выделил следующие основные симптомы этого расстройства:

- использование интернета вызывает болезненное негативное стрессовое состояние или дистресс;
- использование интернета причиняет ущерб физическому, психологическому, межличностному, экономическому или социальному статусу.

В 1997—1998 гг. были созданы исследовательские и консультативно-диагностические службы по данной проблематике. В 1998—1999 гг. вышли первые монографии по проблеме (К. Янг, Д. Гринфилд и др.). В России данный феномен с 2005-го года изучают психологи-гностики проекта "Omega Gnosis XXI"

Проблема интернет-зависимости выявилась с возрастанием популярности сети Интернет. Некоторые люди стали настолько увлекаться виртуальным пространством, что начали предпочитать Интернет реальности, проводя за компьютером до 18 часов в день. Резкий отказ от Интернета вызывает у таких людей тревогу и эмоциональное возбуждение. Психиатры усматривают схожесть такой зависимости с чрезмерным увлечением азартными играми.

Основные 5 типов интернет-зависимости таковы:

1. Навязчивый веб-серфинг — бесконечные путешествия по Всемирной паутине, поиск информации.
2. Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам — большие объёмы переписки, постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыточность знакомых и друзей в Сети.
3. Игровая зависимость — навязчивое увлечение компьютерными играми по сети.
4. Навязчивая финансовая потребность — игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в интернет-магазинах или постоянные участия в интернет-аукционах.
5. Киберсексуальная зависимость — навязчивое влечение к посещению порносайтов и занятию киберсексом.

Ведущим специалистом в изучении интернет-зависимости сейчас считается Кимберли Янг — профессор психологии Питсбургского университета в Брэтфорде (США), автор известной книги «Пойманные в Сеть» (англ. «Caught in the Net»), переведённой на многие языки. Она также является основателем Центра помощи людям, страдающим интернет-зависимостью (англ. Center for On-Line Addiction). Центр, созданный в 1995 году, консультирует психиатрические клиники, образовательные заведения и корпорации, которые сталкиваются со злоупотреблением интернетом. Центр свободно распространяет информацию и методики по освобождению от интернет-зависимости.

В 2009 году писатель Станислав Миронов опубликовал в свободном доступе на одном из литературных ресурсов роман *Virtuality*, рассказывающий о проблеме интернет-зависимости, где автор классифицирует интернет-зависимость не только как психическое расстройство, но и как острую социальную проблему, предлагая пути её решения. О печатном издании романа упоминаний не имеется. (Источник: <http://ru.wikipedia.org/wiki/ПК-игра>)



Игры, в которых играющий отождествляет себя с героем, значительно глубже проникают в психику. С другой стороны, можно так же самозабвенно "резать" в тетрис, но здесь уже держит не зависимость, а, скорее, игровой азарт. Вспомним феномен "пингвина". Прimitивная игрушка, суть которой сводилась к тому, чтобы ударом дубины зашвырнуть пингвина как можно дальше. Огромное количество людей, работающих в офисах за компьютером или имеющих доступ к компьютеру, бросали работу и неделями пинали пингвина. Если перевести эти игры в человеко/часы и посчитать затраты, то ущерб от игрушки выйдет больше, чем от самой мощной диверсии.

Для психического здоровья самая большая опасность компьютерных игр заключается в возникновении зависимости. Компьютерные игры являются уходом от реальности. Полностью погружаясь в игру и достигая в ней определенных успехов, человек реализует таким образом (виртуально) большую часть имеющихся потребностей и игнорирует остальные.

Компьютер заменяет "геймерам" реальный мир, их реальное Я - на виртуальное, придуманное. Это уход от страхов и проблем, которые окружают зависимого человека. Тут надо разбираться, почему именно человек ушел в другую реальность. Неуверенность ли в себе, неумение общаться с другими людьми, конфликты - есть масса предпосылок. И психологу в первую очередь надо устранить причину, а потом уже следствие.

То есть человек настолько поглощен иллюзорным миром игры, что тот становится для него идолом. Все силы своей души, всю свою любовь он направляет не на реальность, а, по сути, в пустоту. А когда любовь прилагают к пустоте - душа человеческая разрушается, в ней пустота и возникает. Кстати, это касается не только подростков - но и весьма немолодых людей, тратящих весь свой душевный потенциал на игры.

Человек приучается легко относиться к тем или иным ситуациям. Ведь играя, он знает, что это не по-настоящему, что поражение в игровом бою - это не реальная пуля в реальную голову, что все можно переиграть. С другой стороны, в игре он испытывает сильные эмоции - восторг, раздражение, радость. В игре он бесстрашен - но его бесстрашие основано на безответственности.

Однако это возвращенное играми бесстрашие человек переносит и в реальную жизнь вместе с его оборотной стороной - безответственностью.

В игре происходит почти полное отождествление игрока с игровым персонажем. Компьютерная игра дает человеку возможность предаться одному из самых страшных пороков - жажде власти.

Небольшой обзор по компьютерным играм показывает, что они дают:

- новые возможности имитации действительности, которые ранее были невозможны;
- компьютер, как партнер по игре, обладает рядом особых свойств, таких как **скорость реакции**, большим **набором возможностей** - вариантов, звуковым и цветовым сопровождением, **не устает**;
- компьютерные игры глубже проникают в психику человека, формируя зависимость и отрыв человека от реальности;
- интернет-зависимость - это не только недуг отдельных людей, но становится социальной проблемой XXI века.

### 1.3. Общая природа игр и их связь с процессами жизни

Антропология XXI века утверждает, что человек одновременно существует в трех пространствах или мирах:

- в природной среде;
- в социальной среде;
- в виртуальном мире.

**Природная среда** – это пространства Земли. Мы, жители Кыргызстана, занимаем территорию 198,5 кв.км., 94% которой представлены горами. У нас есть прекрасный голубой Иссык-Куль, полноводные реки и плодоносные долины. Природная среда развивается и живет по своим законам смены времен года, циклических изменений почвы, уровня грунтовых вод и др.

**Социальная среда** – это мир взаимодействия между людьми. Взаимосвязи могут быть устойчивыми – семья, род, или динамически меняющимися, такими, как рабочие коллективы, дворовые команды, клубы по интересам, политические партии, НПО и др. Крупные объединения людей – это этносы и нации.

Социальная среда имеет собственные законы или правила. Их устанавливают сами люди. Есть две главные формы, определяющие и регулирующие жизнь людей в сообществе – мораль и право. Мораль – это правила поведения людей, принятые одним сообществом. Сколько будет сообществ, столько будет и моральных норм. Моральные нормы есть составная часть культуры. Моральные нормы этносов могут различаться между собой, но часть этих норм может совпадать. Тогда говорят об общечеловеческой морали.

Вторая форма, регулирующая поведение людей в сообществах или социумах, – это юридические законы. Юридические законы устанавливают и следят за их исполнением государственные органы. Каждая страна имеет свои законы.

И мораль, и юридические законы обращены к человеку. Они предписывают границы *свободы и ограничения его действий* во имя совместного проживания в социуме и сохранения природной среды.

**Виртуальный мир.** Этот термин появился с развитием интернета и возможностями взаимодействия людей в реальном режиме времени через телефон, радиосвязь, ТВ и т.д.

Это, если можно так выразиться, внешний виртуальный мир. Но у каждого человека есть еще сугубо индивидуальный, скрытый от других свой внутренний виртуальный мир.

Виртуальный мир человека – это мир неосознаваемых сущностей, но с помощью ультрасовременных приборов, позволяющих изучить работу головного мозга, все же удастся приоткрыть дверь в этот таинственный мир. С определенной вероятностью можно утверждать, что наши чувства, наши мысли, знания и опыт составляют основу собственного виртуального мира каждого человека. Виртуальный мир имеет одну особенность – там всегда представлен сам человек, но в том виде, какой он сам себе



выбирает, каким он хотел бы быть, или каким он себя чувствует. Это собственный, вымышленный двойник реального человека, его аватар (сленг из интернет – сообщества).

Термин «аватар» впервые употребляется в индийском эпосе Махабхарата, первоначально вобравшего в себя философские взгляды различных течений буддизма: душа бессмертна, а тело бrenно. Аватары – воплощения бессмертного духа. Воплощенный неуязвим, он надевает и сбрасывает тела как одежду. Аватар проявляется во множество установлений, обрядов, обычаев, однако несет один неизменный, незыблемый свой принцип нравственности (*Источник: Философские тексты «Махабхараты» выпуск 1 книга 1 Бхагавадгита перевод с санскрита Б.Л.Смирнова, Ашхабад, «Ылым», 1978 г., -336 с.).*

Каждый человек имеет собственный виртуальный мир, который проявляется в наших сновидениях. Виртуальный мир отдельного человека неосязаем и не проявляется в действиях. Это высокого накала внутренняя духовная работа, невидимая и непроявляемая внешне. Но именно в виртуальную среду человека, локализованную в головном мозге, непрерывно поступает информация из природной среды и социума. Туда же стекается информация от всех структур тела. Мозг человека автоматически сохраняет всю поступающую информацию. В публикациях Джозефа Диспенза (2011) приводятся следующие данные: мозг человека через свои органы чувств (слух, зрение, обоняние и др.) ежесекундно получает 400 триллионов бит информации. Но человек осознает и использует из этого только 2000 бит информации в секунду (*Источник: «Evolve Your Brain: The Science of Changing Your Mind» by Dr. Joe Dispenza, 2011 year. [http://www.dispenzacart.com/cart.php?target=category&category\\_id=2](http://www.dispenzacart.com/cart.php?target=category&category_id=2)*). Но как выбрать главное, как убедиться в том, что именно это нужно и важно в данный момент? А что будет, если использовать другое и действовать по-другому, т.е. стать аватаром?

Виртуальный мир – это мир не только наших переживаний о прошлом, это также мир нашего выбора здесь и сейчас, но это и мир созидания проекта нашего будущего. Именно виртуальный мир вызывает в каждом человеке потребность игры, потому что игра – это врожденный механизм выбора приоритетов наших желаний, это механизм проверки жизнеспособности нашей мечты. Игра - не единственный механизм выбора, но он очень действенный и мощный, потому что он комплексный.

### Жизнь человека

**Жизнь** — активная форма существования материи, в некотором смысле высшая по сравнению с её физической и химической формами существования. Основной атрибут живой материи — генетическая информация, используемая для репликации. Развитие живой природы привело к появлению человечества.

Жизнь качественно превосходит другие формы существования материи в отношении многообразия и сложности химических компонентов и динамики протекающих в живом превращений. Живые системы характеризуются гораздо более высоким уровнем структурной и функциональной упорядоченности в пространстве и во времени.

Организм — это основная единица жизни, реальный носитель её свойств, так как только в клетках организма происходят процессы жизни. Как отдельная особь организм входит в состав вида и популяции, являясь структурной единицей популяционно-видового уровня жизни.

Живая природа сейчас обычно делится на восемь царств: вирусы, протисты, археи, хромисты, бактерии, грибы, растения и животные. (*Источник: <http://ru.wikipedia.org/wiki/Жизнь>*)

Но если говорить простыми словами, то жизнь – это целостность, составленная из ряда параллельных и последовательных событий. События, составляющие нашу жизнь, можно крупно суммировать как процессы:

- роста и развития нашего тела. Сюда входит и поддержание структур тела для обеспечения процессов в организме;
- формирование нашего сознания;
- приспособления к изменениям природной и социальной среды;
- формирование наших предпочтений и желаний в виртуальном мире нашего сознания;
- наши действия во внешней среде.

Жизнь подарена каждому из нас как драгоценный дар предыдущих поколений жети ата и жети эне. Но не только семью предыдущими поколениями, а гораздо глубже и в конечном итоге как дар живой природы. Получив такой дар, мы обязаны передать жизнь следующему поколению.

Моя жизнь здесь и сейчас является моей собственностью, и она приносит мне огромное удовольствие. Как сказал Рой Юджин Дэвис, один из наиболее ярких представителей духовно-философского учения Запада XX века, - «жизнь – это игра, и она может доставлять радость, приносить успех, если мы не нарушаем законов природы». (*Источник: Рой Юджин Дэвис – Техника творческого воображения: Пер. с англ. Киев, 1996. – 112с.*)

Я могу организовать свою жизнь прекрасной и полноценной, если буду знать, какими качествами или критериями отличается прекрасная полноценная жизнь от жизни заурядной, серой, полной отчаяния, болезней и неудовлетворения.

Два главных показателя вывели мудрецы прошлого и подтвердили мыслители нашего времени о признаках прекрасной полноценной жизни. Ими являются:

- качество жизни;
- продолжительность жизни или долголетие.

#### Качество жизни

**Качество жизни** – это целостность жизни во всех ее параллельных и последовательных процессах. Ценить жизнь – это значит сохранить ее в целостности.

Древние мудрецы Дальнего Востока, жившие еще в III веке до нашей эры, выделили четыре уровня качества жизни (*источник: Древнекитайская философия, собрание текстов в двух томах. Т.2. М., «Мысль», 1973 г., 382 с. «Люй-Ши Чунь Цю»*):

«Первое место занимает целостная жизнь, ущербная жизнь – второе место, смерть – третье место, а жизнь под гнетом – последнее место».

**Целостная жизнь** означает, что все основные желания человека получают удовлетворение. Сюда входят желания биологического, социального и духовного плана.

Так называемая **ущербная жизнь** означает, что основные желания удовлетворяются частично. Ущербная жизнь приводит к пренебрежению тем, что является драгоценным – жизнь становится неполноценной. Чем больше причиняем ущерб жизни, тем меньше становится ее ценность.



Так называемая **смерть** означает лишение того, что обуславливает сознание человека. Это по существу есть возвращение к тому состоянию, когда еще не было жизни.

Так называемая **жизнь под гнетом** означает, что основные желания не удовлетворяются совершенно и человек не в состоянии изменить эту ситуацию самостоятельно. От этого будет самый худший результат – покориться чужой воле, терпеть позор. Самый страшный позор – самая большая несправедливость. Поэтому несправедливым является также принуждение кого-либо жить под гнетом, в полной зависимости от кого-либо.

Жить под гнетом означает не только несправедливость, но и унижение достоинства человека. Поэтому говорится: «Лучше умереть, чем жить под гнетом». Откуда можно знать, что это так?

- Услышать то, что неприятно уху, лучше вообще не слышать.
- Увидеть то, что неприятно глазу, лучше вообще не видеть.
- Мучительно ощущать все «неприятности» и не иметь возможности изменить что-либо.

Так как человек не в состоянии изменить свою жизнь самостоятельно и вынужден терпеть все это, то лучше было бы вообще лишиться сознания. Почитать жизнь – это не значит жить под гнетом.

Новое время показало другую сторону жизни под гнетом. Человек физически полноценен, но качество его сознания падает настолько, что он не в состоянии сам себя обслуживать. Значит, жить под гнетом есть также жизнь в сумеречном неадекватном сознании.

### Долголетие

Продолжительность жизни – длительность существования особи или клона.

В биологии известен закон, по которому период развития человека и перехода в новое состояние составляет 25 лет. Таких циклов или периодов человек должен прожить 5-7 раз, т.е. продолжительность жизни человека должна быть 125-175 лет.

По своей природе человек может жить очень долго. Долголетие достигается путем следования естественности жизни. Нарушают естественность жизни страсти человека.

Мудрецы древности считали, что долголетие происходит не от того, что к короткой жизни присоединяется ее продолжение, а от того, что человек до конца и полноценно использует положенное ему количество лет. До конца использовать положенное человеку количество лет он может путем устранения всего, что вредно для жизни.

Долголетие как бы предполагает, что человек может управлять механизмами обеспечения качества жизни.

Опыт предыдущих поколений показывает, что продолжительность жизни и ее качество падают из-за нескольких основных причин:

- *Чрезмерного пристрастия к вещам.* Мудрецы древности предупреждали, что вещи предназначены для удовлетворения небольшой части человеческих желаний, но никак не для управления всей жизнью человека.
- *Малоподвижный образ жизни.* Народная мудрость гласит: «проточная вода не портится». Это происходит от того, что вода постоянно находится в движении. Точно также обстоит дело с телом человека. Когда тело мало двигается, то жидкости внутри тела плохо циркулируют – кровь, лимфа и межтканевая жидкость. Застой жидкостей приводит к закупоркам, различным болям и формированию опухолей.
- *Чрезмерное увлечение едой.* При еде не следует чрезмерно употреблять изысканные блюда и то, что вызывает острые ощущения, например, крепкие напитки. Режим питания должен быть таков: не голодать и не пресыщаться (не объедаться). Состав пищи должен соответствовать времени года, возрасту человека и роду занятий. Человек непременно должен ощущать приятный вкус пищи. Другими словами, пища должна быть разнообразной по составу и консистенции. При таком режиме питания человек будет иметь приятный внешний вид и производить впечатление здорового, что благоприятно воздействует на окружающих.

Во второй половине XX века жители стран «золотого миллиарда», имея высокий экономический уровень жизни, могли следовать советам древних. Они могли позволить себе выбирать диету, вести физически активный образ жизни. Благодаря этому жители богатых стран смогли достигнуть ощутимый прирост средней продолжительности жизни – более 90 лет. Эти впечатляющие успехи в увеличении продолжительности жизни омрачены тревожными тенденциями – нарастающим слабоумием пожилых людей. Значит это не то долголетие, о котором говорили мудрецы древности. Увеличение продолжительности жизни жителей стран «золотого миллиарда» омрачено дефектами сознания – болезнью Альцгеймера или старческое слабоумие.

**Болезнь Альцгеймера** (также сенильная деменция альцгеймеровского типа) — наиболее распространённая форма старческого слабоумия, неизлечимое дегенеративное заболевание, впервые описанное в 1906 году немецким психиатром Алоисом Альцгеймером. Как правило, она обнаруживается у людей старше 65 лет, но существует и ранняя болезнь Альцгеймера — редкая форма заболевания. Общемировая заболеваемость на 2006 год оценивалась в 26.6 млн. человек, а к 2050 году число больных может вырасти вчетверо. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Болезнь\\_Альцгеймера](http://ru.wikipedia.org/wiki/Болезнь_Альцгеймера)).

Недавнее исследование показало, что обслуживание слабоумных больных обходится мировой экономике в 604 млрд. долларов в год, что составляет более чем 1% от мирового ВВП. У экономистов вошел в обиход новый термин – «рынок слабоумия». К 2050 году размер этого рынка возрастет еще в 3-4 раза. Слабоумие пожилых – это социальный кризис XXI века. Научная элита всех стран ищет средства защиты от этого недуга.

Нарастающее число больных старческим слабоумием в богатых странах – это грозное предупреждение для всего человечества: продолжительность жизни сопровождается столь значительным падением качества жизни, что приходится констатировать - человек во второй половине жизни может опуститься не только до уровня животного, но еще и ниже, до состояния «овоща». Главная причина такого состояния – дефекты сознания.

Успехи квантовой физики, квантовой механики и квантовой геометрии дали толчок новому направлению научных исследований о человеке. Теперь, на заре XXI века, наука однозначно утверждает – **сознание человека есть его суть и основной механизм управления качеством жизни и долголетием.** Сознание человека XXI века должно быть ясным, глубоким и мобильным, т.е. подвижным.



**Ясность сознания** – это способность адекватно отразить природную или социальную среду следующими способами - звуком (речь, музыка), знаком (письмо, символы), цветом (светофоры). Ясность сознания достигается безупречной работой органов чувств (слух, зрение, обоняние, вкус, и т.д.) и многочисленных рецепторов внутренних органов и тела в целом.

Но основной механизм, обеспечивающий ясность сознания, - это слаженность работы всех уровней сознания, главным из которых является головной мозг.

**Глубина сознания** – это **память человека**, это способность хранить в памяти значительный объем качественной информации и опыт, приобретенный при жизни. Качество информации зависит от качества образования и доступности других источников информации – СМИ, интернета, библиотек. Однако для большинства людей основной источник информации - это общение с другими людьми.

Руководитель отдела исследований мозга Центра неврологии Российской академии медицинских наук профессор Сергей Иллариошкин утверждает: «Мозг надо тренировать, а не жалеть. Мозг должен жить напряженной жизнью, постоянно решать интеллектуальные задачи. Люди, которые занимаются напряженным интеллектуальным трудом, запоминают большие объемы информации, живут дольше, так как их мозг стареет медленнее». (Источник: <http://www.neurology.ru/patient/articles.htm>)

**Мобильность сознания** – это способность быстро концентрировать свое внимание на одном объекте и принимать решение. Это также способность быстро переключать свое внимание с одного объекта на другой. На практике это означает, что человек должен одновременно делать несколько дел сразу. Например: делать физические упражнения, отвечать на телефонные звонки и обдумывать научную статью или житейскую проблему.

Что нужно делать, чтобы сознание человека соответствовало этим критериям, т.е. было ясным, глубоким и мобильным?

Мы предлагаем три способа немедикаментозного развития, очищения и охраны сознания от старческого слабоумия:

- *нагружать мозг большими объемами информации*, особенно во второй половине жизни. Информация должна быть новой, интересной и доступной для понимания. Главное – запомнить эту информацию. Ученые утверждают – мозг человека не перетрудится, *если иметь четкий режим мощной интеллектуальной работы и полноценного сна на фоне правильного питания*;

- *упорядочить работу мозга*, ввести системность в ее работу. Это самый трудный вопрос. Как это сделать? Мудрый Восток нашел такой механизм - «настройка» мозга и, соответственно, сознания на природные механизмы работы. Настройка осуществляется путем созерцания и получения эстетического наслаждения красотой;

- *игры, развивающие сознание* – это третий способ достижения высокого качества жизни и творческого долголетия.

## Поговорим о роли обучения

В общественном сознании людей прошлых лет прочно утвердилось мнение о том, что в первой половине жизни надо учиться, приобретать знания. Знания давали возможность профессиональной деятельности и социализации.

Но XXI век выдвигает новый лозунг “Чем больше узнаешь, тем дольше живешь”. Хочешь высокое качество жизни и долголетие – учись во второй половине жизни.

Встает второй вопрос “Чему учиться?” “Где учиться?” “Для чего учиться?”. Теперь по порядку ответим на эти три вопроса.

**Чему учиться?** - только тому, что Вам хочется, тому, о чем вы мечтали в детстве, но не было возможности это реализовать. Можно научиться рисовать, художественное фото, вышивка, водить вертолет, верховая езда, иностранные языки, скалолазание – да мало ли что! Лишь бы Вам было это интересно. Не беспокойтесь об экономической выгоде – Ваш приоритет - не экономический доход, а нечто более важное, оно придет с новыми знаниями.

**Где учиться?** – наши общества предлагают много возможностей:

- государственная система образования предлагает дополнительное образование, курсы повышения квалификации, магистратуру, аспирантуру, докторантуру;
- система гражданского образования, которая финансируется частными бизнес-структурами, фондами, политическими партиями, НПО и т.д. Особенность этой системы образования – все новое, т.е. новые технологии, новые идеи, которые преподносятся интерактивными методами обучения. Как правило, они платные;
- самостоятельное обучение через интернет. Оно включает умение пользоваться интернетом, который откроет доступ к виртуальным университетам ООН, ЮНЕСКО, ВОЗ и т.д. Это есть дистанционное обучение;
- клубы по интересам – добровольные объединения людей с одинаковыми интересами. Например: любители верховой езды, серфинга, кулинарии, собаководства, любители цветов и т.д. В эти клубы по интересам идеально вписываются любители этнических игр. Суть клубов – взаимообучение через общение с интересными людьми и друг с другом.

**Для чего учиться?** Прежде всего – это получение удовольствия для себя. Если до сегодняшнего дня Вы со звериной серьезностью трудились для получения дохода и обеспечения семьи, то расслабьтесь, выдохните и начните новую жизнь – «жизнь - игру» - красивую и интересную. Что это Вам дает? А вот что:

- очищая и развивая свое сознание, Вы самостоятельно улучшите свое здоровье;
- повысите свое качество жизни вне зависимости от материального достатка, которым Вы располагаете. Это произойдет обязательно, так как Вам откроется простая истина: «покой и комфорт есть прямая дорога к слабоумию»;
- Вы начнете отдавать долги обществу, друзьям, близким и просто людям. Но это будут долги морального и духовного плана. Чем большому количеству



людей Вы принесете пользу, ничего не прося взамен, тем счастливее Вы будете себя чувствовать;

- жизнь—игра - это высокое творчество, которое раскроет все Ваши таланты. Вы станете красивым и интересным человеком, к Вам потянутся такие же интересные люди, с которыми Вы, возможно, создадите что-то новое. Духовное творчество есть гарантия Вашего долголетия.

### Остановимся на роли красоты в развитии сознания.

Красота – одна из универсальных форм бытия материального мира в сознании человека. (Источник: *Эстетика, словарь, М., Политиздат, 1989 г., -447с.*)

Красота – это категория двойного происхождения – природная и искусственная. Человек постепенно начинает понимать законы природы, по которым возникает эффект красоты. Познавая эти законы, люди дают им причудливые названия – золотая пропорция и фрактальная геометрия. (Источник: 1. <http://n-t.ru/tp/iz/zs.htm> Лаврус Виктор «Золотое сечение» 2000 г., 2. Мандельборт Б. – *Фрактальная геометрия природы*. М., Институт компьютерных исследований, 2002 г., -656с.). И красота природы, и красота искусственных объектов имеют такую же природу, как и сознание человека.

Любование и эстетическое наслаждение прекрасным предшествует научным открытиям. Эстетические эмоции связаны с математической интуицией. Через свои эстетические эмоции, которые возникают при осознании красоты объекта, человек интуитивно постигает целесообразность соотношения элементов в объекте и соответствие его формы назначению. (Источник: Додонов Б.И. – *Эмоция как ценность*. М., Политиздат, 1978 г., -272 с.) Но это возможно, если следовать советам мудрых: «слушайте, смотрите, и осознавайте красоту. Старайтесь стать частью этой красоты». «Чистое созерцание может достигнуть степени мудрого вдохновения в тишине и молчании». (Источник: Завадская Е.В. – *Мудрое вдохновение*. Ми Фу (1052-1107). М. Главная редакция восточной литературы издательства «Наука» 1983 г. -198с.) Не только созерцать, но стараться «войти в образ» прекрасного объекта, прочувствовать внутреннюю простроенность объекта. Вхождение в образ прекрасного есть настраивание сознания на природные механизмы работы.

Рафинированный культ красоты – творение японской аристократии IX – XI вв. Любование красотой во всех ее возможных гранях становится мироощущением образованных людей. В «Записках из изголовья» отражено кредо красоты эпохи до мельчайших подробностей. (Источник: Сей-Сёнагон *Записки из изголовья*. Перевод со старояпонского В.Марковой. М., Художественная литература, 1975 г., -368 с.).

Мыслители прошлого интуитивно догадывались о великой роли красоты в жизни человека. Поэтому они оставили потомкам свои заветы, наставления о том, как контактировать с прекрасным. Они разработали специальные ритуалы, церемонии и правила. Вспомним правила любования цветами, правила любования луной, первым снегом и другими природными явлениями.

Объясним это на примере чайной церемонии. Чайная церемония, согласно многим источникам, придумана Лао-цзы в V веке д.н.э. как ритуал с чашкой «золотого эликсира». Во время чаепития произносились мудрые речи, читались стихи, рассматривались произведения искусства. При этом тщательно для каждого случая подбирались букеты цветов и специальная посуда для заваривания чая. Во время чайной церемонии запрещалось обсуждение трех проблем - болезней, войны, богатства соседей.

Чайная церемония стала искусством отдыха от будничных забот. Первый чайный домик в Японии был построен в 1473 году и походил на крошечные бедные хижины восточных мудрецов и по внешнему виду и по внутреннему убранству. Размер комнаты около 8 м<sup>2</sup>. Серые стены и свет от небольшого окна под самым потолком вызывает у присутствующих ощущение уединения в тени. Это ощущение усиливается предельной чистотой и абсолютной тишиной. Только в такой обстановке возникает у человека внутренняя гармония. Японцы считают, что чайная церемония – это поклонение красоте в сером цвете будней. Хозяин и гости в этом ритуале очищают себя от земной пыли и ведут беседу сердцами.

Формы чайной церемонии: “ночной чай” начинается при луне, “чай с восходом солнца”, “вечерний чай”, “послеобеденный чай” и “специальный чай”.

Основные положения тонкой процедуры – искусства чаепития – преподаются в университетах Японии, на кружках и факультативах, организуемых крупными фирмами и общественными организациями. (Источник: Проников В.А., Ладанов И.Д. – Японцы (этно-психологические очерки) М., Главная редакция восточной литературы издательства “Наука”, 1985 г., -348 с.)

Заветы мудрейших не сразу, но постепенно усваивались людьми в последующих поколениях. Благодаря навыку осознанного восприятия красоты сознание индивидов и этноса в целом получало развитие. Посмотрите, какие страны на заре XXI века находятся на самой передовой линии науки и техники. Это те народы, *которые благодаря исполнению заветов своих предшественников и воспитанному трудолюбию смогли непрерывно развивать свое сознание путем приобщения к красоте.*

**Теперь остановимся на роли игры в развитии сознания человека.**

Сознание человека находится в его виртуальном пространстве. Обилие информации и эмоций требуют сортировки, упорядочения и производства чего-то. Все это находит отражение в игре. Поэтому **игра есть основной механизм поддержания состояния сознания человека ясным, глубоким и мобильным.** Играть человек должен на протяжении всей своей жизни, потому что новая информация поступает из внешней среды непрерывно, накопленный опыт также остается в памяти человека. Все это требует осмысления, анализа и творчества – и это работа нашего сознания.

Ни у кого не вызывает сомнения тот факт, что этнические игры наиболее полно выполняют жизненно важные функции. Они формируют и доводят до оптимума деятельность наших органов чувств, функции всех систем организма – дыхания, кровообращения, пищеварения и т.д. Через игры развиваются физические качества, необходимые для движения – сила, ловкость, гибкость, быстрота, выносливость.

Здесь мы хотим обратить внимание на такие стороны этнической игры, которые мало известны широкой общественности.

Основное назначение любой игры, особенно этнической – это содействие формированию высокого качества сознания. Не только формированию, но и постоянному на протяжении всей жизни развитию сознания. Игра содержит в себе очень важный компонент – это воображение.

**Воображение** – формирование мысленных образов или объектов, которые нельзя осязать, ибо это умственный синтез новых идей из отдельных частей. Расслабляясь, мы часто



фантазируем и как бы составляем по частям основную мысль, которая помогает нам на время уйти от действительности.

В игре всегда присутствует воображение. Оно из первоначальной фантазии переходит в творческое воображение, т.к. мы начинаем осознанно перерабатывать воображение для реализации его в игровом действии. Игровая фантазия – это мощнейший механизм первоначального пробного (экспериментального) конструирования качества жизни. В игровой фантазии человек структурирует прежде всего сам себя, приводит в действие свои скрытые возможности. В игре человек может стать любым аватаром и попробовать себя в новом качестве. Игровая фантазия раскрепощает сознание. Кроме того, в игровой фантазии человек начинает преобразовывать и свое окружение – предметы, место пребывания, время. Наука XXI века настоятельно рекомендует каждому из нас руководствоваться истиной – «мысль материализуется». Поэтому чем качественнее и смелее будет игровая фантазия, тем больше мы преобразовываем реальную жизненную ситуацию. Вдохновенная, красивая и смелая игра эффективно изменит сначала качество сознания человека, а потом и его качество жизни.

Кыргызы знали об этой функции игры и закрепили это знание в афоризмах:

- Игры детей - такое же важное действие, как и приготовление еды. Смотри, во что играют дети также тщательно, как варишь еду.
- Другая пословица говорит, что плохие игры подобны вздыбленному загривку быка, т.е. вызывают агрессию.

Немаловажное значение имеет и тот факт, что в игровой ситуации человек как бы сбрасывает с себя свою социальную маску и социальную роль повседневности. Играющий человек становится открытым. Эта внутренняя открытость сознания – величайший феномен игры. Открытый человек начинает «осознавать» знания из своего подсознания и в полной мере усваивать информацию из окружающего мира. Вспомним, что в 1 секунду в мозг человека поступает 400 млрд. единиц информации! Но в реальной жизни он отбрасывает весь объем информации, потребляя лишь 2 000 из 400 млрд. В игровой открытости человек начинает осознавать этот невероятный поток информации и создавать что-то совершенно новое. Именно игра в наиболее легкой форме воспитывает навыки креативности, превращая обыденного человека в способного, талантливого, а может раскрыть и потенциал гения. Но, чтобы пройти этот путь к креативности, надо приложить упорное трудолюбие.

Таким образом, игра – это врожденный механизм, который выполняет следующие функции:

- развитие и обогащение сознания;
- формирование тела и тренировка физических качеств;
- упорядочивание информации виртуального мира;
- формирование мечты и творческого воображения;
- апробирование воображения в действии;
- временное избавление от реальной социальной роли и переход в состояние аватара.

Последний механизм чрезвычайно важен в развитии сознания.

Все современные игры дискретны по своему назначению, так как специализированы только на выполнении одной, реже двух функций. Например, компьютерные игры развивают сознание, но только его отдельные компоненты, такие как логическое мышление, скорость переключения внимания.

Другой пример - спортивные игры - формируют в большей степени физические качества тела, социальные навыки, но мало затрагивают виртуальное пространство человека.

Фундаментальная функция этнической игры – поддержание высокого качества жизни и обеспечение полноценного долголетия и здоровья человека в течение полного жизненного цикла.



#### 1.4 Принципы построения этнических игр кыргызов

На протяжении многих веков кыргызский народ создавал, отработывал и систематизировал свои игры.

##### Как создавались этнические игры?

Определим сначала, что такое этнос.

Этнос – это устойчивая общность людей, имеющее ряд общих признаков:

- сходные биологические признаки строения тела;
- сходные психо–физиологические механизмы реагирования и стереотипы изменения поведения;
- самоидентификация индивидов как членов данной общности – этноса;
- общность языка, культуры и уклада жизни.

Все перечисленные признаки этноса присутствуют в словосочетании «этнические игры».

Этнические игры возникали из особенностей человека как биологического вида со стремительным эволюционным развитием:

- из имитационных способностей человека подражать растительному и животному миру, человеческим взаимоотношениям;
- осознания потребности в развитии полезных жизненных навыков и умений для доминирующего образа жизни всего этноса и каждого индивида;
- необходимость поддержания и преумножения потенциала здоровья каждого индивида и этноса как социальный единицы;
- как способа межпоколенной передачи знаний, этнических ценностей и культурных традиций;
- необходимость как индивидам, так и этносу в целом, быть готовыми к неожиданным переменам в связи изменением условий существования этноса – моделирование будущего;
- копирования игр других этносов.

Благодаря кропотливой работе наших ученых были собраны и описаны наиболее распространенные и сохранившиеся до наших дней этнические игры кыргызов. *(Источник: 1. С.Токторбаев Манас Ата акыл оюндары. Ош – 1999, -67с. 2. Анаркулов Х.Ф. Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения. Бишкек, 2003, -205с. 3. Арстанбек Касен. Кыргызские игры и развлечения. Бишкек, Илим, 2004, -144с.)*

Этнические игры являются основой современной физической культуры. Физическая культура – это совокупность материальных и духовных ценностей, специально создаваемых в обществе в связи с необходимостью подготовки человека к жизни, к определенной общественной деятельности, для укрепления его здоровья и всестороннего развития физических способностей. *(Источник: Шарабакин Н.И., Мамбеталиев К.Ц. – Теория и методика физической культуры: учебное пособие – Б. Шам, 1997, - 328 с.)*

Другими словами, физическая культура – часть общей культуры общества, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека, спортивных достижений.

Словосочетание «этнические игры» говорит о причастности игры к национальной культуре. Культура – это, прежде всего, способ передачи знаний, умений и навыков между людьми прошлого, настоящего и будущего.

Профессор А.Асанканов считает, что народные традиции и обычаи, которые давно существуют, выполняют свои этнообразующие функции. (Источник: А.Асанканов *“Кыргызы: рост национального самосознания,” Бишкек “Мурас” 1997, -224с.)*

Игры животных и человека предшествует культуре животных и культуре человека. Игра является неотъемлемой составной частью человеческой культуры, через игру совершенствуются речь, живость ума, культура проявления эмоций и способы взаимодействия между людьми. Значит, этнические игры также выполняют свою этнообразующую функцию.

Знание этнических игр наряду с языком и религией становится визитной картой или знаком принадлежности к этносу.

### Игровая единица

Все разнообразие этнических игр кыргызов можно условно подразделить на:

- игры сознания;
- подвижные игры;
- социальные игры.

Мы, коллектив специалистов из разных отраслей знаний, взяли на себя труд произвести тщательный анализ этнических игр кыргызов. Не вызывает сомнений роль этнических игр как этнообразующего механизма и значение этнических игр в развитии физических качеств человека. Мы хотели посмотреть, имеют ли этнические игры потенциал своего развития в новых условиях жизни кыргызов. Могут ли этнические игры ответить на вызовы нового тысячелетия, когда сместился вектор развития человечества от экстенсивного к интенсивному? Новое тысячелетие бросает вызов всему человечеству. Выживут те, у кого более ясное, глубокое и подвижное сознание и более мощный потенциал здоровья. Наши исследования показывают, что этнические игры кыргызов имеют потенциал к развитию и могут и ответить на вызовы нового времени.

Для того, чтобы этнические игры стали инструментом, механизмом перемен, необходимо вывести этнические игры из музея этнографии и внедрить этнические игры в теорию физической культуры и в практику здравоохранения.

С целью создания методологического приема для перехода с описания этнических игр к их научному анализу мы вводим понятие *игровая единица*.

В классической физиологии уже давно используется этот методологический прием – вычленение из общей системы основной единицы, обеспечивающий конечный результат всей системы. Приведем несколько примеров.

*Структурно-функциональной единицей почки, непосредственно отвечающей за образование мочи, служит нефрон. Строение нефронов однотипно. В почке человека весом 150 г содержится 1-1,2 млн. нефронов. Нефрон состоит из почечного клубочка (почечного*



тельца) и почечного канальца. Почечный клубочек образован пучком капилляров, представляющих собой разветвления афферентной артериолы – приносящего сосуда. Эти капилляры собираются в выносящий сосуд. К капиллярам примыкают внутренняя стенка двухслойной боуменовой капсулы, образованной канальцевым эпителием...» (Источник: О.Гарт *Функция почек. Физиология человека, т.4, перевод с англ.яз. М. Мир, 1986, с.145-197*).

*Двигательная единица опорно-двигательной системы* состоит из одного мотонейрона и группы иннервируемых им мышечных волокон. Размеры двигательных единиц значительно варьируются. В наружных глазных мышцах, например, мотонейрон снабжает лишь несколько мышечных волокон. В двигательных единицах других отделов тела количества мышечных волокон может быть в пределах от 500 до 1000 единиц мышечных волокон. Силу и скорость сокращения мышцы можно повысить путем увеличения количества активируемых двигательных единиц. (Источник: И. Рюэгг – *Мышцы. Физиология человека. Перевод с англ.яз., т.1, Нервная система. М.Мир, 1985, с 50-77.*)

*Общая функциональная единица кровеносной системы* – это совокупность сосудов от артериол до венул, которая составляет так называемое терминальное микроциркуляторное русло. Общая функциональная единица кровеносной системы отвечает за общий результат – обеспечить в капиллярах соприкосновение крови с тканевой жидкостью на очень большой поверхности в течение достаточно длительного времени. Эффективная обменная поверхность одного капилляра составляет 25000 мкм<sup>2</sup>, а общая площадь поперечного сечения капилляров большого круга кровообращения равна приблизительно 11000 см<sup>2</sup>.

Скорость кровотока в аорте относится к скорости кровотока в капиллярах как 700:1, или около 210 мм/сек в аорте и примерно 0,3 мм/сек в капиллярах. (Источник: Э.Вицлеб – *Функции сосудистой системы. Физиология человека, т.3, перевод с англ.яз., М.Мир, 1986, с.101-190.*)

*В кибернетической системе управления выделяется управленческая единица*, которая обеспечивает поток информации. Схема управленческой единицы условно состоит из следующих элементов: источник информации (рецептор), передатчик (преобразователь сигнала самого рецептора), канал передачи, (нервные волокна, нервные клетки) приемник (высшие структуры головного и спинного мозга), потребитель (адресат или рабочий орган), обратная связь с высшими центрами. Данная схема применима для описания самых различных процессов передачи информации как в технике, так и в биологии. (Источник: М.Циммерман – *Кибернетические аспекты физиологии нервной системы и органов чувств. Физиология человека, т.2. Органы чувств, перевод с англ.яз., М.Мир, 1986, с. -216 с.-237.*)

Мы видим, что, независимо от названия, будь то морфо-функциональная единица нефрон в почке, или общая функциональная единица кровеносной системы, или двигательная единица, или управленческая единица в кибернетике, функциональные единицы, это:

- то, что обеспечивает конечный результат всей системы: почки – образование мочи, сердечно-сосудистой – площадь соприкосновения крови и тканевой жидкости, движение – в двигательной системе;
- это совокупность разных морфологических структур, но работающих вместе – капилляры и эпителий капсулы нефрона в почках; нейрон, его отросток, концевые разветвления которого соединены с мышечными волокнами в двигательной системе и т.д.;
- могут усложняться путем включения новых элементов (кибернетическая система);

- дает возможность проследить эволюцию развития основной функции;
- создает основу не только качественного, но, со временем, и количественного описания системы.

Л.С. Выгодский впервые предложил способ расчленения сложных целых на единицы при исследовании проблем речи и мышления. «Под единицей мы подразумеваем, - писал Л.С.Выгодский, - такой продукт анализа, который, в отличие от элементов, обладает всеми основными свойствами, присущими целому, и которые являются далее неразложимыми живыми частями этого единства».

Теперь остановимся на том, что мы вкладываем в понятие “игровая единица”, или единица игры.

**Единица игры – это набор элементарных движений, образующих одно действие, но сохраняющий свойство целого, составляющий суть и конечный результат игры.**

Объясним понятие игровой единицы на примере общеизвестных спортивных игр.

Например: *Волейбол*. Игровое действие – удар по мячу рукой для попадания на определенную зону игровой площадки противоположной команды. Есть состав элементарных движений и конечный результат – попадания мяча на игровую площадку.

Игровая единица игры в волейбол состоит из двух элементарных движений:

- подбрасывание рукой мяча вверх;
- удар по подброшенному мячу рукой так, чтобы мяч попал на противоположную игровую площадку.

Например: *Футбол*. Футбол – это в основном игра ног. Игровое действие, или единица игры включает три элементарных движения ногами, а конечный результат – попадание мяча в ворота противника.

Игровая единица футбола состоит из трех элементарных движений, осуществляемая ногами игроков:

- овладение мячом;
- ведение мяча ногами или головой;
- удар по мячу ногой (реже головой) по воротам.

Теперь обратимся к этническим играм.

Например: *Ак-терек – Кок терек*. Игровая единица включает два элементарных движения:

- разбег игрока с ускорением к противоположной команде;
- разрыв корпусом цепи из рук противоположной команды.

Игровая единица простая – разбег игрока с ускорением к цепочке из рук противоположной команды. Конечный результат – разрыв цепочки из рук корпусом.

Например: *Качмай топ*. Игровая единица состоит из двух элементарных движений:

- удар палкой (битой) по подброшенному мячу;
- за время полета мяча команда добегают до ориентира на противоположной стороне и возвращается на исходное положение.



Игровое действие достаточно простое - удар битой по мячу для достижения наибольшего времени пребывания мяча в воздухе. Удар должен обеспечить или большую высоту полета, или пролететь на большое расстояние. Результат – все члены команды, пока в воздухе мяч, добегают до ориентира и возвращаются назад.

Например: *Ордо*. Игровая единица состоит из одного элементарного движения – попадание альчиком – томпоем - по другому альчику. Результат – выбивание альчика из круга. Выбитый альчик считается выигранным.

Например: *Даттикен*. Игровая единица имеет два элементарных движения:

- выстраивание нескольких альчиков (по числу игроков) на раскрытой ладони в одинаковом положении: бок, чик, или других;
- перебрасывание альчиков ладонью через натянутую веревку для принятия альчиками одинакового положения на полу.

Игровая единица Даттикен состоит из двух элементарных движений – выстраивание альчиков на ладони и перебрасывание их через веревку. Результат – альчики после переброски через веревку должны принять положение согласно условию игры. Только те альчики, которые приняли условленное положение, считаются выигранными.

Например: *Топ таи*. Игровая единица состоит из трех элементарных движений:

- подбрасывание «ведущего» камешка вверх;
- во время полета «ведущего» камешка успеть взять с пола игровой камешек;
- фиксировать «игровой» камешек в ладони и снова подбросить «ведущей» для следующего подбора, и т.д.

Игровое действие включает три элементарных движения: подбрасывание «ведущего» камешка, взять с пола «игровой» камешек, фиксировать «игровой» камешек в ладони, которой подбрасывается «ведущий» камешек. Результат – собрать все игровые камешки во время полета «ведущего» камешка.

Например: *Убакытты аныктоо*. Игровая единица состоит из двух элементарных движений:

- внутренний индивидуальный отсчет времени во время движения человека;
- остановка движения при окончании условленного отрезка времени.

Игровая единица в этой игре есть сочетание двух процессов – интуитивного угадывания продолжительности заявленного времени и внешнего выражения в двигательном акте – начало движения как начало внутреннего отсчета времени и конец движения как окончание условленного временного интервала.

Например: *Жаңылмач*. Игровая единица состоит из трех элементарных процессов:

- услышать скороговорку, предложенную противоположной командой;
- запомнить;
- безошибочное повторение предложенной скороговорки одним из членов команды.

Игровая единица – зеркальное отражение сложных звуковых сочетаний. Результат – победа и очко всей команде.

Мы привели отдельные примеры игровых единиц этнических игр кыргызов. В разработанной нами «Базе данных этнических игр кыргызов» каждая игра описывается в формате, в котором вычленена игровая единица.

В каждой этнической игре можно выделить игровую единицу как комплекс элементарных движений, организованных во времени и в пространстве. Повторим еще раз, игровая единица представляет собой ряд последовательных элементарных движений, направленных на достижение конечного результата.

Введение понятия “игровая единица” в теорию и практику физической культуры, на наш взгляд, дает новые возможности. В любой подвижной игре, используя понятие “игровая единица”, может быть измерено:

- количество энергии, затрачиваемое на производство основного действия - игровой единицы;
- время, затрачиваемое на осуществление игровой единицы;
- отработка отдельных элементов игровой единицы на скорость;
- количество игровых единиц как показатель мастерства игрока;
- определить соотношение количества игровых единиц и объем “непродуктивных”, энергозатратных видов движений.

В играх сознания, используя понятие игровая единица, также создаются условия для перехода от описания качественных изменений к точным количественным показателям. Это тем более важно, ибо на сегодня не существуют доступных и мобильных измерительных приборов состояния высших отделов мозга человека для оценки качества сознания.

Так же, как количество морфофункциональных единиц почки определяется количественно, так и число повторений игровых единиц в одной этнической игре может быть определено количественно. Например, в любой подвижной игре количество игровых единиц может быть измерено. Тогда появляются объективные показатели, которые можно получить на основании подсчета игровых единиц. Можно вычислить энергетическую стоимость одной игровой единицы. По мере роста мастерства игрока будет изменяться энергетический эквивалент игровой единицы. Можно подойти по-другому и определять уровень мастерства – по количеству повторений игровой единицы для достижения итогового конечного результата.

Минимизация объема элементарных видов движений, входящих в одну игровую единицу, или достижение конечного результата игровой единицы различными вариациями элементарных движений - вот примеры научного анализа в использовании игровой единицы.

Многие этнические игры, опираясь на физиологические основы игровых единиц, могут быть введены в практику здравоохранения в качестве реабилитационных приемов.



## Принципы построения этнических игр:

### Этническая идентичность и сокровенность

Одно из уникальных качеств этнических игр - это их связь с процессом самоидентификации человека с конкретным сообществом людей - с этносом. Процесс самоидентификации в психологии называют формирование идентичности.

Этнические игры – это механизм формирования и закрепления одной из ключевых характеристик личности – этнической идентичности.

Все этнические игры обращены прежде всего к человеку, но не абстрактному индивиду, а к человеку как части этноса. Повторим еще раз, что в этнической игре отрабатываются язык, культура проявлений эмоций, основные этнические и моральные нормы взаимоотношений между людьми. Специалисты по физической культуре утверждают, что по двигательным навыкам, походке и излюбленным позам можно идентифицировать этническую принадлежность человека.

У этнических игр еще одно уникальное свойство – они обращены к сообществу как социальной единице, так как формирует этническое сознание. Этнические игры - не единственный механизм формирования менталитета этноса, но они успешно его закрепляют.

Сформировавшаяся этническая общность выступает как социальный организм, самовоспроизводящийся путём преимущественно этнически однородных браков и передачи новому поколению языка, культуры, традиций, этических игр и т. д.

Этнические игры вплетают индивидов и, в целом, этнос в канву природной среды, адаптируя человека к ритму изменений природы, социальной структуре общества, экономическим и политическим аспектам жизни.

Не все этнические игры демонстрируются другим этносам. Это прежде всего относится к играм, развивающим сознание. Например, игры, развивающие сознание детей, знали только посвященные – мудрые аксакалы и байбиче.

### Эстетическая направленность и аккумуляция энергии

В основе любой игры лежит удовлетворение потребности человека в удовольствии. Если ребенок начинает играть, чтобы удовлетворить свою первоначальную потребность в еде, то в дошкольном возрасте он получает удовольствие морального плана. Игры взрослых - это тоже поиск удовольствия. Но взрослый получает удовольствие в красоте и гармонии производимых действий, прежде всего трудовых действий. Игры взрослых - это также попытка гармонизации всей жизни.

Красота – одна из универсальных форм бытия материального мира в сознании человека. Красота проявляется во внешних формах, внутренней построенности системы, в действиях. Когда человек ощущает пропорции красоты, у него возникает удовольствие, эстетическое наслаждение, моральное удовлетворение. Осознание красоты форм, внутренней сущности систем или красоты действий возникает при поступлении информации от органов чувств.

Красота – это математическая категория, которая описывается языком цифр. Словами можно сказать, что это строго математическое соотношение частей и целого, соразмерность целого и его частей и соразмерность частей между собой. Они описываются евклидовой геометрией в терминах **соразмерность и симметрия**.

Соразмерность целого и его частей основана на математической прогрессии Фибоначчи и представляет соотношение 1:0,62:0,38, где 1 есть целое, а 0,62 и 0,38 - части целого. Это соотношение получило название “Золотой пропорции”. Золотая пропорция преимущественно описывает последовательность событий и их размеры во временном измерении или в количестве движений.

Ученые предполагают, что математические пропорции красоты встроены в ДНК человека. Установлено, что идентификация красоты, т.е. соразмерности и симметрии лица происходит за сотые доли секунды. Даже ребенок из нескольких лиц людей умеет выделить самое красивое. Чувство красоты возникает автоматически.

Золотая пропорция математически описывает правильные геометрические фигуры, прямолинейные поступательные процессы. Такие построения и движения объединены понятием «евклидова геометрия». Согласно евклидовой геометрии при организации этнических игр нужно соблюдать пропорции:

- **соразмерность частей и целого**: подготовительная часть должна занимать 0,62 общего времени игры, а сама игра – 0,38 части или наоборот;

- **симметрия** игры в том, что вводная часть (объяснение и обоснование игры) и заключительная часть (обмен мнениями и подведение итогов) должны быть соразмерны и примерно одинаковы во времени. Даже при отсутствии внешних атрибутов – нарядная одежда, или красочное оформление помещения, - внутренне построенные пропорции игровых действий вызовут у участников игры и зрителей чувство красоты и гармонии самой игры.

*(Источник: Аракелян Г.Б. “Числа и величины в современной физике”. Ереван: Изд. АИ, 1989. – Фундаментальная теория КВА. Гл.4 Принцип золотого сечения. Ереван, 2007. – Там же Гл.5 Принцип золотого сечения. Ереван, 2007а. – Там же Гл.6 Обобщенная теория золотой пропорции 2007б.)*

Но математика XX века описала явления и материальные объекты, которые не укладываются в евклидову геометрию. По форме они имеют самые причудливые очертания и за это получили общее название “чудовищ”. Этим причудливым чудовищам дали научное название фракталов. Оказалось, что геометрия природы имеет фрактальное лицо, и построена на повторяемости “чудовищ” в самых различных масштабах. Фрактально построены снежинки, цветы, береговая линия, очертания гор и т.д. Значит, красота имеет и другое измерение – фрактал.

Что такое фрактал? Фрактал – геометрическая фигура со свойством самоподобия. Целое есть набор частей, подобных целому. Это фигура, каждый фрагмент которой повторяется при уменьшении масштаба. При любом увеличении масштаба фрактал не изменяет своего очертания. Другими словами, на всех шкалах масштаба сущность структуры фрактала сохраняется. Повторение фрактала в любых масштабах внутри системы создает гармонию всей системы. Человек автоматически “вычисляет” фракталы и от этого получает удовольствие, эстетическое наслаждение. *(Источник: Мандельборт Б. – Фрактальная геометрия природы. Перевод с английского М., 2002г., -656 с. <http://shop.red.ru>)*



Евклидава система фиксирует внимание на внешнем сходстве, фракталы концентрированы на внутреннем сходстве самых разнообразных событий. Фракталы – это описание внутренней структуры системы и фиксация внимания на моменте перехода системы из одного состояния в другое.

Евклидава геометрия в живых системах более приспособлена для хранения информации и передачи её новым генерациям - потомкам. (Источник: Геодокян В.А. <http://www.gorgon.ru/konkurssite/texts/gva01.doc>)

Фрактальная геометрия – это математические закономерности распределения энергии. На другом уровне фрактальная геометрия – это описание процессов, функций во времени.

Этническая игра как процесс строится по законам фрактальной геометрии:

- *игровая единица* – вот фрактал этнической игры. Каждая игра имеет свою игровую единицу. Фрактал игровой единицы должен быть доведен до совершенства;
- *повторение фрактала* игровой единицы во всех масштабах вызывает чувство гармонии и совершенства действий во всей игре.

Остановимся на энергообразующей функции фрактала подробнее.

В обыденном сознании укрепилось мнение, что окружающие нас предметы и в том числе мы сами есть материальные объекты. Но это утверждение сформировано нашими органами чувств – зрением, осязанием, слухом и т.д. Если бы вместо человеческих органов чувств использовать сверхточные приборы, такие как электронные микроскопы последнего поколения, то мы увидели бы совершенно другую картину: наше тело и предметы вокруг – это скопления элементарных частиц. При еще большем увеличении мы обнаружили бы, что сами частицы есть густки энергии.

Ученые полагают, что сами частицы есть способы концентрации энергии и механизм перехода одного вида энергии в другой.

Возвращаясь к этническим играм, можно сказать, что *игровая единица есть фрактал энергоаккумулирующего свойства этнической игры.*

Овладевая игровой единицей этнической игры, ребенок, а потом уже взрослый человек одновременно приобретает навыки управления своей энергией. Игровая единица суть набор элементарных движений, которые в последующем входят в систему движений трудового процесса, жизненных навыков.

Фрактал игровой единицы этнических игр – это освобождение, аккумуляция энергии в чистом виде.

Наши праотцы заметили и закрепили это знание в афоризме “оюндан от чыгат”. Огонь – это энергия, которую можно использовать во благо, или во вред.

Великое энергоаккумулирующее свойство этнических игр есть основа их жизнеутверждающих и этнообразующих функций.

Математически построенные соотношения частей и внутреннего алгоритма действий этнической игры и есть основа необъяснимой неспровоцированной привлекательности этнических игр.

Мастерство учителя, который берется обучать этническим играм детей или взрослых, определяется тем, как он на интуитивном уровне сможет совмещать два измерения красоты – золотую пропорцию и фракталы.

### Системность

Система – это целое, составленное из частей. Множество элементов, составляющих систему и находящихся в отношениях и связях друг с другом, образуют определенную целостность, единство.

Системность этнических игр проявляется в том, что группа сходных игр имеет корневой элемент – единицу игры, или игровую единицу. Каждая этническая игра имеет свою игровую единицу.

Системность этнических игр выражается в том, что игровая единица постепенно усложняется. Объясним это на примере детских игр «в лошадки»: *чыбык ат*, *балдардын ат оюну*, *ат оюну*, *балдардын ат үстүндө оодарыш*, *ата – бала ат оюну*. Игровая единица всех пяти игр в лошадки – управление лошадыю.

В игре *чыбык ат* ребенок учится управлять палочкой-лошадкой. Он впервые создает единую систему “человек-лошадь”, он находит свое место в этой системе, он берет на себя функции лидера в этой системе.

В игре *балдардын ат оюну* два подростка образуют систему человек – лошадь, при этом один становится лошадкой и полностью имитирует ее повадки, движения, характер. Другой – наездник. В этой системе лошадка уже «живая» и быть лидером в этой системе сложнее. Контакт с лошадкой прямой – наездник на спине лошадки.

Другой вариант игры *ат оюн*. Это тоже система из двух подростков, играющих роли лошадки и наездника. Но контакт в системе человек–лошадь уже через веревку. Наездник научается управлять лошадкой через “уздечку”. Это сложнее и требует другой координации движений для управления лошадкой.

Следующая игра *балдардын ат үстүндө оодарыш* – это уже управление системой человек – лошадь в условиях соперничества, соревнования нескольких подобных систем. Конечно, это имитация взрослых конных игр, но это абсолютно необходимый этап совершенствования игровой единицы – управления лошадкой.

Наступает очередь игры *ата – бала ат оюну*. Отец или любой взрослый мужчина становится “лошадкой”. На его спине восседает ребенок. В системе человек – лошадь изменяется соотношение сил – лошадка сильнее и больше наездника. Это игра приучает ребенка к реальности: да, действительно, лошадь всегда будет больше и физически сильнее человека. Но не надо этого бояться. Лошадь будет к тебе дружелюбна, если ты будешь относиться к ней как к родному существу. Ребенку никто этого не объясняет на словах, но через эту игру формируются новые ощущения – контакт с сильным телом, возникают новые эмоции, которые глубоко укореняются в подсознании ребенка. Барьер страха перед сильной лошадыю будет преодолен, если он вспомнит свои эмоции в этой игре с отцом.

Системность этнических игр можно проследить на альчиковых играх, на играх сознания, на играх социального плана.



Главное правило – найти игровую единицу и довести ее выполнение до совершенства. И только после этого начинать постепенное, поэтапное усложнение игровой единицы.

Кыргызские этнические игры - это также система, предназначенная для различных возрастных групп – детей, подростков, молодежи, взрослых. Этнические игры могут быть разделены на игры для мужчин и женщин разных возрастов. В системы можно объединить игры в зависимости от числа участников игры - для индивидов, небольшой группы людей, сообщества.

### Комплексность

Комплексность – это взаимоувязанность целой группы предметов, действий, которые находятся внутри системы. Комплекс действий, движений внутри каждой игры направлен на одновременное развитие **умственных способностей** – чувствительность, память, эмоции, интуиция, интеллект; **физических качеств** – гибкость, ловкость, сила, выносливость, быстрота; **предпочтаемых видов движений** - бег, прыжок, лазание, поднятие тяжести, бросок, толкание.

Комплексность этнических игр проявляется также в том, что в играх одновременно решаются воспитательные задачи, развитие физических свойств тела, наращивание потенциала здоровья.

В социальных играх можно увидеть принцип комплексности по следующим признакам – одновременно соблюдаются уважение **достоинства** каждого участника и реальное **равенство**, стирающее сословные, гендерные, возрастные различия, всеобщая, но раздельная **ответственность** в осуществлении действий, **демократизм** принятия решений.

Есть еще одно подтверждение принципа комплексности этнических игр, которое ускользает от внимания при поверхностном взгляде. Объясним это на примере тех этнических игр, которые развивают органы чувств.

Кыргызы придавали огромное значение содружественному гармоничному функционированию всех органов чувств. Поэтому для детей разработаны различные варианты игр с участием рецепторов распознавания запахов, сохранения равновесия, ощущения позы или движения в тех или иных группах мышц.

Рецепторная чувствительность и связь с движением доводятся до уровня функционирования главных доминирующих анализаторов - зрительного и слухового. Можно сказать, что детские пальчиковые игры, игры ашпы – ташпы «выравнивают» потоки информации из внешней среды в виде запахов с потоками от основных анализаторов – зрения и слуха.

Предметы окружающего мира воспринимаются по многоканальным путям поступления информации – сразу от всех рецепторов, т.е. комплексно. Комплексное поступление информации заставляет мозг работать более интенсивно и разнообразно. Это тренирует мозг и развивает память более эффективно. Содружественная комплексная работа органов чувств способствуют развитию интуиции.

Но когда дети приходят в школу, то в процессе обучения они опираются только на зрительной и слуховой пути поступления информации. По остроумному замечанию журналиста Дмитрук М.А. школьная подача знаний – полное отсутствие образной игровой

формы, поэтому «Очень мало кому удастся стать взрослым, не отупев». (Источник: Дмитрук М.А. – Вдохновение по заказу? Издательство «Знание», Москва, 1989г., - 46с.)

Почему комплексное многоканальное восприятие так важно? Вот что говорит об этом современная наука:

- многоканальное восприятие обеспечивает мгновенное запоминание в виде образов;
- в художественных образах действительность отражается во всем многообразии и противоречивости взаимосвязей между предметами и явлениями. Информацию, которая поступает комплексно, одновременно от всех органов чувств, почти не надо упорядочивать в сознании – она близка к естественному состоянию в природе, т.е. более правдива и адекватна природным механизмам;
- комплексное восприятие сигналов из внешней среды есть условие развития интуиции;
- развитая интуиция восстанавливает баланс сознания - гармонию разных мыслительных процессов – логики, интуиции, памяти;
- логический способ постижения истины очень энергозатратен и требует напряжения сил. Интуитивный способ мышления – энергоэкономичен и потому человек не испытывает напряжения и усталости;
- развитое образное мышление есть основа полета фантазии, воображения, которые предшествуют творчеству, креативности;
- логическое мышление в основном оперирует известными стереотипами. Интуитивное мышление – это свободный полет и дает подсказку для логического мышления. Без интуитивного образного мышления нет открытий, новых идей;
- многоканальный способ восприятия есть основа такого механизма работы мозга как “войти в образ”;
- комплексность этнических игр кыргызов есть принцип повышения эффективности конечного результата путем совместного содружественного участия всех звеньев системы, организма и сознания в первую очередь.

После научных открытий Нобелевских лауреатов Линды Бак (Linda Buck), Беттина Малник (Bettina Malnic) из Гарвардской медицинской школы, Джуно Хироно (Junzo Hirono) и Такааки Сато (Takaki Sato) из Японского научного центра. (Источник: Malnic B., Hirono J., Sato T., Buck L. – *Combinatorial receptor codes for odors. Cell, mar5; 95(5):713-23, 1999*) стало ясно, что запоминание запахов есть комбинаторный процесс всего головного мозга. Скажем проще, чтобы запомнить запахи, работают все отделы головного мозга. При этом каждый запах – это новая комбинация совершенно других отделов мозга. Значит, запах и память неотделимы друг от друга. Благодаря этому механизму около 1000 обонятельных рецепторов могут распознавать, различать и запоминать десятки тысяч разнообразных ароматов.

В обыденной жизни человек более 80% информации получает через зрение. А когда активно включаются другие органы чувств, запоминание идет сразу по нескольким каналам – это многократно увеличивает эффективность памяти.

Обратимся теперь к игре ашпы – ташпы, которую описал профессор Анаркулов Х.Ф. В этой игре включаются следующие органы чувств: слух, зрение, проприорецепторы мышц, обаяние, осязание. Идентификации предмета идет сразу по пяти рецепторам. Это пример многоканального восприятия. Опыты ученых показали, что при многоканальном восприятии запоминание происходит мгновенно, при этом вещь фиксируется целиком во всем многообразии признаков. Если приходится воспринимать информацию только через зрение, то запоминание происходит с трудом (например чтение книг, газет). Надо



искусственно вызвать у себя недостающие ощущения (запах, шершавость и т.д.). Этот механизм и воспроизводится в игре, описанной Анаркуловым Х.Ф.

### Доступность

Термин “доступность” означает реальную возможность индивидов или социальных групп населения участвовать в игре вне зависимости от социального статуса, уровня благосостояния и места проживания. Доступность имеет еще и юридическую составляющую – отсутствие дискриминации по полу, возрасту игроков, если эти признаки не оговорены в правилах игры.

Доступность этнических игр обеспечивается тем, что информацию о содержании и правилах игры можно получить практически от любого взрослого члена местной общины. Этнические игры не требуют сложного и специфического инвентаря. Как правило, это камешки, альчики, деревянные палки. Многие игры можно проводить в любом помещении (юрта, комната) или на открытой площадке.

Доступность игры – это отсутствие ограничений во времени проведения игр, таких как сезоны года, дни недели, время суток.

### Преемственность и универсальность

Система этнических игр охватывает все периоды жизни человека. Преемственность подразумевает координацию различных видов игр по следующим признакам:

- этнические игры используются в течении полного жизненного цикла человека;
- ранжирование игр по возрастам с постепенным усложнением правил и содержания;
- игры детей подготавливают ребенка ко взрослой жизни, игры взрослых подготавливают человека к старости .

Нарушение преемственности и непрерывности в системе этнических игр влечет за собой сбой в здоровье как отдельного человека, так и этноса в целом.

Универсальность этнических игр проявляется в том, что большинство этнических игр могут быть использованы в любом возрасте. Например: пальчиковые игры полезны в любом возрасте, так как в своей основе они тонизируют высшие центры головного мозга.

Подростковая игра “Үн жаңыртмай” развивает и поддерживает хорошую физиологическую функцию дыхательной системы. В синтоиских храмах Японии ежегодно проводятся аналогичные игры для стариков. Каждый пожилой мужчина должен как можно дольше кричать. Жюри оценивает продолжительность и громкость крика, приветствуются импровизации.

Почему этнические игры так привлекательны? Это происходит по нескольким причинам:

- игра дает свободу действий игрокам в рамках оговоренных правил;
- выявляются индивидуальные возможности игрока, непроявленные в монотонности будней;
- в игре проявляются неосознанные желания и действий играющих;

- утверждают достоинство и лидерские качества в командной игре;
- этнические игры освобождают энергию игроков, так как они построены в золотой пропорции и фракталах;
- эмоциональная поддержка окружения – социума;
- приобщение и встраивание в духовное наследие рода (предков).

Таким образом, национальные этнические игры есть составная часть культуры кыргызов, которые давно существуют, поэтому этнические игры также можно считать структурообразующим механизмом формирования этноса.

Этнические игры несут в себе наиболее значимую межпоколенную эстафету в виде главных духовных ценностей, особо нужных физических качеств, способа индивидуального и группового реагирования на быстро меняющуюся обстановку.



## 1.5 Особенности игр детей

В развитии поведения животных и человека на ранней стадии детства можно выделить три периода (К.Э. Фабри 1976):

- ориентировочная реакция,
- исследовательское поведение,
- игра.

### Игра у животных

У детенышей высших животных вся двигательная система к моменту рождения почти готова, в то время как система высших анализаторов еще не готова. Их движения или уже организованы к моменту рождения, или оформляются прежде, чем могут быть организованы условные рефлексы с высших воспринимающих органов или анализаторов, т.е. глаза или уха.

Детеныши высших животных манипулируют с вещью, создавая неповторимые и непосредственные вариации его положения. Движения детенышей – это быстрые реакции на быстро изменяющиеся ситуации. Происходит подобие игры – быстро меняются положения вещи – быстро меняются действия – тренировка реакции ориентировки детеныша. Центральное ядро этой деятельности – ориентировка в быстро и непрерывно меняющейся ситуации и управление на этой основе двигательными актами. Этот чисто ориентировочный рефлекс направлен на формирование высших анализаторов детенышей и отработку точности движений.

Высшие животные имеют чётко выраженный ювенальный период - детство, в течение которого проявляет игровое поведение. Характер игр у животных определяется видовыми особенностями и в значительной степени зависит от образа жизни, так как в играх проявляются и совершенствуются элементы поведенческого репертуара взрослых животных — отдельные формы пищедобывательного, брачного, социального и гнездостроительного поведения. К примеру, у лисят игра включает затаивание и прыжки — эти движения используются при охоте на мелких грызунов.

Часто наблюдаются игры с использованием предметов (манипуляционные игры). Такие игры наблюдаются у многих млекопитающих, но особенно развиты и сложны у обезьян. Игры позволяют обезьянам оттачивать тонкие движения под контролем кожной чувствительности и зрения. Порой обезьяны проводят долгое время на одном месте, манипулируя одним предметом, при этом их активность обычно направлена на разрушение самого предмета.

Совместное участие в игре нескольких особей выводит игру на качественно новый уровень. Общение животных в процессе совместной игры играет важную роль в формировании группового поведения. Обычно совместные игры включают борьбу и бег наперегонки, но могут включать манипуляции с различными предметами, в том числе борьбу за какой-либо предмет. Например, игры медвежат заключаются в беге наперегонки, затаивании, нападении друг на друга из засады и борьбе.

Детство высших животных есть период формирования психической регуляции поведения, т.е. ликвидация рассогласования между сформированностью основных двигательных систем и несформированностью высших анализаторных систем.

## Игры детей

Человеческий детеныш имеет ряд особенностей, которые не только отличают его от детенышей высших млекопитающих, но дают основание говорить о превосходстве его сознания.

Н.М. Щелованов при сравнительном изучении раннего онтогенеза установил, что «в самом ходе развития движений младенца с момента рождения отмечаются особенности, резко отличающие его от детенышей животных». Последовательность в развитии движений и воспринимающих органов у младенца человека иная, а именно: у младенца сначала оформляются высшие анализаторы, зрительный и слуховой, - вплоть до их кортикальных отделов – и только после этого начинают развиваться движения. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин, Даниил](http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин,_Даниил))

Уже на втором месяце у младенца начинает функционировать кора больших полушарий мозга, о чем свидетельствуют факты образования условных рефлексов со всех воспринимающих рецепторов, включая зрительный и слуховой. Но движения двухмесячного младенца еще крайне несовершенны.

Так как, согласно исследованиям Н.М.Щелованова, порядок развития двигательных и высших анализаторных систем у ребенка является принципиально иным, чем у животных, это дает основание предполагать, что причины и механизм возникновения игры у ребенка будут существенно иными (Эльконин Д.Б., 1978).

У детей дошкольного возраста игра является основной формой деятельности. Некоторые стихийные игры дошкольников имеют выраженное сходство с играми представителей животного мира, но даже такие простые игры, как догонялки, борьба и прятки в большой степени являются окультуренными. В играх дети подражают трудовой деятельности взрослых, принимают на себя различные социальные роли. Уже на этом этапе происходит дифференциация по половому признаку.

В играх проявляются индивидуальные и возрастные особенности детей. В возрасте 2-3 лет они начинают осваивать логически-образное представление действительности. Играя, дети начинают придавать предметам контекстуально-обусловленные воображаемые свойства, замещать ими реальные объекты (игры «понарошку»).

Дж. Сели (1901) выделил две особенности той формы игры, которая называется ролевой и занимает господствующее положение в дошкольном возрасте:

- во-первых, преобразование ребенком себя и окружающих предметов и переход в воображаемый мир;
- во-вторых, глубокая поглощенность созданием этого вымысла и жизнью в нем.

Остановимся еще раз на утверждении Дж.Сели, так как его точка зрения имеет ключевое значение сейчас, в XXI веке. Дети дошкольного возраста активно и самостоятельно формируют свой воображаемый мир. На языке информатики этот воображаемый мир и есть виртуальное пространство ребенка. Причем он поглощен созданием этого виртуального пространства и «жизнью в нем».



Ранее бытовало представление о том, что игра есть проявление живости и беззаботности фантазии, достигающей в раннем возрасте довольно высокого уровня развития. При этом воображение считали специфически человеческой чертой и что оно возникает раньше других из более элементарных способностей.

Выгодский Л.С. первым критиковал необоснованно утвердившееся мнение, что именно у детей воображение достигает высокого уровня развития и детство считается той порой, когда фантазия развита наиболее сильно. Однако научные факты показывают, что по мере «взросления» детей, по мере развития ребенка его воображение и сила его фантазии идут на убыль».

Дети могут из всего сделать все, говорил Гете, и эта нетребовательность, неприхотливость детской фантазии, которая уже несвободна у взрослого человека, принималась часто за свободу или богатство детского воображения. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин, Даниил](http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин,_Даниил))

Профессиональное изучение, предпринятое Элькониным Д.Б. еще в 1967 году, показало, что воображение у ребенка не богаче, но беднее, чем воображение взрослого человека. Более того, в процессе развития ребенка параллельно развивается и воображение, достигая своей зрелости только у взрослого человека.

В.Штерн был одним из первых, кто указал на «тесноту мира», в котором живет ребенок, как на причину возникновения игры, и на игру как на форму бегства из этого тесного мира. Другими словами, игра – это универсальный способ расширения границ взаимоотношения человека с окружающим природным миром и с окружающим социальным миром. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин, Даниил](http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин,_Даниил))

Игра детей – это конструирование виртуального пространства, жизнь в нем. Именно виртуальный мир ребенка дает ему нервные ощущения свободы, формирует его представления о себе как о человеке с высоким уровнем собственной значимости и достоинства. Свобода и достоинство ребенка, которое он приобретает в своем виртуальном мире, создают атмосферу креативности, из которой рождается высокая мечта.

Тогда мы можем сказать, что игры детей - это самоконструирование личности, это способ, с помощью которого дети вырабатывают отношения с природным, социальным и виртуальным миром.

#### Игры, развивающие социальное поведение

В дошкольном возрасте ребенок в игре одновременно упражняет свои физические качества, расширяет ориентировку в пространстве, усваивает социальный опыт, воспроизводя и творчески комбинируя явления окружающей жизни, моделирует будущее поведение и будущий результат. В этом возрасте игра дошкольника – это строительное и драматическое (в смысле социальных отношений) искусство ребенка.

Ролевая игра детей в качестве своего смыслового центра имеет социальные отношения между взрослыми или между ребенком и взрослым.

Расцвет ролевой игры приходится на возраст 4 – 10 лет.

В играх дошкольного возраста просматриваются сформированные этические принципы. По мнению Л.С.Выготского «Всякая игра с «мнимой» ситуацией есть вместе с тем игра с правилами. Правила в игре есть правила ребенка для самого себя». В этом периоде ребенок в игре сам устанавливает правила внутреннего самоограничения и самоопределения. В игре дошкольника все внутренние процессы сознания даны во внешнем действии игры.

С каждым членом семьи ребенок устанавливает дифференцированные отношения, вот эти отношения ребенок воссоздает в игре, а воссоздавая, выделяет. Тогда игра служит выяснением тех объективных отношений, в которых реально живет ребенок. По теории А.Адлера чувство слабости и несамостоятельности, болезненное ощущаемое ребенком в реальной жизни, он в игре не только воспроизводит, но и пытается изменить. В ролевой игре ребенок проявляет присущие ему индивидуальные качества и некоторые эмоциональные переживания. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин,\\_Даниил](http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин,_Даниил))

Для детей, особенно детей дошкольного возраста, игра есть основной вид деятельности. Замещение игровой формы деятельности на утилитарные, рационализированные, «полезные» виды деятельности в виде приобщения детей к труду взрослых имеют далеко идущие неблагоприятные последствия. Мы закрываем детям путь к развитию креативности. Как говорил Эйнштейн, - «теория строения атома ничто по сравнению со сложностью детских игр».

Сюжетные игры дошкольников начинаются с ролевых, в которых дети берут на себя активные роли – взрослого человека, животного, машины и т.д.

Сюжетные игры – это уже коллективные игры нескольких детей. Дети строят игровую ситуацию – особенную ситуацию и наличие предметного обрамления.

В ранних играх ребенка проявляются два уровня, расположенных один над другим. Нижний строится на «принципе удовольствия», другой мир – «принцип реальности». В нижнем уровне ребенок пока беспорядочно привлекает к себе и кристаллизует все, что связано с его потребностями и все, что способно удовлетворить эти потребности. Игры в раннем детстве – это попытка совмещения этих двух уровней. Это процесс длительный и постепенный. Динамику процесса можно проследить по степени усложнения одной и той же игры.

Французский психолог Ж. Шато указывает, что само стремление нижнего уровня – получения удовольствия – также претерпевает эволюцию: из чисто физического он переходит в моральное наслаждение: ребенок смог совместить желаемое и реальность, он овладел новым образцом поведения взрослых. Это есть самоутверждение ребенка, поэтому игра для ребенка серьезна. Шато утверждает, что всякая игра есть испытание воли, что игра есть школа волевого поведения, школа личности. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин,\\_Даниил](http://ru.wikipedia.org/wiki/Эльконин,_Даниил))

Игровую деятельность можно разложить на сумму отдельных способностей: восприятие-память-мышление-воображение. Можно даже вычислить с известной степенью приближения удельный вес каждого из этих процессов на различных этапах развития той или иной формы игры.

Таким образом, по большей части игра детей (на всех этапах детского возраста) преследует две главные цели – самоутверждение и социализация во взрослую жизнь. Самими детьми эти цели не осознаются. Они идут на уровне подсознания.



Особенности игр детей:

- игра в тесном партнерстве с другим ребенком или несколькими детьми;
- четкое распределение ролей и неукоснительное выполнение правил;
- планомерное развитие сюжета;
- переход от отражения личной жизни и ближайшего окружения к событиям общественной жизни;
- осуществляются без инициирования или участия взрослых;
- творчество преобразует предметы, место и время. Ведущим в игре становится замысел, сюжет;
- игра не зависит от наличия игрушек или подручных средств;
- игры детей не преследует какую-либо практическую цель. Самодостаточность игры в процессе игры.

### Этнические игры детей

Обратимся к той стороне игр, которые, на наш взгляд, более всего присущи этническим играм кыргызов, предназначенных для детей.

Все разнообразие игровой деятельности детей можно условно разделить на следующие типы:

- развивающие органы чувств, физические и физиологические системы организма;
- развивающие индивидуальное сознание в виде логического и интуитивного мышления, а также памяти;
- развивающие социальное поведение. Этнические игры, развивающие социальное поведение детей, полностью соответствуют закономерностям, которые присущи всем играм социального плана, описанным в литературе.

Дадим краткую характеристику первым двум типам этнических игр для детей.

#### Игры, развивающие органы чувств

Как уже упоминалось, к моменту рождения здорового ребенка его высшие анализаторы – зрение и слух – уже сформированы. Однако у ребенка есть еще анализаторы от других рецепторов – обоняния, вкуса, тактильные. Общее, что объединяет эти анализаторы – их несовершенная связь с движением.

Этнические игры для детей направлены на развитие самих чувствительных анализаторов и на соединение чувствительных анализаторов с двигательными реакциями. Приведем несколько примеров.

Для самых маленьких детей кыргызы практиковали игру «буудай куур, тару куур». В этой игре мама или другой человек пальцем своей руки водили по открытой ладонке ребенка, приговаривая «буудай куур, тару куур». По существу производились раздражение тактильных и температурных рецепторов ладонки, до появления рефлекса сжатия пальцев ребенка.

Как известно, рука человека – самая совершенная часть тела. На ладони кисти располагается множество тактильных и температурных рецепторов. Еще Авиценна дал описание топографии расположения тактильных рецепторов кисти руки – по нарастанию

чувствительности (количество рецепторов на единицу поверхности) идет: ладонь → нижние фаланги пальцев, средние фаланги → ногтевые фаланги.

Вот так об этом написал Авиценна: «самой уравновешенной является кожа указательного пальца, а на указательном пальце самой уравновешенной является кожа ногтевого сустава. Поэтому именно кожа ногтевого сустава указательного пальца, а также и других пальцев, почти всегда судит в силу своего естества, о величине осязаемых вещей». (Источник: Абу Али ибн Сино Авиценна – Канон врачебной науки том I Ташкент, издательство медицинской литературы им. Абу Али ибн Сина, «О натуре» - стр. 34-41 1996-542с.)

Кончики пальцев – самые чувствительные зоны. Экстрасенсы утверждают, что у некоторых людей от концевых фалангов пальцев видно свечение.

Нейрофизиологами давно установлено, что в двигательных центрах головного мозга наибольшим количеством нервных клеток представлены пальцы рук, губы и гортань. И, наоборот, наименьшее представительство у самых крупных мышц конечностей и корпуса. Канадский нейрофизиолог У.Генфильд изобразил на картине такое соотношение представленности мелких и крупных мышц: его “гомункулус” имел огромное лицо и кисти рук, но крохотное тело и ножки.

Постоянное движение пальцев рук, например, игра на музыкальных инструментах, перебирание четков (бусинок), вышивание, вязание и другие мелкие движения пальцев весьма эффективно тонизируют центры головного мозга и способствует освобождению энергии для умственной работы мозга.

Кыргызы разработали целую систему игр для детей, связанную с повышением чувствительности пальцев не только кисти рук, но и пальцев стопы. Игры буюмду кармап тану, буюмду колуна коюп тану, топ таш, бут менен ташты алыстыка ыргытуу - это игры на развитие осязания кисти руки и стопы.

Затем идут игры на соединение чувствительности с двигательной реакцией и закрепление в памяти новых стереотипов: ачакей-жумакей, чакман-таш, чаташтырып кыймылдатуу, колду кайчылаштырып кармоо и другие.

Наши органы чувств имеют разный эволюционный возраст. Среди дистантных органов чувств (т.е. улавливающих сигнал на расстоянии от тела) самым древним является обоняние, т.е. способность распознавать запахи. Биологи уверены, чем эволюционно старше функция, тем она стабильней и надежней.

Запах – это язык общения, а общение – это обмен информацией. Язык – это система средств и способов общения.

Запах может иметь сложный состав или быть представлен одним элементом, чаще всего сложным органическим соединением.

Вот какую информацию несут запахи:

- определяют индивидуальность, самоидентификацию через свой характерный запах;
  - принадлежность носителя запаха к определенному виду, полу и семейным связям.
- Поэтому запах видоспецифичен, совершенно четко указывает на половую принадлежность и помогает отличить родственника от чужака, знакомого от незнакомца. В основе этой информации лежат различия на уровне одного гена;



- язык запаха фиксируется в долговременной памяти с помощью импринтинга и определяет тип поведенческой реакции. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Лоренц\\_Конрад](http://ru.wikipedia.org/wiki/Лоренц_Конрад)). Биологи считают, что поиск партнеров по размножению происходит на основе тех запахов, которые остались в раннем детстве, на основе импринтинговых механизмов. Не в этом ли секрет успешности внутриэтнических браков?;
- язык запаха лежит в основе стойких поведенческих реакций “мать-детя”, “хищник-добыча”;
- запах — это сигнал страха, опасности, который приобретается опытным путем. Благодаря этим запахам в зверином сообществе устанавливается социальная иерархия, а звериное сообщество в целом получает сигнал о грозящей опасности от своего сородича.

Специальные опыты показали, что в повседневной жизни человек практически не использует запахи в системе общения. Но четко выверенные исследования показали, что потенциальные возможности человека к общению с помощью обонятельных сигналов довольно велики, причем многие люди даже не подозревают о своих возможностях. (Источник: Соклов В.Е., Котенкова Е.В. — *Язык запахов*. Издательство “Знание”, Москва, 1985г., -62с.)

Запах — это химический код млекопитающих. Если запах представлен одним веществом, то он чаще всего вызывает наиболее стереотипную форму поведения, такую как половую или защитную, которые идут по типу “стимул-реакция”.

Сложные запахи, состоящих из нескольких элементарных веществ, могут давать самые различные поведенческие реакции в зависимости от видовой, половой принадлежности, возраста, физиологического и эмоционального состояния, жизненного и социального опыта и многого другого.

Язык запахов — это эволюционно наработанный и закрепленный в долговременной памяти способ общения человека с природой, искусственными объектами и себе подобными.

Язык запахов — это один из механизмов подсознания и интуиции.

Кыргызы догадывались о роли запахов в жизни человека и разработали системы игр для детей с целью развить системы языка запахов.

Интересна игра для детей младшего возраста аш пы таш бы. Она упоминается в трудах профессора Анаркулова Х.З., но в ходе полевых исследований Мусалиева К. нашла два других варианта этой игры.

В первом варианте игры “аш пы таш бы” ребенку показывают два или более предмета, один из которых съедобный. Ребенка просят потрогать каждый предмет, и запомнить его по ощущениям пальцами рук (шершавость, вес и т.д.). Потом показывают как надо понюхать предметы. Затем ребенка просят назвать каждый предмет и определить, это еда или несъедобный предмет. После этого ребенка просят закрыть глаза и в руки ему дают поочередно предметы. Основываясь только на своих ощущениях — тактильных и обонятельных, ребенок должен разложить предметы в две группы аш и таш.

Второй вариант игры “аш бы таш бы” предназначен для детей дошкольного и младшего школьного возрастов. Ход игры такой же, но набор предметов другой — это предметы из трудовой деятельности и окружающих бытовых вещей.

Вторым из дистантных анализаторов, стоящим в эволюционном ряду, является способность улавливать звук.

Звук – это колебания молекул, из которых состоит упругая среда, распространяющихся в виде продольной волны давления. Волны давления распространяются в воздухе со скоростью примерно 335 м/сек. Звук или волны давления характеризуются амплитудой, силой и частотой.

У позвоночных сформировался специализированный анатомический орган, состоящий из наружного, среднего и внутреннего уха. В эту систему входят 30-40 тысяч афферентных нервных клеток спирального ганглия и высшие нервные центры головного мозга. *(Источник: Физиология человека. Т.2 Органы чувств, М. "Мир", 1985 г., с.154-191)*

Основное назначение органа слуха – установление свойств источника звука. Современные нейрофизиологические исследования показали, что звуковая информация обрабатывается мозгом человека на порядок быстрее, чем зрительная информация. Речь идет о миллионных долях секунды.

Второе важнейшее назначение слуховой системы человека – слуховая ориентация в пространстве. Эта функция осуществляется благодаря бинауральному слуху и тончайшей обработке информации высшими слуховыми центрами, расположенными в различных отделах головного мозга. Нейроны головного мозга улавливают различия во времени проведения и интенсивности звуковых сигналов, поступающих из правого и левого уха.

Этнические игры, развивающие слух, рассказал нам аксакал Акматов Жунуш из с.Өргөчөр Жети-Огузского района Иссык-Кульской области.

### **Үнүнөн таану (узнавание по голосу)**

Группа детей выбирает водящего. Водящий становится спиной к детям. Каждый ребенок произносит громко одно и то же слово: «тур», или «адам», и т.д. Водящий называет имя ребенка.

Усложнение игры:

- уменьшение количества слов, или произношение только буквы;
- одновременно произносить одно и то же слово двумя или тремя детьми;
- изменение расположения детей в пространстве при произношении слов.

По мере взросления детей начинаются игры по совершенствованию зрительного анализатора – это все игры для развития глазомера, т.е. игры на меткость. В качестве ударного предмета могут быть альчики, плоские камни, палочки определенного размера и др. Например: Ордо, Үч тапан, чакан тап, чикит.

Необходимость развития цветового зрения поддерживалась такими играми, как он тануу. Детям предлагалось найти камни (цветы, листья) одного цвета. Дети находят все оттенки одного цвета и выстраивают их в “цветовую шкалу” по интенсивности окраски. В усложненном варианте цветных игр детям предлагалось сделать узоры, построить одноцветные или многоцветные кубики или города-крепости.



Если смотреть на определенную точку или предмет перед собой, то кроме него можно увидеть все, что окружает этот предмет – эта способность глаза называется периферическим зрением.

Периферическое зрение осуществляется преимущественно палочковым аппаратом сетчатки глаза.

Границы поля зрения, в пределах которого можно одновременно воспринять два предмета, для бинокулярного зрения составляет 120°. Поле зрения характеризуется более низкой остротой зрения по сравнению с центральным. Наибольшая чувствительность поля зрения к белому цвету.

Считается, что периферическое зрение выполняет следующие функции:

- восприятие высокого рода движения;
- ориентация в пространстве;
- сумеречное зрение.

Исследования последних лет показали, что периферическое зрение выполняют еще одну функцию – импринтирование окружающего мира в течение всей жизни человека. Где хранится эта информация? Информация, запечатленная периферическим зрением, сразу уходит в подсознание, обеспечивая таким образом информационную базу интуиции.

Какие игры обеспечивали развитие периферического зрения? Их несколько:

**Ак чөлмөк** - традиционная игра молодежи, которая играется ночью или в сумерках.

### **Бир көрүп билүү**

Эта игра предлагалась детям, но ее можно практиковать в любом возрасте. Количество игроков – 10-15 человек. Выбирается водящий, который удаляется из помещения. Когда водящий входит в помещение, дети перемещаются в комнате беспорядочно. Водящий на счет 1-2-3 выходит из помещения и должен назвать точное количество детей в комнате.

Усложнение:

- увеличить или уменьшить количество детей, участвующих в игре;
- вместо детей узнавать предметы и их расположение в пространстве;
- несколько затемнить комнату, где проходит игра.

Аксакал Акматов Ж. (1927 г.р.) уточнил, что его отец как бы «осовременил» игру Бир көрүп билүү. В старину мальчиков 7-10 лет заводили стойло или загон, где стояли, двигались овцы, козы, коровы и другие домашние животные. Детям не давали никаких указаний, они просто сопровождали взрослого. Когда покидали загон, взрослый спрашивал: “Сколько баранов было в загоне?”. Выигрывал тот, кто правильно называл количество животных в загоне. Многократные упражнения подобного рода развивали у ребенка навыки извлечения из подсознания необходимой информации.

Ориентация в пространстве обеспечивается не только зрительным анализатором – бинокулярным зрением, стереофоническими звуковыми анализаторами, но и вестибулярным аппаратом. Есть удивительная игра Айланмай. Суть этой игры – кружение

вокруг своей оси с последующим прохождением по прямой. В этой игре устанавливаются глубинные нейрофизиологические связи между вестибулярным аппаратом и проприорецепторами мышц туловища и конечностей. Именно эта игра становится основой джигитировки молодых людей на лошади. Благодаря этой и подобной этой игре и другим упражнениям наездники кыргызы записаны в книгу рекордов Гиннеса как лучшие наездники среди других этносов мира.

Развитию вестибулярного аппарата способствуют игры “качели”, предназначенные для детей, юношества и взрослых - селькичек, омпо-чомпо, алты бакан.

Интересно, что в корейской традиционной медицине упражнение “качели” используются для реабилитации и восстановления физического и ментального здоровья пожилых людей. Качели устанавливаются на вершине высоких деревьев. Высота качели – 10-12 метров, а амплитуда раскачивания постепенно увеличивается до 180°. (Наблюдения в пансионате “Боз-бешик”, который был отдан в аренду южным корейцам). По-видимому, “американские горки” есть разновидность “качелей” технически облагороженных и коммерциализированных в городской среде.

#### Игры, развивающие индивидуальное сознание

#### *Игры, развивающие речь*

Все игры, развивающие речь, также ранжированы по возрасту. Самая ранняя игра – ачакей-жумакей. В этой игре ребенок учится запоминать названия пальцев руки и осуществлять движения того пальца, которое называет взрослый или партнер по игре.

Целая серия игр скороговорок – жаңылмач, бат айтуу. Скороговорки - это универсальный инструмент, которым пользуются и взрослые. Скороговорки учат актеры, скороговорки учат певцы. Скороговорки учат все, чья деятельность связана с публичными выступлениями. Если вы хотите продвигать свои идеи (ведь вы хотите их продвигать?), то вам нужно иметь четкую, богатую речь. В любой момент может подвернуться возможность выступить публично, и навык четко произносить слова вам пригодится. Перед лекциями тоже неплохо “проскороговориться”, особенно если это первая пара.

#### *Примеры скороговорок*

*на русском языке*

- Бык тупогуб, тупогубенький бычок, у быка бела гула была тупа.
- Стоял поп на копне, колпак на попе, копна под попом, поп под колпаком.
- Кукушка кукушонку купила копошон, как в копошенке кукушонок смешон.
- На мели мы лениво налима ловили, для меня Вы ловили линия, о любви не меня ли Вы мило молили и в туманы лимана манили меня?
- Сушите Ваше суши не в море, а на суше, тогда и Ваше суши намного будет суше.

*на кыргызском языке*

- Бек тоо бекем тоо  
Бер жагы бермет зоо  
Берметтин берери бекер го
- Кулаалы деген куш имиш,  
Аны томоголомок кыйын иш имиш.
- Жаш кайышты токмоктошпойсуздарбы?



Жаш буркутту томоголошпойсуздарбы?

- Асманда эки айры куйрук:  
Бири ак кыска айры куйрук,  
Бири кара кыска айры куйрук.  
Ак кыска куйруктуу айры куйрук  
Кара кыска айры куйруктун жолун тосот.  
Кара кыска куйруктуу айры куйрук  
Ак кыска айры куйруктун жолун тосот.
- Жылкы жыйырмага чыкпай картаябы,  
Картайган жылкынын суугу аркаярбы?  
Картайган карташ жылкыны  
Картайган киши кайтарарбы?

Затем, когда дети достигают возраста 5-7 лет, начинаются более сложные игры – баш тамгасын бирдей айтуу, улап айтуу. Девочки-подростки из соседних айылов организовывали состязания в виде айтыш, акыя.

Если на начальном этапе в играх, развивающих речь, достигалось правильное произношение слов, затем достраивание слова по начальным буквам, то в играх айтыш и акыя ценились рифмование, емкость выражений и благозвучие произношения. Развитие речи идет одновременно с развитием сознания.

Сознание человека формируется на основе трех тесно взаимоувязанных процессов - памяти, интеллекта и интуиции. Каждый из этих процессов имеет свои специфические механизмы развития. Все три составные части сознания должны быть хорошо соединены друг с другом. Ослабление одного процесса значительно снижает качество сознания в целом. Заучивание скороговорок, стихов, песен, сказок и т.д. – это все механизмы тренировки памяти.

Вопросы детей – вопросы логического интеллектуального характера. Взрослые должны весьма серьезно отвечать на вопросы детей. Объединение причинно-следственных связей – это механизмы развития логического мышления или интеллекта. К интеллектуальным играм детей можно отнести тогуз коргол, чатыра таш, киште.

Кыргызы разработали, апробировали на практике и внедрили в культурную эстафету поколений также игры, развивающие интуицию. Это уникальные игры, научная основа которых подтверждается современной нейрофизиологией и квантовой физикой. Остановимся на них подробнее.

**Игра «Оюмду тап».** Два подростка становятся друг против друга и смотрят в глаза друг друга. Один из них произносит: «Оюмду тап». Произносящий эти слова ведущий, начинает о чем-либо думать, концентрируя на этом все свое внимание. Молча глядя в глаза друг другу, второй ребенок старается уловить мысль водящего. Условия игры: оба молчат, не выражают эмоции, не меняют положения тела, т.е. не дают никаких подсказок. Оба игрока предельно концентрированы – водящий на своей мысли, отгадывающий - на процессе улавливания мысли водящего. После некоторого числа повторений подростки могут легко отгадывать мысли друг друга. Главное – установить первоначальный контакт. В игре «Оюмду тап» - это контакт глазами. Контакт – это добровольное желание обоих игроков, открытость сознания обоих игроков. Если один из игроков не хочет контакта или не умеет концентрировать свое внимание на одной мысли, игра невозможна. В игре «Оюмду тап» важен фактор времени – не более 4-5 секунд. Исследования последних лет показывает, что рядовой взрослый может удержать мысль только в течение 6-9 секунд. Выйти за пределы

временного лимита 6-9 секунд можно. Умение концентрироваться на одной мысли достигается многочасовыми, многолетними тренировками. Если это достигается, то сознание человека приобретает совершенно новые уникальные качества.

В детстве умение читать чужие мысли достигает довольно легко. Это умение остается на всю жизнь и это умение можно развивать.

Вольф Мессинг в своих воспоминаниях писал, что он напрямую улавливает чужие мысли, даже если не видит и не слышит «индуктора». Крис Барри в 2011 году демонстрировал такие же способности. (Источник: <http://my-hit.ru/star/68653>). Люди, способные читать мысли других, указывают, что с партнером следует установить доверительные отношения, завоевать расположение партнера. Это умение облегчает социализацию и ускоряет командную работу.

**Игра «Ордумду тап».** Группа подростков становится в круг. Водящий, стоит в центре круга с завязанными глазами. Его несколько раз поворачивают вокруг своей оси. Остановившись, водящий должен сказать, кто стоит напротив, сзади, справа и слева от него. Условия игры – абсолютная тишина и отсутствие таких подсказок, таких как запахи, движения и т.д.

По мере развития интуиции игра может усложняться – круг становится шире, или дети просто прячутся. Не сходя с места, водящий должен определить местонахождение каждого игрока и назвать его имя.

**Игра «Оюнчугумду тап»** – это нахождение игрушки одного из игроков, которая заранее прячется. Все игроки знают место укрытия игрушки, водящий должен без подсказок найти это предмет.

Варианты этих игр могут быть разными, на всех их объединяет одно – развитие способности передачи мысли на расстояние – телепатия. Телепатия научно подтверждена, хотя природа этого явления еще не установлена.

### **Игра «Войти в образ»**

В игры сознания детей кыргызы ввели еще один механизм развития интуиции. Мы дали этому механизму название «войти в образ», или как его называют в педагогической литературе – игры подражания. Это целая группа игр, когда детям предлагается изобразить сначала какое нибудь животное, затем растение и наконец предмет неживой природы – солнце, луну, гору, реку и т.д. Детям также предлагают изобразить разного рода эмоции. Предлагая изобразить один и тот же предмет много раз, взрослые или сами дети должны видеть прогресс – все более точное копирование сначала внешних признаков (поза, поведение), а потом и более глубокое вхождение в образ. Ребенок должен войти в образ так, чтобы окружающие могли безошибочно узнать предмет изображения. Пример игры вхождения в образ – канымдат.

Группа детей может разыгрывать целые спектакли, изображая различные предметы, и при этом не прибегает к словесным объяснениям.

На умении вхождения в образ основан новый метод исследования – синектика. Инженеры и конструкторы технических сооружений привлекают людей, обладающих развитой способностью вхождения в образ, и предлагают им почувствовать себя техническим предметом – машиной, зданием или просто шестеренкой в станке. Этот предмет придуман



конструктором, воплощен в материале инженером. Приглашенный человек «входит в образ» этого предмета и к великому изумлению конструкторов и инженеров, основываясь только на своих внутренних ощущениях, дает им подсказки о совершенных сторонах и слабостях этого изобретения. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Метод\\_синектики](http://ru.wikipedia.org/wiki/Метод_синектики))

Синектика – это пример из техники. Приведем пример из медицины. На чем основан феномен самовосстановления и самоизлечения от тяжелейших недугов? Ответ прост – на игре «войти в образ». Больной человек вспоминает свое состояние здоровья и входит в этот образ. Постепенно образ здоровья запускает механизмы раскрытия резервных возможностей организма, и патологические процессы начинают слабеть. Болезнь постепенно «уходит». Процесс вхождения в образ должен повторяться настойчиво изо дня в день. По наблюдениям клиницистов, даже такие неизлечимые состояния как перелом позвоночника в шейном отделе, полный паралич, рак внутренних органов и другие постепенно сходят на нет в течение 3-4 месяцев. Но что бы это случилось, нужно ясное сознание и воля играть в свою собственную игру – “войти в образ”.

Умение входить в образ – это прием спортсменов высокого класса. Прыжок в высоту - это образ птицы, перелетающей перекладину, образ тигра, змеи, обезьяны, тростника и другое есть суть восточных единоборств.

Игры подражания – это лишь начальный этап игр вхождения в образ. Умело поставленные игры вхождения в образ становятся фундаментом игры воображения и креативности взрослого человека. Умение играть и “войти в образ” – это раскрепощение резервных возможностей организма, которые которые помогают сохранить здоровье и высокую работоспособность на протяжении всей жизни.

### Игра «Каймана айтуу»

Есть еще одна группа детских игр, развивающих интуицию. Это так называемые **словесные игры – иносказания**, Каймана айтуу. Это может быть игра командная и только двоих. Суть игры такая: смысл какого либо сообщения передается через пословицы, поговорки, изречения из сказок, стихов и т.д. Другая сторона должна отгадать, о чем было сообщение. Игры – иносказания основываются на эрудиции и умении анализировать. Эрудиция – это, прежде всего, совершенная память, а анализ – это логическое мышление, но целостное восприятие словесных иносказаний достигается только интуитивной частью сознания.

Игры иносказания детей становятся основой деловых игр взрослых и переходят в своем развитии в Улуу Сөз мудрых.

**Детское творчество** – деятельность детей, в процессе которой развиваются интеллект, интуиция и эмоциональная сфера психики.

Любая игра – это прежде всего умственное развитие. По мере умственного развития ребенка возрастают сложность и разнообразие игр. Интересно, что показатель умственного развития ребенка в игре – это нарастающий элемент творчества. Относительно простая игра «Поймай меня» будут усложняться самыми разнообразными способами:

- поймай, догони меня одного;
- поймай меня, если у меня есть «домик» - надежное укрытие, границы которого ты не можешь переступить;

- поймай нас двоих, троих, и т.д.;
- поймай, если ты ловец «на одной ноге», и т.д.

По существу творчество детей - это преодоление рутины окружающей реальной жизни и формирование новых предметов, новых ролей, новых ситуаций.

Детское творчество – это проектирование будущего, это основа творческого потенциала нового поколения.

Давно замечено, что открытия взрослых в науке, технике имеют свои истоки в воображении детства.

Вопросы детей «Что?», «Зачем?», «Почему?», «Как?» - это ключевые этапы любого творчества детей. Они отражают четыре основных этапа творчества взрослых:

- постановка технической задачи;
- сбор и изучение нужной информации;
- поиск конкретного решения задачи;
- материальное осуществление творческого замысла.

Детское творчество, как и любое творчество взрослых, может быть разделено по сферам деятельности:

- *техническое*, направленное на развитие технического мышления, изобретательских склонностей и умения обращаться с техническими предметами;
- *художественное* - проявляется в виде импровизаций – рассказы, стихи, мелодии, танцевальные движения, новые игры и т.д. У детей рано проявляется интерес к культуре, предметам искусства. Импровизация – это ранний признак художественного творчества. Импровизация может проявляться в игре словосочетаний, изображения окружающих предметов в рисунке, конструктивно-пластических формах, и т.д. Музыкальное творчество детей формируется на основе знакомства с национальными музыкальными традициями. В связи с широким распространением технических средств все большее количество детей увлекаются фото- и кинотворчеством. Деятели культуры и детские психологи настойчиво их поддерживают, одаренные и талантливые дети особенно нуждаются в партнерстве со взрослыми.

Роль взрослых в детском творчестве – расширение кругозора путем передачи качественных новых знаний и эмоциональная поддержка детей. Нобелевские лауреаты конца XX и начала XXI века настоятельно призывают научную и творческую элиту своих стран создавать базу, поддерживать и учить детей красиво мечтать.

При поддержке взрослых, особенно специалистов производства, старшеклассники способны выполнять серьезные творческие работы, выполнять работы исследовательского и рационализаторского характера.

В заключении следует подчеркнуть следующее:

- в этнических играх для детей достаточно представлены так называемые «пальчиковые игры» кистей рук и стопы – основной механизм начального развития головного мозга;
- этнические игры кыргызов, предназначенные для детей, представляют собой стройную, самодостаточную систему;



- любая игра в этой системе выполняет три основные педагогические функции – развитие физических качеств, воспитание и оздоровление;
- особенностью этнических игр кыргызов для детей является большая доля игр на развитие сознания, особенно интуиции путем повышения чувствительности всех органов чувств.

## 1.6. Почему мало играют взрослые?

Этнографический анализ игр прошлых лет показал, что взрослых игр практически не было. В обзоре Эльконина Д.Б. отмечается, что, согласно этнографическому анализу исследователей XIX и начала XX веков, взрослые почти не играют. Этнографические наблюдения касались тех сообществ, которые сохранили свой первобытный уклад жизни, достигнув гармонии с окружающей природной средой. В этих сообществах дети тоже мало играют. В возрасте 10 лет они постигают все премудрости взрослой жизни, строят себе нехитрое убежище – дом, и начинают жить самостоятельно. Мальчики 10 лет становятся полноправными членами сообщества взрослых.

Однако обзор Хейзинги (1992г.) показывает, что во все времена и во всех развивающихся культурах взрослые играли также успешно, как и дети.

Игры взрослых - это не только усложнение детских игр, но и смена средств, партнеров и объектов. Игра взрослых – это реализация потребности в красоте и гармонизации жизни. Сила и здоровье – это красота тела, сметливость, проницательность - это красота ума, щедрость, мудрость – это красота духа. Красота – это совершенствование самого себя и своей группы, это получение доказательств от других того, что что-то хорошо сделано, это похвала, почести, признание превосходства. Но, чтобы показать себя первым, лучшим среди других, нужно соперничество, состязание, игра высокого уровня.

Любой взрослый стремится к самосовершенству тела, ума и духа, обобщая их понятием чести. Человек чести получает удовлетворение, когда его признают люди разумные, равные ему по опыту и знаниям. Следует подчеркнуть замечание Йохана Хейзинги (1992), что эпос питает интерес не к военным действиям как таковым, но к превосходству особых героев. На их примерах новые поколения учатся приготовлению себя к благородной жизни. Из приготовления себя к благородной жизни вырастает воспитание себя для жизни в государстве и для государства.

Игры взрослых - это деятельность, в которой воссоздаются социальные отношения между людьми, людьми и природой вне условий конкретной утилитарной деятельности.

### **Игры взрослых в исторической перспективе**

Среди игр взрослых следует остановиться на игровых состязаниях речевого толка. Здесь различают две формы - игры словесного состязания в поношении и, наоборот, состязания в учтивости.

*Состязания в учтивости* – это демонстрация благородства манер, безукоризненное выполнение обрядов, ритуалов. Помимо учтивых слов, красоты и утонченности построения хвалебных предложений, соревнующиеся демонстрируют, т.е. церемониально действуют, принимая гостей, оказывая им почести. Состязание в похвальбе – это гармонизация множества языков общения - речи, языка жестов, языка запахов, цветовой символики.

*Состязание в поношении*, наоборот, в игровой форме дразнить или унижать противника. Этот вид игрового состязания на деле есть демонстрация своего превосходства, своей исключительности над другими. Состязание в поношении - это в основном групповая игра. Две группы выставляют своих ораторов, тех, кто лучше всех могли говорить от имени группы. Социальная роль игр поношения – снятие социального напряжения между группами в игровой ситуации. Результатом хорошо организованных состязаний в



поношении было примирение и получение нового жизненного импульса для каждой из групп.

Состязание в поношении широко практиковали в античности и средневековые арабы, греки, древние германцы. Это подтверждают предания, эпосы, записи философов.

Следует обратить внимание на тот факт, что народы, практиковавшие состязания в поношении и учтивости, как в способе демонстрации групповой чести, создали еще одну игру – демонстрацию, получившую название потлатч.

*Потлатч* – это торжественный праздник всего племени или общины, на котором одна из двух групп с чрезвычайной пышностью и всевозможными церемониями раздаривает самые щедрые дары другой группе, не преследуя никакой цели, кроме как доказать этим свое превосходство. Ответное действие другой стороны заключается в том, что она обязана в течение какого-то времени также устроить праздник и, насколько это возможно, превзойти соперников. Потлатч – это особая форма праздника раздаривания. Она определяет общественный уровень жизни людей. Поводом для потлатча служат рождение, брак, инициация мальчиков, культовые обряды туле, правовые обычаи, смерть, установка надгробного знака и т.д. Хотя праздничными атрибутами являются песни, пляски, состязания в воинском искусстве, даже иногда карнавальные действия, все же главным остается раздача подарков. Устроитель праздника расточает при этом имущество всего клана. Если должник оказывается несостоятельным, то не только одна персона, но и весь клан теряют честь, свое имя, гражданские и религиозные права.

Щедрое дарение и сопровождающая его потеря имущества – суть потлатча. Соревнование в этой игре практиковались по всему миру у всех народов во все времена. Этот факт заставляет искать глубинные корни потлатча. Дж.У. Локер, а вслед за ним и Й.Хейзинга считают, что потлатч – это не только механизм индивидуального самоутверждения, пусть даже в игровой форме, но механизм в высокой степени групповой чести. Сообщество, которое через своих отдельных представителей может себе позволить потлатч, демонстрирует дружеские чувства и доверие к другим, делает вызов и показывает пример вечного самовозвышения через показное безразличие ко всем материальным ценностям. Это «атмосфера сообщества, где непосредственно властвуют изначальные побуждения и глубинные страсти, которые в цивилизованном обществе встречаются не иначе как возрастные порывы юношеского периода» (Й.Хейзинга, 1993). Мыслители XX века, делая анализ современных проявлений потлатча, приходят к выводу: «первична здесь игра всего общества ради возвышения коллективной или индивидуальной личности. Это серьезная игра, пагубная игра, порою кровавая игра, священная игра, и все же это игра». Марсель Мосс говорит: «Потлатч на самом деле и игра, и испытание». В прекрасном обзоре Й.Хейзинга приводятся исторические факты и современные проявления потлатча. Игра, или ритуал раздаривания, бытующий по всей Земле, всегда происходит в атмосфере взаимных обязательств, доверия, дружеского расположения и гостеприимства, благородного поведения, щедрости, чести и славы. (Источник: Петросян Л.А. учебное пособие «Теория игр» издательство «Высшая школа», М, 1998 г. )

Шиллер и Кант первыми связали эстетику с играми. В дальнейшем было установлено, что любая деятельность человека приобретает структуру игры, если она приобретает эстетическую ценность. Говоря проще, любую деятельность можно превратить в игру, если в нее добавить эстетическую привлекательность. Об этом образно говорил К.Маркс – превращение труда в «игру физических и интеллектуальных сил» человека. Тогда труд рождает бескорыстное удовольствие от самого его процесса. Бескорыстное удовольствие от процесса – это и есть основное свойство игры.

Склонность и способность взрослого человека облекать в формы игрового поведения все стороны своей жизни выступает подтверждением ценности его природного достояния – креативности. Креативность - не только индивидуальное качество, но потенциал человеческого сообщества. Культура – это результат высокой креативности человеческого сообщества.

### **Деловые игры взрослых конца XX и начала XXI века**

Те человеческие сообщества, которые одержимы стремлением преобразовать окружающую природную и социальную среду, начинают использовать все более сложные технические средства производства и все быстрее изменять социальную структуру своих сообществ.

Научно-технический прогресс с середины XX века послужил предпосылками того, что и природная и социальная среда обитания человека стали быстро меняться. Привычный неспешный и достаточно несложный процесс жизни, унаследованный от предыдущих поколений, начал «бомбардироваться» огромным потоком информации, доступной для всех.

Скопление информации в виртуальном пространстве человека требовало анализа, сортировки и выделения приоритетов. У взрослых возрастал интерес к играм.

Для человека взрослого и наделенного чувством ответственности игра - это то, без чего он мог бы и обойтись. Игра для взрослого не бывает вызвана физической необходимостью и тем более моральной обязанностью. И, тем не менее, если игра избыточна и свободна по своей сути, то это означает, что игра и есть сама свобода. Игра украшает жизнь не только индивидов, но и общества в целом. Игра, как знаковое качество общества, поднимает общество в сферу более возвышенную, нежели строго биологическая сфера: пропитание – самозащита – продолжение рода. Конечные цели, которым служат игры, лежат вне сферы материального интереса или индивидуального удовлетворения насущных потребностей.

Огромный поток информации, быстро меняющееся социальное и природное окружение являются той фундаментальной основой, которая побуждает взрослых XXI века снова обратиться к игре.

Беспрецедентные успехи точных наук, новейшие технические средства и процессы глобализации поставили современные сообщества перед альтернативой выбора будущего для всего человечества. Игры взрослых XXI века - это игры принятия ответственного решения планетарного и космического масштабов.

Для решения задач такого уровня человек XX века изобрел новый вид игры, которому дал название «теория игр». Рассмотрим, что вкладывается в это понятие.

*Теория игр* – это раздел математики, в котором исследуются математические модели принятия решений в условиях конфликта, т.е. в условиях столкновения сторон, каждая из которых стремится воздействовать на развитие конфликта в своих собственных интересах. (Источник: Л.А. Петросян, Н.А. Зенкевич, Е.А.Семина «Теория игр» Учебное пособие для университетов, М., Книжный дом «Университет», 1998, -304 с.)

*Теория игр* — математический метод изучения оптимальных стратегий в играх. Под игрой понимается процесс, в котором участвуют две и более сторон, ведущих борьбу за реализацию своих интересов. Каждая из сторон имеет свою цель и использует некоторую стратегию, которая может вести к выигрышу или проигрышу — в зависимости от



поведения других игроков. Теория игр помогает выбрать лучшие стратегии с учётом представлений о других участниках, их ресурсах и их возможных поступках. (Источник: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Теория\\_игр](http://ru.wikipedia.org/wiki/Теория_игр))

*Теория игр* — это раздел прикладной математики, точнее — исследования операций. Чаще всего методы теории игр находят применение в экономике, чуть реже в других общественных науках — социологии, политологии, психологии, этике и других. Начиная с 1970-х годов её взяли на вооружение биологи для исследования поведения животных и теории эволюции. Очень важное значение она имеет для искусственного интеллекта и кибернетики, особенно с проявлением интереса к интеллектуальным агентам.

В психологии и других науках используют слово «игра» в других смыслах, нежели чем в математике. Некоторые психологи и математики скептически относятся к использованию этого термина в других смыслах, сложившихся ранее. Как уже подчеркивалось, культурологическое понятие игры было дано в работе Йохана Хёйзинга *Homo Ludens*. Понятие игры встречается в концепции Эрика Бёрна «Игры, в которые играют люди, люди, которые играют в игры». Это сугубо психологические игры, основанные на транзакционном анализе. (Источник: Петросян Л.А. учебное пособие «Теория игр» издательство «Высшая школа», М, 1998 г.) Понятие игры у Й.Хёйзинги отличается от интерпретации игры в теории конфликтов и математической теории игр.

Следуя определению Н. Н. Воробьева, теория игр — это теория математических моделей принятия решений в условиях неопределенности, когда принимающий решение субъект («игрок») располагает информацией лишь о множестве возможных ситуаций, в одной из которых он в действительности находится, о множестве решений («стратегий»), которые он может принять, и о количественной мере того «выигрыша», который он мог бы получить, выбрав в данной ситуации данную стратегию. (Источник: Петросян Л.А. учебное пособие «Теория игр» издательство «Высшая школа», М, 1998 г.)

Математическое описание игры сводится к перечислению всех действующих в ней игроков, указанию для каждого игрока всех его стратегий, а также численного выигрыша, который он получит после того, как игроки выберут свои стратегии. В результате игра становится формальным объектом, который поддается математическому анализу.

### *Классификация математических моделей игр*

Игры можно классифицировать по различным признакам. Во-первых, бескоалиционные игры, в которых каждая коалиция (множество игроков, действующих совместно) состоит лишь из одного игрока. Так называемая кооперативная теория бескоалиционных игр допускает временные объединения игроков в коалиции в процессе игры с последующим разделением полученного выигрыша или принятием совместных решений. Во-вторых, коалиционные игры, в которых принимающие решение игроки согласно правилам игры объединены в фиксированные коалиции. Члены одной коалиции могут свободно обмениваться информацией и принимать полностью согласованные решения.

### *Антагонистические игры*

По выигрышу игры можно разделить на антагонистические и игры с ненулевой суммой. Антагонистические игры двух лиц, т. е. игры, в которых интересы сторон прямо противоположны.

*Пример:* «Оборона города». Этот пример известен в литературе под названием «игра полковника Блотто». Полковник Блотто имеет  $t$  полков, а его противник —  $p$  полков. Противник защищает две позиции. Позиция будет занята полковником Блотто, если на ней наступающие полки окажутся в численном превосходстве. Противоборствующим сторонам требуется распределить полки между двумя позициями.

Определим выигрыш полковника Блотто (игрока 1) на каждой позиции. Если у него на позиции полков больше, чем у противника (игрока 2), то его выигрыш на этой позиции равен числу полков противника плюс один (занятие позиции равносильно захвату одного полка). Если у игрока 2 полков на позиции больше, чем у игрока 1, то игрок 1 теряет все свои полки на этой позиции и еще единицу (за потерю позиции). Если обе стороны имеют одинаковое число полков на позиции, то имеет место ничья и каждая из сторон ничего не получает. Общий выигрыш игрока 1 равен сумме выигрышей на обеих позициях.

### *Неантагонистические игры*

По характеру получения информации они делятся на игры в нормальной форме (игроки получают всю предназначенную им информацию до начала игры) и динамические игры (информация поступает игрокам в процессе развития игры). Реальные задачи принятия решения в условиях конфликта характеризуются большим числом участников и, как следствие этого, неантагонистичностью конфликтной ситуации. Если говорить о конфликте двух лиц и его моделях, то можно заметить, что он также не исчерпывается только антагонистическим случаем. Дело в том, что интересы игроков могут пересекаться, но не быть обязательно противоположными. Это, в частности, может приводить к ситуациям, взаимовыгодным обоим игрокам (в антагонистическом конфликте это невозможно), что делает осмысленным кооперирование (выбор согласованного решения), приводящее к увеличению выигрыша обоих игроков. Однако возможны такие конфликты, когда кооперация или соглашение невозможны по правилам игры. Поэтому в неантагонистических играх различают бескоалиционное поведение, когда соглашения между игроками запрещены правилами, и кооперативное поведение игроков, когда разрешается кооперация типа выбора совместных стратегий и совершения побочных платежей. Распределение ограниченного ресурса с учетом интересов потребителей.

*Пример:* Предположим, что  $n$  потребителей имеют возможность расходовать (накапливать) некоторый ресурс, объем которого ограничен величиной  $A > 0$ . Обозначим объем ресурса, который расходует (накапливает)  $i$ -й потребитель, через  $x_i$ . В зависимости от значений вектора  $x = (x_1, x_2, \dots, x_n)$  потребители получают выигрыш, который оценивается для  $i$ -го потребителя функцией  $h_i(x_1, x_2, \dots, x_n)$ , если общий объем израсходованного (накопленного) ресурса не превосходит заданной положительной величины  $\theta < A$ , т.е.

$$\sum_{i=1}^n x_i \leq \theta, x_i \geq 0.$$

### *Позиционные или стратегические игры*

Дальнейшим усложнением антагонистических и неантагонистических игр является введение в игру понятия стратегии.

*Стратегия* (др.-греч. *στρατηγία* — «искусство полководца») — общий, недетализированный план какой-либо деятельности, охватывающий длительный период времени, способ достижения сложной цели.



Стратегия как способ действий становится необходимой в ситуации, когда для прямого достижения основной цели недостаточно наличных ресурсов. Задачей стратегии является эффективное использование наличных ресурсов для достижения основной цели. Тактика является инструментом реализации стратегии и подчинена основной цели стратегии. Стратегия достигает основной цели через решение промежуточных тактических задач по оси «ресурсы-цель».

#### *Пример: Процесс принятия решений в Евросоюзе*

Представляемая игра-симуляция в сокращенной форме отображает комплексный характер европейского опыта процесса совместного принятия решений. В соответствии с законодательно оформленной процедурой (Статья 251 ЕС-Договора) участники игры в роли членов Еврокомиссии, Европарламента, Совета Евросоюза и Комиссии по экономическим и социальным вопросам проигрывают на практике существующие в настоящее время в европейской политике актуальные механизмы процесса принятия решений, в данном случае на примере дискуссии о введении “водительского удостоверения в рамках ЕС”. Примерив на себя роль определенного органа ЕС и изучив сферу его компетенций, участники игры узнают, кто и в какой степени на различных ступенях принятия решений обладает соответствующим правом голоса и возможностями влияния на данный процесс, а также каким способом можно выстраивать различные неформальные стратегии и тактики действий в европейской политике. Благодаря этому участники игры проигрывают реальный политический процесс и получают практический опыт в данной сфере. Сокращение количества членов Европейского Совета до трех государств-участников обусловлено упрощением процедуры проведения игры для того, чтобы играющим предоставить большую свободу в поиске аргументации во время дискуссии и конкретизировать вопрос, выносимый на обсуждение.

#### *Дифференциальные игры*

Большинство изучаемых игр *дискретны*: в них есть конечное число игроков, ходов, событий, исходов и т. п. Однако эти составляющие могут быть расширены на множество вещественных чисел. Игры, включающие такие элементы, часто называются дифференциальными. Они связаны с какой-то вещественной шкалой (обычно — шкалой времени), хотя происходящие в них события могут быть дискретными по природе. Дифференциальные игры также рассматриваются в теории оптимизации, находят своё применение в технике и технологиях, физике.

#### *Применение теории игр*

Математическая теория игр берёт своё начало из неоклассической экономики. Впервые математические аспекты и приложения теории были изложены в классической книге 1944 года Джона фон Неймана и Оскара Моргенштерна «Теория игр и экономическое поведение» (англ. *Theory of Games and Economic Behavior*).

Теорию математических моделей принятия оптимальных решений принято называть исследованием операций, поэтому теорию игр следует рассматривать как прикладную математическую теорию — составную часть исследования операций.

Математическая теория игр сейчас бурно развивается, рассматриваются динамические игры. Однако математический аппарат теории игр затратен, эти траты касаются денег, времени и организационных усилий. Теория игр применяется для оправданных задач:

политика, экономика монополий и распределения рыночной власти, и в международном масштабе.

Нобелевскими лауреатами по экономике за достижения в области теории игр и экономической теории стали: Роберт Ауманн, Райнхард Зелтен, Джон Нэш, Джон Харсани, Уильям Викри, Джеймс Миррлис, Томас Шеллинг, Джордж Акерлоф, Майкл Спенс, Джозеф Стиглиц, Леонид Гурвиц, Эрик Мэскин, Роджер Майерсон.

#### *Примеры:*

- С помощью теории игр делегация США моделировала поведение участников торговых переговоров с СССР, а потом с Россией. Результатом этих переговоров стали договоры крайне выгодные американцам и невыгодные России.

- Великолепный пример с играми мы видели в 2007—2008 годы на Украине при формировании и развале в Верховной Раде Украины коалиций.

- Игры также используются для обучения в бизнес-кейсах, семинарах Г. П. Щедровицкого, основоположника организационно-деятельностного подхода. Во время Перестройки в СССР Г. П. Щедровицкий провел множество игр с советскими управленцами. По психологическому накалу ОДИ (организационно-деятельностные игры) были так сильны, что служили мощным катализатором изменений в СССР. Сейчас в России сложилось целое движение ОДИ. Критики отмечают искусственную уникальность ОДИ. Основой ОДИ стал Московский методологический кружок (ММК).

Пока ещё культурологические и бизнес-игры не интерпретируются с помощью математической теории игр по многим причинам, одна из которых - это дело будущего. В настоящее время математический аппарат теории игр недостаточен для описания сложнейших ситуаций и конфликтов в мире психологии и культуры.

Один из самых признанных и авторитетных менеджеров XX века Питер Друкер специализировался в области нематематического способа принятия решений. Он, что называется, “поштучно” готовил управленцев высшего звена – президентов международных корпораций. Его позиция такова: если Вы начинаете анализ ситуации на экономическом рынке и принимаетесь строить математические модели причинно-следственного ряда, Вы безнадежно отстали. Не тратьте на это занятие деньги и время. Положитесь на свою интуицию. (*Источник: Питер Ф. Друкер – Рынок: как выйти в лидеры. Практика и принципы. М., 1992, - 349с. – Эффективный управляющий, М., 1994, - 266с.*)

#### **Игры сознания современных взрослых**

Технологически развитые страны, понимая необходимость поддержания сознания человека в оптимальном режиме, разрабатывают все большее число компьютерных игр для взрослых. Например:

- игры в шахматы, шашки, домино переведены в интернет. Любой взрослый может интеллектуально соперничать с искусственным интеллектом;
- игра судоку считается сложной арифметической забавой, разработали которую программисты из страны восходящего солнца;
- игра маджонг рассчитана на скорость переключения мышления, так как игра идет на время.



Среди игр современных взрослых особняком стоят игры, которым дано название ментальные игры.

### *Ментальные игры*

Игры этого вида основаны на применении биологической обратной связи. Обратная связь – это широко распространенный в биологии принцип управления биохимическими, физиологическими процессами как на уровне отдельной клетки, так и в системе клеток и в конечном итоге являются основой работы мозга.

Кожа – один из самых чувствительных органов человеческого тела. Любые изменения состояния внутренних органов изменяют электрическое сопротивление кожи. Все внутренние органы проецируются на определенные участки кожи. На этом основаны немедикаментозные способы влияния на органы тела – массаж, акупунктура, тепловые, звуковые и другие воздействия.

Мышцы тела также проецируются на кожу и меняют ее электрическое сопротивление. Ментальные игры – это группа стандартных упражнений обратной связи, поступающих от мышц тела. Почему же тогда эти игры называются ментальными, т.е. мозговыми? Просто потому, что вы изменяете тоническое напряжение мышц туловища и конечностей через нейрофизиологические механизмы головного мозга.

Смысл игры в том, что состояние мышц, проектируемое на кожу, улавливается датчиком, одетым на палец. Информация с датчика поступает на дисплей компьютера и просматривается в виде световых (амплитуда светового столбика на экране) и звуковых (тональных) сигналов. Теперь, видя и слыша свое состояние, Вы можете управлять им. Расслабляя тело и фокусируя на этом свое внимание, можно перемещать объекты на экране. Ментальные игры имеют несколько уровней сложности.

### **Этнические игры взрослых**

Острая потребность в гармонизации мыслей и эмоций, наведении порядка и красоты в своем виртуальном существовании – это понуждения индивида. Именно избыток информации, а не избыток энергии, заставляют современного взрослого обращаться к этнической игре как действенному средству гармонизации жизни.

Не только труд, но и саму жизнь можно превратить в игру высокого уровня, когда она очищается от будничного серьезного, практически-целенаправленного отношения к чему бы то ни было. Такая «жизнь – игра» переходит в совершенную гармонию мыслей, стремлений, поведения и результатов. «Жизнь – игра» взрослых строится не на законах психической и социальной жизни людей, а на Великих Законах Мироздания, сформулированных в постулатах квантовой физики, квантовой механики, математики и фрактальной геометрии. Исследователи квантового уровня считают, что классические законы механики и физики макромира не работают на квантовом уровне. Мозг человека идеально подходит под законы квантового уровня. Законы квантового уровня, по мнению физиков, нейрофизиологов и практических врачей нового направления медицины, сопоставимы с этическими принципами, моральными нормами и ясным сознанием людей.

Этнические игры взрослых, как и игры детей, можно условно разделить по их функциональному назначению на следующие виды:

❖ *поддерживающие высокое качество физических свойств тела:*

басты – басты, чакмак таш, кап менен урушу, упай, кар атышмай, тоого чыгуу жана түшү, найза ыргытмай, сууну таш менен уруп чачыратуу, өпкө чабыш, жорго салыш, ат минип алыс жерге баруу, жигитовка, көк бөрүү, тыйын эңмей.

Поверхностный анализ этнических игр взрослых показывает преобладание игр, поддерживающих физическую работоспособность взрослого. Этот факт можно объяснить также и тем, что хорошо организованная этническая игра дает нешуточный заряд энергии. Именно в энергетической подпитке нуждаются взрослые игроки.

❖ *расширяющие сознание*  
ордо, иносказания

В нашем обзоре мало этнических игр, расширяющих и развивающих сознание взрослых. Общеизвестно, что игра ордо – это стратегическая игра, позволяющая в игровом эксперименте опробовать все этапы деловых игр – анализ игровой ситуации, принятие решения, стратегия действий. Отлично, что игра Ордо приобретает все большую популярность среди городской интеллигенции. Имеют место попытки организовывать любительские соревнования по этому виду игры.

Игры-иносказания как самостоятельные виды игр мало развиты среди взрослых, хотя в бытовой практике почти все взрослые используют этот прием.

Период взрослости человека – это особо значимый период для стабильности и дееспособности любого этноса. Ведь именно от ясности и глубины сознания взрослых здесь и сейчас зависит качество жизни этноса. Кажется маловероятным, чтобы праотцы не разработали игровые приемы, развивающие сознание взрослых. По-видимому, мы, современные взрослые, должны, пока еще не поздно, восстановить в памяти народа игры, развивающее сознание взрослых. Общеизвестна истина – то, что не отдано другим, утрачивается навсегда.

❖ *социальные игры*

Чөө (шакал), командные соревнования куш салмай, улак тартыш, аркан тартыш, кыз куумай, ролевые игры имитации ситуации.

Игровые коллективные действия – подготовка к коллективному или общинному труду. Общинный труд – способ реального уравнивания людей, различающихся по социальному, интеллектуальному и эмоциональному уровням.

Этнические социальные игры взрослых – это описанные Хейзингой состязания в учтивости, потлатч. Они прочно вошли в повседневную жизнь кыргызов и больше описываются как обычаи, традиции и ритуалы.

В заключение можно отметить, что:

- взрослые XXI века играют, но их игры в корне отличаются от игр взрослых прошлых лет. Игры взрослых сейчас – это высоко технологичные, математизированные игры. Это игры ума, ибо взрослый человек XXI века должен быть умным. Эти игры при всей их серьезности развивают только одну из трех



составных частей сознания – логическое мышление, но мало способствуют развитию интуиции и памяти;

- современные взрослые мало используют этнические игры для гармонизации своей жизни. Задача для будущих исследователей – развить потенциал этнических игр для гармонизации жизни современных взрослых.

### 1.7. Игры мудрых, игры мудрости

Вспоминая о том, что игра - это свободная деятельность, которая осознается как «ненастоящая», не связанная с обыденной жизнью и не дающая никаких ближайших материальных интересов, постараемся рассмотреть связь игры с третьим возрастом человека – стадией, предшествующей смерти. Не будем драматизировать ситуацию. А вспомним слова мудрых – «старость дает новые возможности, но одевает их в другие одежды».

Итак, стадию жизни на финишной прямой человека назовем, по аналогии с Хейзинга, стадией мудрости.

Жизнь, прекрасная и многообразная в предыдущих стадиях, в стадии мудрости приобретает новые грани. Полноценная жизнь по своему качеству теперь переходит в жизнь ущербную, т.е. появляются ограничения, вызванные изменениями в строении и функциях наших органов и систем организма. Главное в этом возрастном периоде – сохранить ясное и полноценное сознание. Помогает в этом инструмент, доступный каждому человеку независимо от его уровня образования, здоровья и социального положения - это игра.

Игры мудрых – это особые игры, и их можно ранжировать следующим образом:

- игры, поддерживающее здоровье и физическую форму тела индивида. К ним относятся того чыгуу жана түшү, ордо, бел кармашып тартышуу, аркан тартыш, жанырык чакыруу, жорго салыш, ат минип алыс жерге баруу, унай и др. Они описаны достаточно подробно.
- игры сознания, или игры ума, или игры мудрости. Эти игры записаны со слов аксакалов Нарынской и Иссык-Кульской областей.

Если посмотреть соотношение так называемых «подвижных» или «телесных игр» и игр мудрости, то пропорция такова 1:9. По объему игры ума составляют 9 из 10. Почему такое соотношение? Дело в том, что состояние здоровья в пожилом возрасте в большей мере определяется состоянием сознания, а не чисто физическими качествами тела. Нужно учитывать то, что человек подходит к этой стадии жизни уже с новым сознанием. Внешняя привлекательность, сексуальные эмоции уже не так значимы, а физическая работоспособность постепенно вытесняется необходимостью переключения на осмысление накопленного опыта и передаче своих знаний детям и внукам. Почему это происходит? Потому что именно этого ждут от него дети и внуки. На стадии мудрости человек становится «живой энциклопедией» для семьи, а несколько человек – «живой библиотекой» для всего сообщества.

В возрасте мудрости вместе с переосмыслением смысла своей жизни приходит осознание того, что индивидуальная жизнь при всей ее привлекательности и красоте все-таки есть лишь составная часть жизни человечества как вида. Накопленные в индивидуальной жизни знания и опыт должны стать достоянием сообщества. Как передать эти знания? Опыт человечества делает однозначный вывод – самый доступный и тщательно отработанный способ передачи знаний – игра. Так появляются игры мудрости.



## Игры мудрости в исторической перспективе

В древности бытовало мнение «Сила и здоровье – это добродетели тела, сметливость и проницательность – добродетель духа». И вместе с тем именно древности приписывается осознание значимости и глубинных основ жизни общества – связь жизни отдельного человека и человечества в целом с законами мироздания и законами жизни на планете Земля. Именно мудрецами древности был приобретен механизм такого единения, название которому - ритуал. В нашу задачу не входит описание ритуала. Мы лишь подчеркиваем, что ритуал – это игра высокого порядка, что ритуал - это игра общества и космоса, общества и природы Земли. Ритуал – это одна из самых мудрых игр. Во всех культурах носителями знаний об организации ритуальных игр были мудрейшие члены сообщества.

Игры мудрости у всех народов и культур имеют сходные черты, поэтому их можно объединить общим термином и дать им достаточно простые названия.

### Состязания в загадках или «вопросы-ответы»

Один из учеников Аристотеля, давший в трактате о пословицах теорию загадки, свидетельствует, что некогда она была предметом мудрствования: «древние имели обыкновение прибегать к загадкам как к доказательству своей образованности».

Для игры в загадки существовали неуклонные правила:

- игра на равных, ибо это состязания ума, а не социального статуса;
- мудрецы не выходят из себя, когда их ставят в тупик;
- игра проходит при большом скоплении зрителей, равных по образованности играющим;
- словесный поединок между играющими происходит или в поэтической форме, или белым стихом;
- задаваться вопросы, как и ответы на них, должны были от первого лица, т.е. напрямую друг другу без посредников и без временной задержки;
- победитель получал моральное и материальное вознаграждение.

Вот примеры соблюдения условий игр мудрости: “Сицилийские вопросы”, были направлены императором Фридрихом II Гогенштауфен молодому мусульманскому философу Ибн Сабину в Марокко. Молодой философ дает чуть ли не нагоняй императору: мол, вопросы Ваши глупы и беспомощны, и Вы сами себе противоречите. Император Фридрих II скромно и сдержанно принимает эту взбучку и именно это качество ставит императора в разряд мудрых. Ибо игра «вопросы-ответы» - это игра равных.

Беседы царя Менандра во II веке д.н.э. с великим архатом Нагасеной происходили на равных в присутствии придворных мудрецов. В диспуте участвовали пятьсот йонийцев, греков и восемьдесят тысяч монахов. Вопросы, которые ставил Нагасена перед царем, были так трудны, что царские мудрецы стали роптать на то, что они не в состоянии ответить на них.

Как отмечает Хейзинга (1993) в своей великолепной книге, вопросы-загадки задавались по следующим темам:

- *знания о происхождении мира*

В ведической традиции во время больших праздников и ритуальных жертвоприношений брахманы состязаются в превосходстве своих знаний, задавая друг другу вопросы, касающиеся возникновения космоса: «Я спрашиваю тебя о крайнем пределе земли, я

спрашиваю тебя, где пуп земли?» «Ни бытия не было тогда, ни небытия. Ни воздушного пространства, ни неба. Что двигалось? Где? Под чьей защитой? И смерти не было тогда, ни нескерти, день и ночь не различались тогда. Само по себе, без дуновения, дышало лишь Это; и ничего не было, кроме Этого.»

Глубокий смысл вереницы таких «вопросов-загадок», собранных вместе, по мнению Хейзинга, приводят к одному знаменателю независимо от того, сопровождаются они ответом или нет. Главный итог этих «вопросов-загадок» – это игра воображения. У участников игры мудрых появляются общее представления о сути обсуждаемого. Углубляя «вопросы – ответы», можно было выработать общее мнение. А это начало философии.

Слова древних мудрецов постоянно приближали человека к вратам непознанного. Непознанное, тайна – вот что притягивает, возбуждает интерес и развивает сознание. Специалисты по детской психологии отмечают, что значительная доля вопросов, которые задает шестилетний ребенок, фактически могут считаться вопросами космического характера: кто заставляет воду течь в реке, откуда берется ветер, вопросы о жизни и смерти.

Древние твердо верили в то, что выговариваемое слово воздействует на весь миропорядок. Поэтому игры мудрости – это упражнения лучших и достойнейших, чтобы упорядочить, построить данное сообщество в миропорядок космоса и Земли. Хейзинга убежден, что мудрствование в виде игры «вопросы-ответы» дало начало глубокой философии относительно основ сущего.

#### *- религиозные диспуты*

Беседы в форме вопросов-ответов религиозного характера присутствуют в самых разных культах. Заратустра предстает перед шестьюдесятью или несколькими мудрецами царя Виштаспы. Соломон отвечает на вопросы царицы Савской. В литературе брахманов есть рассказ о том, что юный брахмачарин, явившись по двору царя, отвечает на вопросы царя, или сам задает их ему. По результатам игры брахмачарин переходит из ученика в статус учителя.

Религиозный диспут между Лютером и Цвингли в Марбурге в 1529г., или между Теодором де Бозом и его коллегами с католическими прелатами в Пуасси – это все примеры религиозных диспутов.

Религиозные диспуты способствовали тому, что в простых формулировках излагалась суть религиозного учения. Религиозные диспуты способствовали распространению сакрального учения среди широких кругов образованных людей и простого народа.

#### *- этические вопросы-ответы*

Очень часто предметом публичных игр «вопросы-ответы» становились этические проблемы отношений человека к природе, взаимоотношений людей в обществе, вопросы моральных взаимоотношений народов. Это были вопросы глубинных и практических основ духовной жизни человека и общества.

В этических диспутах излагались, развивались и пропагандировались основы этических и моральных норм личности и общества.



Публичные диспуты, проходившие в Бостарской соборной мечети (642 -728 гг.) Хорезма или при дворах шахов, по существу, были обменом мнениями между властью имущими и представителями духовенства или отдельных социальных групп. (Источник: 1. Якубовский А.Ю. – Восстание муканы – движение людей в “белых одеждах”. Советское востоковедение. АН СССР, Институт востоковедения, V, издательство АН СССР, М, 1948, с 5-34. 2. Петрушевский И.П. Городская знать в государстве Хулагуидов. АН СССР, Институт востоковедения. Издательство АН СССР, V, М, 1948, с 85-110. 3. Шидфар Б.Я. Абу Нувас, Главная редакция восточной литературы издательство Наука, 1978, -229с.)

В древнеиндийском эпосе Махабхарата приводятся описания игр «вопросы-ответы», в которых излагаются основы этического учения древней Индии, рассчитанные на разные сословия.

### Игры мудрости кыргызов

#### Состязания в знании духовных сокровищ нации

Каждый этнос бережно хранит свой опыт не только в материальных предметах, но и устной памяти народа. Изустная память – это виртуальное пространство этноса и всех народов, проживающих совместно. Духовный мир этноса проявляется в виде эпосов, мифов, сказок, пословиц и поговорок. Часть духовного наследия передается в строго регламентированной последовательности действий – ритуалах, традициях, обрядах. Нужны носители этих знаний и нужны публичные обсуждения национальных духовных сокровищ для развития и адаптации этих ценностей этноса к новым историческим условиям.

У финнов есть обычай чтения финского эпоса Калевалы: два певца, сидя на скамье друг против друга, раскачиваясь взад-вперед, соревнуются в произнесении строф. Подобный же обычай описывается в древне - норвежских сагах.

Состязания, которые выражаются в поочередности пения, в поэтическом споре, и поэтическом турнире, преследуют цель не только освежить память, но всегда и во всех формах этих состязаний преследуется цель импровизации. Импровизация на заданную тему - это один из способов освободиться от того или иного запрета. Импровизация на заданную тему - это игровая форма адаптации к новым условиям.

Эпос Манас – это духовное сокровище кыргызского этноса.

Эпос «Манас» в 1995 году признан Генеральной Ассамблеей Организации Объединенных Наций источником кыргызского языка и литературы, основой культурных, нравственных, исторических, социальных и религиозных традиций кыргызского народа, становления государственности.

Эпос вобрал в себя художественный опыт мифотворчества, исторических преданий. В настоящее время науке известно 35 записанных вариантов эпоса «Манас». Их общий объем насчитывает более миллиона стихотворных строк и является самым длинным эпосом в мире, что отражено в книге рекордов Гиннеса. Особая заслуга в сохранении и передаче этого духовного наследия принадлежит сказителям – манасчи. Они доносили до слушателей историю и духовный опыт народа.

Импровизация, которая лежит в основе состязаний манасчи, есть не только способ адаптации древнейшего эпоса кыргызов к современным условиям. Импровизация - это всегда колдовской заговор, предсказание, пророчество. (Источник: [www.patent.kg](http://www.patent.kg)).

## Санжыра кыргызов

К числу духовных сокровищ этноса относятся и знания родословия не только героев и знати, но и родословная память родовых и семейных предков.

Санжыра - это знания о происхождении человеческих корней, семьи, рода, племени;

- это персональная история предыдущих поколений с оценкой их деяний и вклада в развитие потомства;
- это уникальная история предыдущих поколений в лицах, словесный памятник праотцов.

Санжыра – родословная, родословие. Санжырала – устанавливать родство по восходящей линии. Санжырачы – знаток кыргызских родов и родословной отдельных людей. (Источник: «Кыргызча- орусча сөздүк» автор проф. К.К. Юдахин изд. «Советская энциклопедия» Москва – Б.: «Шам», 1999 – 976 с.)

Человек - не только биологическое, но одновременно и социальное, и духовное существо. Осознание принадлежности к человеческому сообществу и встроенности в прочные отношения между людьми было одним из стержневых качеств индивида. Принадлежность к конкретному сообществу, племени, роду обеспечивало, гарантировало безопасность и доступ к жизненно важным ресурсам для удовлетворения базовых потребностей человека, таких как вода, земля, животный и растительный мир. Право на эти блага определялось знанием своих предков.

Мудрецы–санжырачылар поименно воспроизводили всех предков, давая характеристику их личностным качествам. Но - самое главное - они давали этическую оценку результатам их деятельности. Мудрейшие праотцы оставляли Улуу Сөз – Великое Слово, напутствие потомкам. Благодаря мудрецам–санжырачылар Улуу Сөз становился достоянием этноса и как великое духовное сокровище навсегда закреплялся в память людей всех поколений. Любая критическая ситуация требует напряжения интеллектуальных и духовных сил общества. Тогда в игру должны вступать умные и мудрые люди, а народ должен выбирать свои приоритеты, слушая, обдумывая слова умных и мудрых.

Употребляя термин “мудрый”, следует уточнить его смысловое содержание. Понятно, что мудрость ассоциируется со знаниями. Но носителем знаний является и умный человек. В чем же разница, между умным и мудрым?

Умный – это носитель знаний и человек, умеющий до филигранной точности оперировать этими знаниями. Он, умник, в состоянии найти выход и разрешить самую сложную ситуацию, которая имеет место в данный момент. Он действительно умный, чаще хитроумный, так как может использовать слабости или незнание другой стороны. Умный, когда это потребуется, может пренебречь, переступить моральные нормы сообщества и не считаться с этическими принципами людей.

Мудрый видит последствия своих действий на один или два поколения вперед. Он тоже носитель знаний, но его знания сопряжены и неотделимы от его собственных этических принципов. Мудрый никогда не изменяет свои этические принципы, он надежен. Мудрый менее красноречив и менее напорист, чем умный. Мудрый часто даже проигрывает в глазах



современников, но его поступок остается в памяти поколений как пример высокого духовного начала.

Санжыра – это знания о буднично простом, героически значимом и духовно великом предыдущих поколений. Эти знания вызывают уважение к Человеку, возвеличивая его значимость в исторической перспективе.

Санжырачылар – это, говоря современным языком, профессиональные носители знаний о предыдущих поколениях. Это мудрецы, которые по крупицам собирали и продолжают собирать знания о каждом человеке, остановившим след в памяти людей.

Санжырачылар – истинные мудрецы, выполняющие великую миссию – сохранение памяти народа.

Этнос, как и каждый отдельный человек, оценивается состоянием его сознания. Составная часть сознания – память.

Нейрофизиологи и клиницисты XXI века констатируют, что память – самая ценная и наиболее уязвимая часть сознания человека. Это значит, что память играет ключевую роль и в коллективном сознании этноса.

Санжырачылар – это мудрецы, сохраняющие, обновляющие, и развивающие память народа. Современные ученые доказали, что с потерей памяти теряется самое дорогое в сознании человека – его познавательные, когнитивные способности. По научной классификации такое состояние есть слабоумие. Слабоумие человека может перейти в слабоумие этноса. И тогда историческая жизнь этноса кончается.

Санжыра – это информация, сохраняющаяся в памяти каждого отдельного человека и народа в целом. Но у каждого отдельного человека есть еще генетическая память. Генетическая память – это память о прошлом и она хранится в виде химического соединения в каждой клетке тела. Знания о предках, санжыра, хранится в мозге человека, в его изустной памяти. В отличии от генетической памяти, которая не осознается человеком, санжыра – это прижизненная память о прошлом, которая осознается человеком. Можно смело сказать, что санжыра кыргызов есть социокультурный эквивалент генетического кода каждого человека. Имея информацию о своих предках, я могу представить себе глубинный потенциал своих генов. Каждый человек имеет свое санжыра и свой набор генов. Разнообразие генов есть основа качества генофонда нации. По своей значимости санжыра есть корневая ценность кыргызов.

Санжыра как немеркнущая память народа служит платформой и духовной мотивацией для взаимодействия и объединения людей в критических и кризисных ситуациях. Родо-племенные объединения, как и любой и любой другой социальный механизм, можно использовать во благо и во вред всего сообщества. Вот несколько примеров:

#### Пример 1

Ребенок-сирота, где бы он ни находился территориально, обычно, по указанию старейшин рода, возвращался в свой род. Его усыновляла любая семья в пределах семи предков данного ребенка. У кыргызов раньше не было брошенных, или беспризорных детей.

#### Пример 2

Это пример из Южной Кореи. Кстати, в духовном сокровище корейского народа есть неукоснительно выполняемая традиция – знание своих предков глубиной в 21 поколение. При получении независимости Южная Корея переживала такой же период стагнации экономики, который имеет место сейчас в нашей стране. Они тоже начинали с кустарных мастерских, домашнего изготовления предметов первой необходимости. К верховной власти пришел генерал, который начал умную политику. Он объявил, что даст государственные гарантии тому человеку, который возьмет на себя ответственность за развитие одной из приоритетных направлений экономики. Государственные гарантии были главным условием для получения крупных кредитов из иностранных государств. Таким человеком мог быть представитель рода, но рода сплоченного и дееспособного. Человек брал на себя ответственность и за ним стоял его род. Так поднимались электроника, судостроение и другие всемирно известные фирмы Южной Кореи.

#### Пример 3

Любая Центрально-азиатская страна постсоветского периода использует механизм родоплеменных связей. Как уже указывалось, родоплеменные связи идут по мужской линии, т.е. в основе лежат социальные институты Жети ата и санжыра.

Любой человек, возвышающийся до уровня Президента страны, начинает вводить во все звенья аппарата управления государством своих соплеменников – т.е. использовать родоплеменные и местничковые связи как способ формирования своей команды единомышленников. Не обладая навыками управления государством в современных условиях и часто не имея высоких моральных и этических норм, родоплеменная команда Президента не только не в состоянии наладить экономику и привести в порядок социальную и политическую жизнь страны, но становится внутренним террористом, разрушителем и грабителем накопленных богатств народа, таких как земля, недра, воды, биоразнообразие, и рукотворные богатства в виде исторических памятников, заводов, фабрик, предприятий и т.д.

#### Пример 4

Есть примеры попроще. Государство входит в альянс с руководителями (главами) родов, подключая этнический социальный институт родо-племенных связей в систему госуправления на низовом уровне. Главы родов включаются в состав местной государственной администрации или в состав сельской управы. Получая мизерную мзду от государства, главы родов предают интересы своего рода и, включаясь в политические игры, практически заставляют своих родственников работать на интересы чужих людей.

#### Пример 5

На заре XXI века появилась новая реальность – глобализация. Термином “глобализация” называют процесс движения в масштабах всей планеты Земля - людей, финансов,



информации, товаров, услуг и т.д. Благодаря телевидению, радио и интернету мы участвуем во многих событиях, происходящих на любой поверхности Земли. Мы можем по интернету или через спутник связаться с любым человеком, проживающим в любой стране. Мы можем учиться, заказывать товары, переводить деньги в любую страну, не выходя из своей квартиры.

Человек стал практически беспрепятственно виртуально и реально передвигаться по всей Земле, и его связь с территорией и общиной ослабла. Человек приобрел неслыханную ранее индивидуальную свободу, упала ценность знаний жети ата и стала ненужной память о своих предках. Современный глобализированный человек говорит на нескольких языках, имеет высшее образование, он знает и умеет защитить свои права. И вдруг у него появился страх – а кто я есть? Почему я один? Кому я нужен? Для чего мне свобода? Эти вопросы, возникающие у современных людей, втянутых в процессы глобализации, психологи называют процессом самоидентификации или приобретением идентичности.

Идентичность – осознание себя индивидом, и того, кем он является. Идентичность всегда предполагает как сходства с другими людьми, так и отличие от них. Например, если Вы кыргыз, то Вы подобны другим кыргызам и отличаетесь от русских, немцев, китайцев и других. Чувство похожести, сопричастности к этносу, семье, конкретному сообществу есть одна из стержневых характеристик личности.

Многие склонны считать, что идентичность является предзаданной или фиксированной, однако социологи настаивают на том, что идентичность воспитуема, изменчива, подвижна. В недавнем прошлом индивиды располагали рядом основополагающих элементов для конструирования самого себя, собственной идентичности. Такими элементами были семья, место жительства, нация, социальный класс, гендер.

Обретение идентичности происходит в детстве. Главными структурообразующими признаками личности являются пол и этничность.

Восприятие индивидом самого себя меняются под влиянием ряда важных переходных моментов, таких как переход от детства к взрослому состоянию, даже перемена рода деятельности или места жительства.

Процесс глобализации и связанная с ним интенсивная географическая мобильность приводит индивида к утрате связей с местом проживания, семьей, этнической культурой. Глобализация подрывает не только чувство национальной принадлежности, но и принадлежность к определенным социально-классовым образованиям.

С конца XX века утверждается, что идентичность как основная черта человека становится все более подвижной и в течение своей жизни люди способны ее изменить, можно выбирать, кем ты хочешь быть. Однако индивидуальный выбор должен совпадать с желанием этноса, т.е. некой общности людей, принять его в свои ряды.

Почему человек имеет потребность быть включенным в какой-либо этнос? Прежде всего включенность в этнос подразумевает включенность в групповую солидарность, а это уже наиндивидуальность и устойчивость в двух уровнях:

- биологическом как в способе передачи генетической информации потомству;
- культурном как в способе передачи потомству культурных образцов, коллективного опыта и традиционных знаний.

Если идентичность есть чувство принадлежности к какому-то сообществу - этносу, то это наделяет ее свойством воображения. Воображение есть игра ума, значит, играя, можно опробовать, пощупать свое новое воплощение. Аватары должны играть и через этнические игры входить в этнос.

И в то же время сами этнические игры являются важным этнообразующим механизмом.

Современные университетские студенты стали без всякого принуждения извне по архивным документам искать своих предков. Это происходит в Японии, Корее, Америке и других странах.

Значит, санжыра кыргызов в эпоху глобализации открывает свои новые грани. Знание санжыра или только жети ата есть психологически значимый компонент формирования личности. Говоря фигурально, знание санжыра рода и жети ата моей семьи есть моя надежная защита от негативной стороны глобализации – уничтожения, невелирования личности, от превращения человека в неодушевленного робота и винтик глобализации.

Каждый род имел и имеет в настоящее время своих знатоков санжыра. Для поддержания и развития памяти о праотцах мудрые санжырачылар придумали игровые формы передачи и обновления знаний санжыра. Аксакалы из Нарынской и Иссык-кульской областей рассказали о двух формах игры в санжыра. Одна игра это – игры соревнования самих мудрецов санжырачылар.

### **Игра – соревнование знатоков санжыра**

Соревнования знатоков санжыра проводились в двух вариантах:

*Вариант 1* - Свадебный ритуал как публичное действие двух родов всегда включал в себя соревнование в знании родословной двух родов. Каждый знаток санжыра должен был обосновать величие и знатность своего рода. Поименный список праотцов сопровождался краткой характеристикой результатов его жизни. Даже обыденно простая жизнь праотца оценивалась такими эпитетами: он оставил здоровых детей, он обучил их честности и трудолюбию. Невольно возникало уважение к простому рядовому человеку, так как он смог на деле показать образец качества внешне неприметной жизни, но составляющей основание и существо этноса. Если же описывалась героическая жизнь, то восхвалений было в избытке. Особо ценилось, если знаток санжыра мог обосновать, что новые родственники на самом деле всегда были в родстве, так как, они уже имели семейные контакты в 27-ом или более глубоком поколении.

Мастерство и глубину знаний двух родовых знатоков санжыра оценивали представители других родов, приглашенных на свадебное торжество. Цель игры - соревнования знатоков санжыра - достигнута: укрепились доверие и взаимоуважение двух родов.

*Вариант 2* – на праздниках по поводу рождения ребенка, юбилеях или праздниках, приуроченных к событиям общинного уровня, устраивались состязания знатоков санжыра.

Один из знатоков начинал пересказ родословной. Другой мог перехватить повествование с уточнением фактов жизни или событий, связанных с именем праотца. В соревнование мог вступить третий знаток, воспроизводя детали событий прошлых лет. Выигрывал тот, кто мог дойти до глубинных уровней родословной, т.е. более 30 поколений. Особо ценились соревнования знатоков санжыра, когда они могли воспроизвести все связи одного из праотцов по восходящей, нисходящей и горизонтальной направлениям.



Праотец причислялся к великим, если после него оставалось Великое слово - Улуу Сөз. В конце XIX века шестой праотец (жото) в системе жети ата Карасай Арыстанбек оставил Улуу Сөз своему роду: “Сууну таза сактагыла”. Сельчане Токтояна (Тюпский район, Иссык-Кульской области) полагали, что речь идет о чистоте питьевой воды. Во время экспедиции в Алайский район Ошской области в сентября 2011 года аксакалы увидели в Улуу Сөз Арыстанбека Олия скрытый смысл. Вот так они объяснили эти слова:

Мудрецы Алая говорят “жети ата – жети суу”. Каждый род поселяется возле реки. Поэтому получается, что потомки жети ата живут в пределах семи рек. Тогда смысл “сууну таза сактагыла” можно понимать и так: “Держите в чистоте взаимоотношения родов в системе жети ата”.

Ныне живущий аксакал Шамиев Сатар 88 лет с села Жылуу Суу Алайского района сказал Улуу Сөз жителям Алая: “Ден соолукту и жерди сактагыла”.

Мудрейшие знатоки санжыра хранили в памяти Улуу Сөз великих праотцов.

### **Игра Санжыра жети ата для детей**

Санжыра – это прежде всего информация, причем изустное знание. Чтобы информация о праотцах превратилось в знание, т.е. отложилось в памяти, мудрые санжырачылар придумали игру санжыра жети ата для детей. Вот как это происходило.

Старейшины сообщества созывали отцов и их детей, достигших 7-10 летнего возраста. Детей выстраивали по кругу, а отцы становились за спинами своих детей. Каждый ребенок по очереди произносил имя своих предков по отцовской линии в такой формулировке: «Атамдын аты – Аскар, чон атамдын аты - Бектур, бабамдын аты – Шапак, бубамдын аты – Арыстан, кабамдын аты – Козубек, жотомдун аты – Дастан, жетемдин аты – Калыс.»

Мудрость аксакалов, наблюдавших этот процесс, заключалась в том, чтобы, сопоставляя ответы детей, улавливая тонкости взаимоотношений «отцы-дети» в первом, так сказать, публичном дуэте перед сообществом, они делали свои выводы о направлениях развития подрастающего поколения. Если ребенок не мог пересказать своих семь предков, то стыдили их отцов, напоминая им, что человек, незнающий семь предков, является безродным рабом. Свободный человек – носитель качеств своих семи предков и он волен выбрать и развивать те качества, которые были у его предков.

Выбор направления развития ребенка, будь то воинское ратное дело, искусство, ремесло, племенное скотоводство, торговля или управление – все это как потенциал присутствует в ребенке, который является потомком предыдущих поколений своей семьи и рода.

Игра в санжыра была лишь началом социализации детей. Первый этап социализации детей осуществлялся следующим образом.

Кыргызы интуитивно полагали, что единицей смены поколений является 25 лет. Производились нехитрые исчисления: 25 лет умножали на 7 (по числу жети ата), получалась цифра – 175 лет. Если мальчику у 7-10 лет, то отнимая от настоящего времени 175 лет, можно было определить и те годы (время) в котором жил седьмой праотец мальчика. Например: 2001год – 175 лет = 1836, значит, седьмой прадед мальчика, которому сейчас 10 лет, жил в 1836 году. Санжырачылар знакомили мальчика с местом захоронения его предков. Акт первичной социализации нового поколения совершился.

Теперь этот ребенок имеет прошлое, поименную родословную, значит, он имеет право на землю и юридическую защиту его интересов обычным правом. (*Источник: Аттокуров К. «Кыргыз санжырасы» Бишкек, 1995, - 216 с. )*

Второй этап социализации детей осуществляется путем наблюдения за играми детей. Когда играли дети, поодаль, но не очень близко, садились несколько старейшин села. Что они делали? Они наблюдали за поведением детей в игре. Вот какие качества они оценивали:

- физическое развитие – ловкость, быстрота, сила, выносливость, владение игровыми инструментами;
- умение работать в команде - брать на себя обязательства в игре и выполнять их, не конфликтовать, помогать членам команды, взаимовыручка;
- лидерские качества – организовывать членов команды, принимать решение за команду в быстро меняющейся игровой ситуации, умение вдохновлять и поощрять командный дух.

Этот этап социализации детей и последующие действия старейшин хорошо описаны в отечественной литературе. (*Источник: 1. Жусупов К. – Кыргыздар: санжыра, тарых, мурас, салт – Б.: Кыргызстан, 1991, -576 б. 2. Мусталий уулу Нургожо ажы – Кыргыздын сыры санжыра. Б., 2010 – 276 б.)*

Таким образом, игры мудрости – это игры духовного порядка, которые были направлены на все сообщество. Каждый этнос имел свои особенности игр мудрости.

Игры мудрости кыргызов практически включали в себя все виды игр мудрости, бытовавшие у других народов, но выраженность и приоритетность их менялась в зависимости от исторических условий. На наш взгляд, игры мудрости кыргызов в виде знаний санжыра и жети ата составляют основу сознания и памяти народа. Историческая роль игр мудрости в виде санжыра являются:

- игры мудрых, проходящие в виде публичного соревнования в знании санжыра своего рода, - это механизм передачи знаний всему роду;
- механизм налаживания прочных межродовых отношений на духовном уровне;
- игра в знание жети-ата, проводимая мудрыми с детьми - это замечательный способ межпоколенной передачи информации о своих предках.

Теперь, основываясь на фундаментальных исследованиях биологии и физики XXI века, человечество переосмысливает роль памяти в индивидуальной жизни и роль памяти в жизни сообщества. Мы можем с гордостью сказать: да, наши праотцы были истинными мудрецами! Они оставили нам напутствие - берегите память о праотцах, ибо в этой памяти находится информация и опыт предыдущих поколений, которые составляют богатство возможностей для каждого потомка. Не сможешь воспользоваться возможностями сам, передай их следующему поколению. Нет знаний о праотцах – значит нет возможностей осознано развить себя в полной мере. Только раб не имеет такой возможности, на уровень раба опускается тот, кто не знает жети ата своей семьи.

Если этнос теряет память о своем прошлом, то он теряет свою ментальную жизнеспособность и растворяется в других народах.

Ознакомившись с играми мудрости предыдущих поколений, современный кыргыз может сказать: «Я не поддамся ловушкам глобализации, я буду использовать лучшие возможности, которые дает мне глобализация XXI века, но она не сотрет из моей памяти и



памяти моего народа наше духовное достояние, нашу коренную ценность – санжыра. Я восстанавливаю игры мудрости кыргызов, чтобы передать их будущим поколениям».

Приведенных примеров достаточно, чтобы сделать некоторые выводы относительно значимости санжыра кыргызов:

- изустная память народа о своих рядовых и великих предках аккумулирована в санжыра каждой семьи и рода;
- санжыра кыргызов – это исторически оправданный механизм социализации рядовых людей в этнос;
- санжыра кыргызов может использоваться и на пользу и во вред народу;
- санжыра кыргызов – это механизм глубинной самоидентификации человека, помогающий личностному становлению человека в эпоху глобализации;
- санжыра кыргызов – это корневая ценность народа, значимость которой будет возрастать по мере включения этноса в процессы глобализации.

### Игра в беседы иносказаниями

Аксакалы называли эти игры «кыйчатып сүйлө». Абдраимов Гажи из села Ордош, Үч дөбө айыл өкмөтү Алайского района, так объяснил, почему аксакалы переходили на иносказания:

- душа человека - это хрупкий цветок, который от грубых слов может легко разрушиться или завянуть. Говорить человеку правду или, еще хуже, ложь в грубых и резких словах, очень опасно. В этих случаях прибегали к иносказаниям, давая человеку возможность обдумать слова – иносказания и самому сделать выводы.
- чаще к иносказаниям прибегали тогда, когда в присутствии множества людей нужно было передать тайную информацию для одного или группы людей. Тайный смысл сказанного был ясен только им. Ведь известна истина: информирован, значит вооружен.
- иносказания помогали определенной группе согласовать и принять коллективное решение в присутствии чужих людей.

Аксакалы, дожившие до уровня жото и жете, переходили на язык иносказаний, аналогий. Чтобы дать оценку человеку, событиям, аксакалы рассказывали притчи, приводили поговорки таким образом, чтобы глубинный смысл не проговаривался, а подразумевался. Язык иносказаний был понятен посвященным, но мог быть отгадан на интуитивном уровне остальными слушателями.

Беседы иносказаниями развивали у слушателей интуитивное постижение истины. Слушателями бесед–иносказаний были и взрослые, и дети. Это была школа мудрости для новых поколений.

Присутствующие слушали беседы–иносказания аксакалов, которые первоначально вызывали недоумение и даже протест – это ведь абсурд! Но эти беседы–иносказания были своего рода духовным динамитом, взрывающим подсознание. Сосредоточенное, внимательное слушание этих бесед приводило к тому, что происходило преодоление обыденного сознания, построенного на логическом мышлении – одно вызывает другое, другое вызывает третье и т.д. Слушатель невольно отбрасывал обыденное сознание и переходил на интуитивное постижение глубинного смысла бесед-иносказаний.

Человек, который начал понимать глубинный смысл беседы, мог включиться в разговор и, таким образом, становился посвященным.

Беседы-иносказания требовали не только богатого языкового уровня, но и умения оперировать знаниями, причем знаниями подсознания.

### **Игра - демонстрация выдающихся способностей мудрецов**

Великие мудрецы жили и живут среди народа и ничем не выделяются в повседневной жизни. Но присутствие мудрых придавало уверенность и стабильность жизни всему сообществу. Недаром говорят, где проходит один мудрец, там прерываются тысячи жизненных драм.

Мудрецы-старейшины обладали выдающимися способностями, которые воспринимались рядовыми членами общины как проявления чуда.

### **Чудеса Олия аксакала Ак Ишена**

Кудайберген-бий жил в Таджикистане, Горно-бадахшанская область, село Ран Көл. Там же жил и Ак Ишен Олия.

Кудайберген-бий из местечка Дорат Коргон давал той. Был приглашен и Олия аксакал Ак Ишен (Потомки Ак Ишена в настоящее время переехали в г.Кызыл Кыя). Кудайберген-бий спасибо обратился к Олия аксакалу: «Мы много слышали о ваших чудесах. Покажите их нам. Сделайте так, чтобы пока идет мой той, появился родник» Олия аксакал ответил: «Жаль, что ты попросил родник только на один день. Будь по-твоему». Через некоторое время появился родник с чистой водой. Но когда той окончился и люди разъехались, то родник исчез.

Люди оградили место родника и до сих пор помнят о чуде, сотворенном Ак Ишеном.

Эту историю рассказал Сейдалиев Дүйнобай из Чоң Алая.

В селе Кичи Каракол Алайского района жил карья Орозалы аксакал. Периодически он запирался в мечети на 40 дней, беря с собой 40 пиалок воды и 40 небольших лепешек величиной с пиалку. Свои действия он объяснял тем, что очищает свое сознание и общается с богом. Он был выдающимся жаанчы, предсказателем и лекарем. Житель с.Ордош Торокулов Нурмамат (Алайский район) рассказал следующее. Сын Орозалы аксакал был участником войны 1939-1944 гг. В дом Орозалы аксакала пришла повестка о гибели его сына. Односельчане никак не могли решиться рассказать аксакалу об этом известии. Но Орозалы аксакал сам сказал им: “Не мучайтесь, я знаю что мой сын жив и через три дня он будет дома”. Действительно, через три дня сын Орозалы аксакала вошел в дом отца.

В Нарынской области байбиче Алтын-чач рассказала, что ее праотец в шестом поколении обладал способностью превращать воду в утку – закваску, которая переводила молоко в айран. Мудрому старцу достаточно было посмотреть или подержать руку над простой водой, как вода тотчас приобретала новую способность.

Аксакал Ашымкан рассказал, что в Кочкоре жил мудрец, к которому обращались главы родов во время перегона скота на зимовку или, наоборот, на летние пастбища. Он обладал



способностью управлять погодой — прекращались дожди или снегопад ровно над той местностью и на столько дней, чтобы успеть перегнать скот.

Олея Осмон из рода Жалган (с.Боконбаево) умел остановить полновидную реку ровно на такое время, чтобы люди и стада могли быстро перейти реку.

Семидесятивосьмилетний аксакал Кадыров Манап из с.Согунду Алайского района рассказал о двух жаанчы — Сулейман молдо и Жумабай молдо. Если в Алае засуха начинала губить траву, то приглашали этих великих жаанчы. Они производили следующее действие: в присутствии жителей с Согунду резали черного ягненка и доставали его почки. Молдо держали в руках почки жертвенного ягненка и начинали читать молитвы. Через 30-40 минут появлялись грозовые тучи и начинался проливной дождь.

Сулейман молдо был жителем села Согунду, а Джумабай молдо из села Жан Шоро. Они умерли в 1986 и 1988 годах.

Сулейман молдо говорил сельчанам о событиях, которые происходили в других местах, далеко от с.Согунды, как если бы он был участником этих событий. Информация об этих событиях приходила жителям села лишь через 4-5 дней и в точности соответствовала тому, что говорил Сулейман молдо.

До сих пор изустно передаются истории пророчеств карья из Нарына, который предсказал изменения в жизни людей с опережением на 100 лет.

Карья Бийбаев Абдурашит из с.Торт Куль предвидел события и их последствия с опережением 25-50 лет.

В Иссык-кульской области старейший мудрец Байсеркеев Муратбек из села Боконбаева поведал нам об экстраординарных способностях нескольких олея. Один из них, впадая в транс, мог точно указать где находится пропавшее стадо или предмет. Осмон Чон-ата считался заклинателем змей, так как по его «зову» к укушенному человеку приползала та змея, яд которой отравил человека. Осмон-ата был третьим Чон-ата в системе жети-ата Камчибека Чотоева из села Торткуль.

В каждой общине были свои мудрецы, об их выдающихся способностях знали все члены общины. К мудрецам обращались в минуты напряжения, в критических ситуациях в жизни общины. Мудрецы демонстрировали свои выдающиеся способности на глазах всей общины. Это была игра — демонстрация, но предельно серьезная и целомудренная.

Карья Муратбек из села Боконбаева приоткрыл нам секрет мудрых — они могут телепатически, т.е. на расстоянии общаться друг с другом. Им нет надобности физически быть рядом, обычно они никогда не видели друг друга, но узнав о публичном проявлении выдающихся способностей кого — либо, они устанавливали с ним мысленный контакт.

В памяти сельчан с.Согунду остались такие сведения о Сулейман молдо из Алая. Его часто видели сидящим в одиночестве. А когда он смеялся или улыбался, сидя один, то жители боялись, что он сошел с ума. Как говорил сам Сулейман молдо, сидя в с.Согунду, он общался с друзьями Олея из других мест.

Как мы теперь знаем, квантовая физика XXI века в точнейших экспериментах доказала как научный факт передачу мыслей человека на любое расстояние без каких-либо технических средств.

Теперь, на заре XXI века, мы осознаем, что мудрейшие старцы, мужчины и женщины, - есть фактор стабильности и благополучия народа. Это люди с выдающимися экстраординарными способностями, которые становятся на защиту народа, нации. Их оружие не меч, не физическая сила, их оружие – мощное и ясное сознание. Сознание, которое постигло законы мироздания и научилось управлять ими.

Мудрейшие становятся такими в процессе приобретения опыта публичной демонстрации своих выдающихся способностей. Экстраординарные способности необходимо демонстрировать сначала в играх детей и взрослых, чтобы развить эти способности, а потом показать эти способности публично. Тогда мудрейшие возьмут этого “стажера” в свои ряды и доведут его способности до совершенства. Но как это осуществлялось, останется сокровенным знанием избранных.

Экстраординарные способности заложены в каждом человеке, но их, как и мышцы тела, надо развивать. Пока нам доступен простой способ – игра детей, игра с детьми, и в целом – этнические игры.

### **Подведем итоги игр мудрости кыргызов:**

- игры мудрости – это в чистом виде игры сознания. Игры мудрости – это способ развития всех трех составных частей сознания – логики, интуиции, памяти;
- игры мудрости, игры мудрых – это развитие потенциала не отдельного человека, а сообщества. Забвение игр мудрости прежде всего дезорганизует сообщество, снижает качество сознания этноса и сводит на нет потенциал индивидуального и коллективного развития;
- в XXI веке скорость обновления и доступность информации приведут к тому, что мудрость будет говорить голосом юности или взрослости. Не возраст определит признак мудрости, а сила и качества сознания;
- игры мудрости кыргызов отвечает вызовам глобализации и вызовам нового тысячелетия, ибо не воинственность и драчливость, а воля, ясное, глубокое, подвижное сознание и креативность обеспечат устойчивое развитие этноса в новых исторических условиях;
- будем оптимистами и скажем себе: «Каждое поколение формирует и развивает своих мудрецов, которые будут не похожи друг на друга, но их опыт и их Уулу Сөз есть бесценные маяки на пути к будущему!»;
- задача для исследователей этнических игр – восстановить ценность игр мудрости в сознании современных кыргызов.



## **РАЗДЕЛ II.**

### **Уроки по этническим играм для учителя и врача**

**Абдырахманова Д.О.**

**Арыкова Ч.Н.**

**Джаманкулов К.**

## Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет

**Игра:** «*Балдардын ат оюну*» (игра в коняшки)

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «*Балдардын ат оюну*» (игра в коняшки) (как можно дольше находиться на спине взрослого) для развития двигательных качеств, преимущественно связанных с координацией движений, ловкостью.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы игры «*Балдардын ат оюну*»
2. Развитие ловкости
3. Воспитание честности, самопознания, самовоспитания, умение сделать выводы, быстроты ответной реакции.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей – умение держаться на коне.

**Место проведения инвентарь:** спортивный зал, ровная местность, лента.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Части урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 минут	1. Построение в 1 шеренгу.	10-15сек	В 1 шеренгу – становись. Сообщение задач урока. Подготовить необходимый инвентарь.
	2. Повороты -направо -налево	15сек	Выполнять одновременно. Выполнять через левое, правое плечо.
	3. Подскоки -на правой ноге по 4 раз -на левой ноге по 4 раз (далее попеременно)	15сек	Подскоки пружинистые. Выпрыгивать не высоко, на носках. Выполнять одновременно.
	4. Перестроение из колонны по 1-у в колонну по 2-а с поворотом в движении	10-15сек	Налево в колонну по 2 марш!
	5. Общеразвивающие упражнения	3-4мин 4-6 раз	Способ выполнения - одновременный.
Основная часть 24 мин	1. Построение в 2 колонны  2. Разучивание подвижной игры « <i>Балдардын ат оюну</i> » (игра в коняшки).  <b>Подготовка:</b> и.п. игроки стоят в 2 колонны, одна колонна участников являются «всадниками», а вторая колонна «конями». «Кони» могут быть из	10 сек  23мин	После общеразвивающих упражнений дети остаются построенными в 2 колонны. Организовать эмоциональный настрой ездока и лошади, умение действовать в полную силу, выработка тактики, стратегии, формирование неожиданных новых ситуаций <b>Правила:</b> 1.Игра начинается по команде воспитателя. «Кони» ходят по залу свободно в разных направлениях 10 минут, затем пары меняются и движение



	числа взрослых это родители, старшие брат, сестра, ровесник, «всадники» садятся на «коней» верхом держась за ленту повязанную на шее «коня». <b>Содержание игры:</b> По сигналу воспитателя «Кони» ходят по залу на четвереньках, постепенно усложняя способ передвижения. Время удержания на спине «коняшки» до 10 минут (возможны вариации), затем определяются лучшие всадники, пары меняются, и игра начинается сначала.		продолжается. 2.Побеждают «всадники», которые удержались на «коне» 10 минут без ошибок. 3. Начать ходьбу только по сигналу воспитателя. 4. Нельзя делать резкие движения. 5. Игроки не должны сбивать друг друга. 6. Удержаться на коне до 10 минут.  Побеждают «всадники», которые удержались 10 минут без ошибок.
	3. Упражнение на выносливость - приседания	2 подхода по 20 раз	Выполнять поочередно по 2 подхода. Темп обычный.
Заключительная часть 5 мин	1. Построение группы в 1 шеренгу	15сек	В одну шеренгу – становись!
	2.Упражнение на осанку -ходьба на носках, руки на поясе - ходьба на пятках, руки за головой	1,5 мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Спину держать прямо. Выполнять на раз глубокий вдох на два глубокий выдох, 3-4 тоже.
	3.Подведение итогов урока	3 мин	Выявить лучших игроков.
	4.Домашнее задание - прыжки со скакалкой - приседание	30сек 10 раз по 2 подхода 10 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях

**2. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет**

**Игра: "Ак-терек, Көк-терек"** (белый тополь-синий тополь)

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры, игра "Ак-терек, Көк-терек" (разорвать цепь из рук на бегу корпусом), для развития двигательных качеств ловкости, координации движений, быстроты.

**Задачи урока:**

- 1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры "Ак-терек, Көк-терек"
- 2. Развитие ловкости, координации движений и быстроты.
- 3. Воспитание честности, коллективизма и взаимовыручки, умения правильно реагировать на успехи и неудачи свои и своих товарищей, уступать друг другу, добиваться победы.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей – разорвать цепи из сцепленных рук команды на бегу корпусом.

**Место проведения и инвентарь:** спортивный зал, спортивная площадка, ровная поверхность.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

№	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в 1 шеренгу.	10-15сек	В 1 шеренгу – становись! Сообщение задачи урока. Сделать замечания.
	2. Повороты -налево -на право -прыжком	30сек	Добиться четкого выполнения. Повороты выполнять через левое и правое плечо.
	3. Ходьба -на внешней стороне стопы -на внутренней стороне стопы	30сек	Метод организации фронтальный. Спину держать прямо.
	4. Перестроение из колонны по 1-у в колонну по 3-и с поворотом в движении	10-15сек	Налево в колонну по 3-и – марш!
	5. Общеразвивающие упражнения.	5мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный.
Основная часть 24 мин	1. Перестроение из колонны по 1-у в колонну по 2-а с поворотом в движении. 2. Разучивание подвижной игры «Ак-терек, Көк-терек» (Белый тополь - Синий тополь).	15сек  10мин	В колону по 2 – МАРШ!  Организовать эмоциональный настрой двух команд, умение действовать в полную силу, формирование неожиданных и новых ситуаций.
	<b>Подготовка:</b> 2 колоны представляют 2 команды. По жребию определяется команда, которая начинает игру первой. Команды, взявшись за руки, выстраиваются в шеренгу друг против друга на расстоянии 20 - 30 м.  <b>Содержание игры:</b> По команде руководителя участники игры, выкрикивают хором: «Ак терек - көк терек - бизден сизге ким керек?», «Белый тополь - синий тополь, кто из нас вам нужен очень?». Команда выбирает игрока, стараясь выбрать менее сильного. Выбранный игрок, определив себе цель, бежит к противоположной команде и старается разорвать цепь. Если цепь не разрывается, он остается в этой команде. В случае удачи, в		<b>Правила игры:</b> 1. Как можно крепче держаться за руки между собой. 2. Организовать командную игру. 3. Разорвать цепь. 4. Начинать бежать сразу после слова керек (нужен).  Игра продолжается до тех пор, пока в одной из команд не оставалось ни одного человека).  Побеждает команда собравшая всех игроков другой команды.



	том месте, где разорвалась цепь, из двух игроков он забирал одного и возвращается в свою команду. Затем игру начинает другая команда.		
	3. Подведение итогов игры:	30сек	Команда победитель поощряется одобрительными словами.
	4. Упражнение на координацию движений. 1- прыжок вперед 2-присед 3- прыжок ноги врозь 4-хлопок над головой.	2мин	Выполнять одновременно. Помогать подсчетом. Следить за дыханием: - 1 вдох - 2 выдох - 3 вдох - 4 выдох
5 мин Заключительная часть	1. Построение группы в 1 шеренгу	10-15 сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Упражнение на дыхание. - руки вверх - вдох - руки вниз - выдох	1мин	При вдохе подниматься на носочки и тянуться вверх. Дыхание не задерживать.
	3.Подведение итогов занятия	3 мин	Выявить победившую команду
	4.Домашнее задание: 1. Подбрасывание и ловля мяча 2. Прыжки со скакалкой	30сек 20 раз 20 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.

### 3. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет

**Игра: "Кеседегн сууну төкпөй алып келүү"** (принести воду в пиале не разливая).

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры "Кеседегн сууну төкпөй алып келүү" (принести воду в пиале не разливая) проявить умение не разлив воды пройти до конца дистанции. Данная игра для развития ловкости, координации движений, быстроты и точности.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры "Кеседегн сууну төкпөй алып келүү".
2. Развить ловкость, координацию движений, быстроту и точность движений.
3. Воспитание умения управлять собой, рассчитывать свои движения.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицы – умение не разлив воду пройти до конца дистанции, за короткий срок.

**Место проведения и инвентарь:** спортивный зал, спортивная площадка, берег озера, ровная местность, стакан, кесе.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

№	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в 1 шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись! Сообщение задачи урока. Замечания по спортивной одежде.
	2. Повороты -кругом -прыжком -налево -направо	30сек	Выполнять по рассказу. Обратить внимание на правильное выполнение Повороты выполнять через левое и правое плечо. Спина прямая. Выполнять упражнение по свистку. Метод выполнения одновременный.
	3. Подскоки -на правой ноге 4 раз -на левой ноге 4 раз -на двух ногах 4 раз	30сек	Выполнять по рассказу. Обратить внимание на правильное выполнение. Спина прямая. Выполнять упражнение по свистку. Метод выполнения одновременный.
	4. Перестроение в круг	10-15сек	Указать дистанцию, интервал
	5. Размыкание по распоряжению	10-15сек	Вытянуть руки в стороны
	6. Общеразвивающие упражнения в кругу.	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный.
Основная часть 24 мин	1. Перестроение в 1 шеренгу	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Разучивание подвижной игры "Кеседеги сууну төкпөй алып келүү" (принести воду в пиале не разливая). <b>Подготовка:</b> Отмечается дистанция с указанием линии старта и финиша. На старте на стол ставится посуда, наполненная водой, игроки становятся в один ряд. Число игроков не менее 10-и, любого пола и возраста. <b>Содержание игры:</b> По команде руководителя игроки, поочередно беря посуду с водой, стараются как можно быстрее пройти дистанцию не разлив воды. Суметь не разлив воду пройти до конца дистанции.	10мин	Проявить умение сохранения равновесия. Формирование неожиданных и новых ситуаций.  <b>Правила:</b> 1. Стараться как можно быстрее пройти дистанцию и при этом не разливая по дороге воду. 2. Организовать парное взаимодействие. 3. Добегать до линии финиша. 4. Не мешать друг другу. 5. Игроку, пролившему воду назначается штраф – повторно пройти по дистанции. 6. Нельзя двигаться по дистанции с посудой, не заполненной водой 7. Соблюдать очередность, не мешать другим игрокам.



			8. Менять посуду с водой.  Побеждает игрок, которому удалось лучше других исполнить это упражнение.
	3. Подведение итогов игры.	30сек	Определяются победители из числа точно прошедших дистанцию.
	4. Упражнения на гибкость (активная). Пружинистые наклоны вперед и назад.	2 мин  4 подхода по 4 раз	Наклоны выполнять как можно ниже. Выполнять медленно
Заключительная часть 5 мин	1. Построение группы в 1 шеренгу	10-15 сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Упражнение на осанку. -ходьба на носках, руки на поясе, плечи отвести назад, лопатки соединить.	1 мин	Дети идут и на каждый счет выполняют глубокий вдох и выдох, спина прямая. Метод выполнения одновременный.
	3. Подведение итогов занятия	3 мин	Выявить лучших игроков.
	4. Домашнее задание 1. Наклоны: - наклон вперед на 1-4 - наклон назад на 1-4 2. Подскоки - 1-4 подскоки двумя ногами - 1-4 подскок на правой ноге - 1-4 подскок на левой ноге	30сек 4 подхода  4 подхода	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях  Выполнять подскоки на носочках

#### 4. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет

**Игра:** «*Кол кармашын жүгүрүү*» (бег взявшись за руки)

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «*Кол кармашын жүгүрүү*» (бег взявшись за руки). Сложная, командная игра с судьями. Данная игра для развития ловкости, выносливости, быстроты реакции, равновесие.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «*Кол кармашын жүгүрүү*»
2. Развитие ловкости, выносливости, быстроты реакции, равновесия.
3. Воспитание уважения друг к другу, честности и коллективизма.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей – умение бегать в паре.

**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка, стадион, зал.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов и лиц.

№	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в 1 шеренгу.	10-15сек	В 1 шеренгу – становись! Сообщение задачи урока.
	2. Ходьба -на носках -на пятках -в полуприседе	30сек	Темп медленный. Выполнять одновременно. Руки на поясе. Добиться точности выполнения.
	3. Подскоки -на правой ноге 4 раз -на левой ноге 4 раз -на двух ногах 4 раз	30сек	Выполнять по рассказу. Обратить внимание на правильное выполнение. Спина прямая. Выполнять упражнение по хлопку. Метод выполнения одновременный.
	4. Перестроение в круг	10-15сек	По кругу – Марш!
	3. Размыкание по распоряжению	10-15сек	Разомкнуться на расстоянии вытянутой руки
	4. Общеразвивающие упражнения в кругу.	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный
	5. Перестроение в 1 шеренгу	10-15сек	Следить за осанкой
Основная часть 24 мин	1. Перестроение в 1-ую шеренгу  2. Разучивание подвижной игры «Кол кармашып жүгүрүү» (бег взявшись за руки). <b>Подготовка:</b> Выбирается водящий, остальные, разделившись на две команды, становятся в шеренги по два человека на расстоянии 3-5 метров. Отмечается дистанция с линиями старта и финиша, оговариваются правила, два участника от каждой команды, взявшись за руки обусловленным способом, становятся у линии старта. Число игроков 12-20, без ограничения пола и возраста. <b>Содержание игры:</b> По команде водящего пары, не отпуская захват, устремляются вперед и как только пересекают линию	10-15сек  20-22мин	Умение действовать в полную силу, выработка своей тактики.  <b>Правила игры. Нельзя:</b> 1. Отпускать захват. 2. Передвигаться по дистанции в одиночку. 3. Начинать движение раньше времени. 4. Расцеплять руки. Пары должны пересечь линию финиша.  Побеждает команда, закончившая передвижение первой. Затем игра продолжается.



	финиша, движение начинают следующие пары.		
	3. Подведение итогов игры	1 мин	Выявить самых быстрых.
	4. Упражнение на ловкость. -1-прыжок влево двумя ногами -2-прыжок вправо двумя ногами 3-4 - тоже	1 мин	Метод выполнения одновременный. Спину держать прямо. Темп выполнения с максимальной скоростью.
Заключительная часть 5 мин	1. Построение группы в 1 шеренгу	10-15 сек	В 1 шеренгу – становись!
	2. Упражнение на внимание: 1-правую руку в сторону, левую руку вперед 2-правую руку вверх, левую в сторону 3- правую руку вперед, левую вверх 4-левую руку вперед, правую в сторону	1 мин	Оказать помощь показом и рассказом. Вести подсчет. Требовать точности выполнения движений.
	5. Подведение итогов занятия	2 мин	Выявить лучшие пары и самых внимательных.
	6. Домашнее задание - челночный бег 5х5	30сек 3 раза	выполнять сохраняя темп

## 5. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет

**Игра:** «*Жаш балдардын жарышы*» (соревнование детей в беге)

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «*Жаш балдардын жарышы*» (соревнование детей в беге). Игра преимущественно связанная с развитием двигательных способностей: координации движений, скорости, ловкости и элементов скоростной выносливости.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «*Жаш балдардын жарышы*».
2. Развитие координации движений, скорости, ловкости.

3. Воспитание мышления, уважения соперника, честности, умению сделать выводы.  
**Конечный результат:** формирование умений и навыков овладения игровой единицей – бег на скорость стандартной дистанции.  
**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка, поле, стадион, зал.  
**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов и лиц.

№	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1.Построение в 1 шеренгу.	10-15сек	В 1 шеренгу – становись.
	2.Задание на внимание	1-2мин	Сообщение задачи урока Расчет на 1-й, 2-й
	1-2-3 – перестроение из 1 шеренги в -2 4 – хлопок перед собой 5-6 – поворот направо 7-8 – 2 хлопка перед собой 1-2-3 – перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 4 – хлопок над головой 5-6 – поворот налево 7-8 – 2 хлопка над головой	2 мин	Выполнять по рассказу  Повторно выполнять 3 раза подряд в нарастающем темпе  Определить ошибки, качество выполнения Можно выполнять отдельно на восьмерке
	3. Перестроение по 2, 3, 4 с поворотом в движении	10-15сек	Указать дистанцию, интервал
	4. Размыкание по распоряжению	10-15сек	Разомкнись!
	5. Общеразвивающие упражнения без предметов	4-мин 4-6 раз	Способ выполнения отдельный
	6. Перестроение в 1 шеренгу	10-15сек	Следить за осанкой
Основная часть 24 мин	1.Разучивание игры <b>Жаш балдардын жарышы</b> (состязание детей в беге).  <b>Подготовка:</b> Выбирается водящий, отмечается дистанция; остальные участники становятся в ряд. Число игроков 10-12, без ограничения пола. <b>Содержание игры:</b> По команде водящего участники стараются быстрее пробежать дистанцию.	18-19 мин	Определить значимость в игре себя и соперника. Умение действовать в полную силу, выработка тактики и стратегии. <b>Правила игры.</b> 1.Нельзя начинать состязание до команды, 2.Мешать друг другу, 3.Не добегать до финиша.  Побеждает прибежавший к финишу первым. Затем игра продолжается. Бег может повторяться 2 – 5 раз.
	Подведение итогов игры Определение победителя	1 мин.	Поощрить победителей, выявить лучших.
	Упражнение на силовую выносливость - и.п. о.с. - 1-полуприсед, руки вперед - 2 – и.п. 3-4 тоже	4 мин  20 раз	Выполнять поочередно по 3 подхода. Темп средний.
	Построение группы в 1 шеренгу	10-15 сек	В любой точке зала
За кл			



Упражнение на дыхание 1- руки вверх, подняться на носки –вдох; 2- руки опустить – выдох; 3-4 тоже	1,5-2 мин	Проводить по показу и рассказу
Подведение итогов занятия	3 мин	Выявить лучших
Домашнее задание 1- полный присед 2- встать 3-4 тоже	30сек 3 подхода по 10 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях Выполнять в быстром темпе.

6. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет

Игра: «Айры куйрук» (вилохвостый).

Цель: Освоение содержательной стороны игры «Айры куйрук» (вилохвостый), для развития двигательных качеств преимущественно связанных с координацией движений, меткостью, ловкостью, быстротой реакции и мышления.

Задачи урока:

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Айры куйрук»
2. Развитие координации движений, меткости, ловкости, быстроты реакции.
3. Воспитание мышления, правильной реакции на успехи и неудачи свои и своих товарищей, умение делать выводы.

Конечный результат: формирование умений и навыков и овладение игровой единицей – хищная птица за минимальное время должна переловить всех цыплят.

Место проведения: спортивная площадка, футбольное поле, спортивный зал.

Инвентарь: площадка

Меры безопасности: площадка должна быть ровной, без посторонних предметов и лиц.

№	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6мин	1.Построение в 1 шеренгу.	10-15сек	В 1 шеренгу – становись.
	2.Задание на внимание	1-2мин	Сообщение задачи урока Расчет на 1-2
	3.Перестроение в колонну по одному	4-5 мин	Выполнять по рассказу
	4.ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе		Колени не сгибать
	5.бег в колонне по одному		Не мешать друг другу
	6. по сигналу воспитателя ходьба врассыпную, бег врассыпную		Разбегаться в разные стороны
	3. Перестроение по 2, 3, 4 с поворотом в движении	10-15сек	Указать дистанцию, интервал
	4. Размыкание по распоряжению	10-15сек	
	5. Общеразвивающие упражнения без предметов	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения одновременный (раздельный)
	6. Перестроение в 1 шеренгу	10-15сек	Следить за осанкой

Основная часть 24 мин	<p>1.Разучивание подвижной игры <b>Айры куйрук (вилохвостый)</b></p> <p><b>Подготовка:</b> Игра проводится по всей площадке зала. Дети, подражая хищным птицам, выбирают беркута, цыплят, курочку-мать.</p> <p>Беркут находится на одной стороне, напротив становится курочка мать и за нею цыплята.</p> <p>Число игроков 10-16, без ограничения пола и возраста.</p> <p><b>Содержание игры:</b> По команде ведущего беркут должен переловить всех цыплят, мать должна сторожить их, а цыплята резвятся, бегают от хищницы и кричат, декламируют: «Айры куйрук куу-ку! Айры куйрук куу-ку!», («Вилохвостый, догони! Вилохвостый, догони!»).</p>	10-12 мин.	<p>Организовать эмоциональный настрой игроков, развлечения и формирование неожиданных новых ситуаций.</p> <p><b>Правила игры.</b></p> <p>1. Хищная птица за минимальное время должна переловить всех цыплят.</p> <p>2. После того как беркут поймал всех цыплят, выбирается новый беркут.</p> <p>3. Нельзя толкаться, мешать друг другу.</p> <p>4. Победитель определяется по количеству пойманных цыплят.</p> <p>Лучшим беркутом становится тот, кто переловит всех цыплят. Лучшей курочкой матерью становится та курочка, которая не даст ловить цыплят. Игра продолжается до тех пор, пока или беркут не переловит цыплят или курочка спасет всех цыплят.</p>
	Подведение итогов игры Определение победителя	1 мин.	Поощрить победителей.
	Упражнение на быстроту - челночный бег 5х5	3 подхода	Выполнять поочередно по 3 подхода. Темп средний.
	Построение группы в 1 шеренгу	10-15 сек	В любой точке зала
Заключительная часть 5 мин	<p>Упражнение на расслабление и.п. о.с.</p> <p>1- 3 взявшись за локоть противоположной руки тянут ее.</p> <p>4 –и.п.</p> <p>5-8 тоже со сменой руки</p>	1,5-2 мин	Проводить по показу и рассказу
	Подведение итогов занятия	3 мин	Выявить лучшие пары
	<p>Домашнее задание</p> <p>- прыжки со скакалкой</p>	<p>30сек</p> <p>По 15 раз в 3 подхода</p>	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях

## 7. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет

**Игра: «Баш кийим алып качуу»** (похищение головного убора)

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Баш кийим алып качуу» (похищение головного убора) заключается в том, чтобы незаметно утащить тюбетейку с головы соперника и занести за мару, где находится ведущий. Игра для развития двигательных



качеств, преимущественно связанных с координацией движений, стойкостью, скоростно-силовых качеств и ловкости.

**Задачи урока:**

- 1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «*Баш кийим алып качуу*»
- 2. Развитие координации движений, стойкости, быстроты и ловкости.
- 3. Воспитание честности по отношению к сопернику, сознательности и дисциплинированности.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей – утащить тюрбетейку с головы соперника.

**Место проведения, инвентарь:** площадка, стадион, спортивный зал, тюрбетейка

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

№	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в 1 шеренгу.	10-15сек	В 1 шеренгу – становись.
	2. Задание на внимание	1-2мин	Сообщение задачи урока Расчет на 1-2
	Построение в шеренгу. -Перестроение в колонну по одному; -ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; -бег в колонне по одному; -ходьба врассыпную; -бег врассыпную.	4-5 мин	Проверка осанки и равнения;  Колени не сгибать  По команде воспитателя
	3. Перестроение по 2, 3, 4 с поворотом в движении	10-15сек	Указать дистанцию, интервал
	4. Размыкание по распоряжению	10-15сек	Разомкнись!
	5. Общеразвивающие упражнения	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный
	6. Перестроение в 1 шеренгу	10-15сек	Следить за осанкой
Основная часть 24 мин	1. Разучивание подвижной игры <b>Баш кийим алып качуу (похищение головного убора)</b>  <b>Подготовка:</b> Участники игры выбирают ведущего, остальные участники делятся на две команды. Все участники должны быть в головных уборах. Вычерчиваются линии между ними 4 метра, ведущий становится с одной стороны от линий и наблюдает за игрой, команды стоят за своими линиями. Дети приносят похищенный головной убор за свою линию. Цель игры заключается в том, чтобы	10-12 мин	Должен присутствовать навык охоты, сильного защитника, умение действовать в полную силу, формирование неожиданных новых ситуаций.  <b>Правила игры</b> 1. Утащить тюрбетейку с головы соперника 2. Нужно занести тюрбетейку за свою линию.  Побеждает та команда, которая принесла большее количество головных уборов.

	незаметно утащить тубетейку с головы соперника и занести за свою линию. Число игроков 10-16, без ограничения пола и возраста. <b>Содержание игры:</b> По команде ведущего игроки, стоящие за своими линиями бегут к противоположной команде стараются незаметно утащить тубетейку с головы соперника и вернуться за свою линию. Ведущий считает количество принесенных головных уборов.		
	Подведение итогов игры Определение победителя	1 мин.	Поощрить победителей
	Упражнение на выносливость - подскоки со скакалкой	3 подхода по 20 раз	Темп средний.
	Построение группы в 1 шеренгу	10-15 сек	В любой точке зала
Заспичивательная часть 5 мин	Упражнение на внимание: 1- руки вперед 2- руки в стороны 3- руки вверх 4- руки вниз	1,5-2 мин	Объяснить один раз. Вести четкий подсчет. Темп быстрый.
	Подведение итогов занятия	3 мин	Выявить лучших
	Домашнее задание приседания	30сек 5 подходов по 10 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях

**8. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет**

**Игра: «Жапынбак» (прятки)**

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Жапынбак» (прятки). Игра преимущественно связанная с координацией движений, меткостью и ловкостью.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Жапынбак»
2. Развитие координации движений, меткости, ловкости.
3. Воспитание дружбы, коллективизма, взаимопомощи.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей – спрятаться как можно лучше.

**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка, спортивный зал.

№	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1.Построение в 1 шеренгу.	10-15сек	В 1 шеренгу – становись. Проверка осанки и равновесия.
	2.Задание	1-мин	Сообщение задачи урока
	3.Перестроение в колонну по одному	4-5 мин	Выполнять по рассказу
	4.Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе		Колени не сгибать



	5.Бег в колонне по одному 6. По сигналу воспитателя ходьба врассыпную, бег врассыпную		Не мешать друг другу Разбегаться в разные стороны
	7.Перестроение в колонну по одному в движении	10-15сек	Указать дистанцию, интервал
	8. Размыкание по распоряжению	10-15сек	Разомкнись!
	9. Общеразвивающие упражнения	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения отдельный
	10. Перестроение в 1 шеренгу	10-15сек	Осанка прямая
Основная часть 24мин	<b>1.Разучивание подвижной игры Жашыбак (прятки)</b>  <b>Подготовка:</b> Выбираются два ведущих. Затем каждый из участников выбирает себе имя, и попарно подходит к ведущим со своими загаданными именами. Так играющие делятся на две команды. После этого проходит жеребьевка. Таким образом, определяется: какой команде прятаться, какой искать. Обычно предпочтение отдается прятанью. Прятаться можно в любом месте. Если водящая команда найдет всех игроков соперника, они меняются местами. Число игроков 10-16, без ограничения пола и возраста. <b>Содержание игры:</b> По команде ведущего игроки одной команды прячутся, пока игроки другой команды ждут. При этом из команды остается один игрок, который прячется в последнюю очередь. Его задача - наблюдать за тем, чтобы команда соперников не подглядывала. Если команда не нашла спрятавшегося игрока. Тогда игрок, которого не нашли, выбегает с криком: «Бир тай!», «Один жеребенок!», т.е. одно очко, и игра продолжается вновь.	10-12 мин	Поведение в новых ситуациях, поиск необычного, умение предугадать события. <b>Правила игры.</b> 1.Набрать наибольшее количество очков. 2.Если водящая команда найдет всех игроков соперника, они меняются местами. 3.Прятаться можно в любом месте 4.Если команда не нашла одного из игроков, то команда может сдаться.  Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.
	Подведение итогов игры Определение победителя	1 мин.	В конце воспитатель отмечает игроков, которых не могли найти

	Упражнение на координацию движений: Перебрасывание мячей в шеренгах после удара мячом о пол (по сигналу воспитателя дети ударяют мячом о пол, затем ловят двумя руками и перебрасывают партнеру).	5-6 раз	Выполнять поочередно по 3 подхода. Темп обычный.
Заклочительная часть 5 мин	Построение группы в 1 шеренгу	10-15 сек	В любой точке зала
	<b>Игра «Саноо (счет)»</b> Дети, сделав глубокий вдох, поочередно начинают считать до тех пор, пока хватит набранного воздуха. Побеждает тот, кто сумеет произнести наибольшее число цифр.	1.5-2 мин	<b>Подготовка к игре:</b> Участники становятся в круг, договариваются об очередности. <b>Правила игры.</b> Нельзя делать повторный вдох и снова продолжать считать цифры, мешать друг другу.
	Подведение итогов занятия	3 мин	Выявить лучшую команду
	Домашнее задание - ходьба по прямой 10 метров - прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (расстояние 4 метра)	3x10 5-6 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях

## 9. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 4-5 лет

**Игра: «Орто топ»** (игра с мячом)

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Орто топ» (игра с мячом). Игра для развития двигательных способностей преимущественно связанная с точностью, координацией движения, силой и устойчивостью.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Орто топ».
2. Развитие точности, координации движений, силы и устойчивости.
3. Воспитание высокой степени самообладания, умения подавить в себе отрицательные эмоции.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей – точное попадание

**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка, стадион, спортивный зал, мяч.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

№	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в 1 шеренгу.	10-15сек	В 1 шеренгу – становись.
	2. Объяснение задания	1-2мин	Сообщение задачи урока
	3. По сигналу воспитателя дети перестраиваются в колонну по одному. - ходьба на носках руки на поясе, бег - ходьба и бег между предметами, поставленными в один ряд	4-5 мин  40-50 сек	Выполнять по рассказу Идут по залу за ведущим. Обратить внимание детей на то, что ноги были прямые, шаги короткие, туловище выпрямлено и подтянуто, пятки не касались пола, руки удобно поставлены на



			поясе. Ходьбу и бег чередовать. Расстояние 40см
	3. Перестроение по 4 с поворотом в движении	10-15сек	Указать дистанцию, интервал
	4. Размыкание по распоряжению	10-15сек	Разомкнись!
	5. Общеразвивающие упражнения	5мин 7-8 раз	Способ выполнения игровой
Основная часть 24 мин	<b>Разучивание подвижной игры «Орто топ»</b>  <b>Подготовка:</b> Дети делятся на две команды. По жребию определяется водящая команда, которая занимает место в центре площадки, и игроки из другой команды встают вокруг круга, и начинают выбивать игроков из круга. Число игроков 10-16, без ограничения пола и возраста. <b>Содержание игры:</b> По команде ведущего игроки начинают выбивать игроков из круга. Выбитые игроки выходят из круга. Когда все игроки внутри круга будут выбиты, команды меняются местами и игра продолжается.	10-12 мин	Развивать менеджерские способности, настойчивость, целеустремленность, упорство, уверенность в себе, коллективизм. <b>Правила игры.</b> 1.Если мяч попал в игрока, он выходит из круга. 2.Если игрок, изловчившись, поймает мяч, то продолжает игру. Затем команды меняются местами. 3.Мяч должен попасть в туловище игрока  Побеждает команда, которая выбьет всех игроков.
	Подведение итогов игры Определение победителя	1 мин.	Поощрить победителей
	Упражнение на быстроту, силу, выносливость - прыжки – подпрыгивание на двух ногах; -подбрасывание малого мяча (диаметр 6-8см) вверх двумя руками. - бег в среднем темпе	4-6 подряд  12-15 раз подряд  1,5 мин	Выполнять одновременно, по сигналу воспитателя. Темп медленный.  И.П. ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. Следить за полетом мяча и ловить, стараясь не прижимать его к груди.
	Построение группы в 1 шеренгу	10-15 сек	В любой точке зала
Заключительная часть 5 мин	<b>Игра «Саноо (счет)»</b> Дети, сделав глубокий вдох, поочередно начинают считать до тех пор, пока хватит набранного воздуха. Побеждает тот, кто сумеет произнести наибольшее число цифр.	1.5-2 мин	<b>Подготовка к игре:</b> Участники становятся в круг, договариваются об очередности. <b>Правила игры.</b> Нельзя делать повторный вдох и снова продолжать считать цифры, мешать друг другу.
	Подведение итогов занятия	3 мин	Выявить лучших
	Домашнее задание - подбрасывание мяча	15-20 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях

**Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.**

**Игра:** «Ат оюн» (игра в лошадки)

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Ат оюн» (игра в лошадки). Игра для развития двигательных качеств, преимущественно связанных с быстротой, силой, ловкостью и взаимодействию с партнером.

**Задачи урока:**

- 1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Ат оюн» (игра в лошадки)
- 2. Развитие быстроты, скоростно-силовых качеств и ловкости
- 3. Воспитание уважения соперника, честности, самопознания, самовоспитания, умение сделать выводы.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - управление лошадкой.

**Место проведения и инвентарь:** площадка, поле, стадион, спортивный зал, 2 веревки по 1,5 метра.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в шеренгу. Объяснение задания. По сигналу воспитателя дети перестраиваются в колонну по одному и идут по залу за ведущим.	10-15сек	В одну шеренгу становись!
	2. ходьба на носках, руки на поясе, бег.	1 мин	При ходьбе на носках воспитатель обращает внимание детей на то, чтобы ноги были прямые, шаги короткие, туловище выпрямлено и подтянуто, пятки не касались пола, руки удобно поставлены на поясе. Темп средний.
	3. ходьба и бег между предметами, поставленными в один ряд	Расстояние 40 см, 40-50сек	В ходьбе и беге между предметами главное – ловко, не касаясь и не задевая предметов, пройти и пробежать между ними. Упражнение в ходьбе и беге проводятся в чередовании.
	4. Перестроение в 3 колонны по сигналу воспитателя	10-15сек	Налево в колонну по 3 марш!
	5. Обще развивающие упражнения с мячом.	4 мин	Способ выполнения поточный.



Основная часть 26 мин	<p>2. Разучивание подвижной игры «Ат оюн» (игра в лошадки).</p> <p><b>Подготовка:</b> Выбирается водящий, остальные делятся на две равные команды и становятся в шеренги на расстоянии 1,5 метра друг от друга. Обозначается дистанция с отметкой старта и финиша 15м. От каждой команды на старт выходят по два человека. Один из них надевает веревку и пропускает сзади под руки, другой, завязав концы, берется за веревку и становится сзади, слегка натянув веревку. Число игроков 10-16, без ограничения пола и возраста.</p> <p><b>Содержание игры:</b> По команде водящего игроки начинают передвигаться по дистанции. Как только они проходят дистанцию, веревки передаются следующей паре и т.д.</p>	8-10мин	<p>Организовать эмоциональный настрой «ездока и лошади», умение действовать в полную силу, выработка тактики, стратегии, формирование неожиданных новых ситуаций</p> <p><b>Правила:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя начинать передвигаться без команды водящего.</li> <li>2. Нельзя передавать веревки, следующей паре, не пройдя дистанции.</li> <li>3. Надо добегать до конца дистанции.</li> </ol> <p>Побеждает команда, которая первой завершит движение.</p>
	3. Подведение итогов игры.	1мин	Поощрить победителей.
	<p>4. Упражнение на выносливость и силу</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки (подпрыгивание на двух ногах);</li> <li>- подбрасывание малого мяча (диаметр 6-8 см) вверх двумя руками.</li> </ul> <p>-бег в среднем темпе</p>	<p>4-6 прыжков</p> <p>12-15 раз</p> <p>1,5 мин</p>	<p>Выполнять подряд, затем пауза и снова прыжки по сигналу воспитателя.</p> <p>При выполнении бросков воспитатель обращает внимание детей на исходное положение ног: ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. Следить за полетом мяча и ловить, стараясь не прижимать его к груди. Бег в среднем темпе в колонне по одному.</p>
	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	10-15 сек	В 1 шеренгу – становись!
Заключительная часть 5 мин	<p>2. Упражнение на осанку</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба на носках, руки на поясе</li> <li>- ходьба на пятках, руки за голову</li> </ul>	1мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Спину держать прямо. Выполнять глубокий вдох на 1-2 и на 3-4 выдох.
	3. Подведение итогов занятия.	3 мин	Выявить лучшую команду.

	4. Домашнее задание - прыжки в высоту с места - бросание мяча вверх и ловля руками, с хлопком в ладоши	4-5 раз 15-20 раз	Выполняется в домашних условиях
--	--	----------------------	---------------------------------

**2. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.**

**Игра: «Из кумай» (ходьба и бег по пятам).**

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Из кумай» (ходьба и бег по пятам).

Игра для развития двигательных способностей, ловкости, быстроты реакции, скорости.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Из кумай» (ходьба и бег по пятам).
2. Развитие ловкости, быстроты реакции, быстроты.
3. Воспитание уважения к сопернику, честности, эстетического эффекта, самовоспитания и самопознания.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - умение идти по следу.

**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка, спортивный зал, поле, лужайка.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1 шеренгу – становись! Проверка равнения и осанки, объяснение заданий.
	2. Ходьба в колонне по одному, переход на ходьбу между предметами, затем бег.	30сек	по сигналу воспитателя. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.
	3. Ходьба врассыпную, бег врассыпную	30сек	По сигналу воспитателя, чередование. При беге за границы площадки не выходить.
	4. Перестроение из колонны в круг.	10-15сек	Указать дистанцию, интервал
	5. Обще развивающие упражнения в кругу.	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения поточный



Основная часть 24мин	<p>2. Разучивание подвижной игры «Из кумай» (ходьба и бег по пятам).</p> <p><b>Подготовка:</b> Выбирается водящий. Остальные становятся в колонну по одному, плотно друг к другу за водящим.</p> <p>Количество участников 3-15.</p> <p><b>Содержание игры:</b> По сигналу колонна во главе с водящим движется по площадке, увеличивая скорость. Когда скорость движения становится достаточно большой, водящий, начинает изменять направление движения. Остальные строго должны следовать за ним. Участники, не сумевшие следовать за водящим, удержаться в колонне, выбывают те, кто сумел удержаться, считаются победителями.</p>	8-10мин	<p>Формирование неожиданных и новых ситуаций. Предугадать действия, воспитать внимание, сосредоточенность.</p> <p><b>Правила:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя отставать при движении от впереди идущего.</li> <li>2. Водящему как можно чаще изменять направление движения.</li> <li>3. Надо суметь удержаться в колонне.</li> </ol> <p>Игра продолжается до обусловленного времени или счета.</p>
	3. Подведение итогов игры.	2мин	<p>Поощрить победивших. Похвалить всю группу.</p>
	<p>4. Упражнение на ловкость и силу:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки в высоту с места</li> <li>-бросание мяча вверх и ловля руками, с хлопком в ладоши</li> <li>- ползание на четвереньках между предметами в чередовании с ходьбой и бегом</li> </ul>	<p>4-5 раз</p> <p>15-20 раз</p> <p>2-3 раз</p>	<p>Метод организации фронтальный.</p> <p>Выполнять одновременно.</p>
Заключительная часть 5 мин	<p>Игра «Күзгүбү же таракпы?»</p> <p><b>Подготовка к игре:</b> Участники методом жеребьёвки определяют водящего, который садится спиной к остальным на расстоянии 5-6 м с закрытыми глазами. Количество участников - неограниченно; определить водящего</p> <p><b>Содержание игры:</b> Игрок подходит сзади водящего и закрывает его глаза ладонями. Один из игроков спрашивает: «Күзгүбү же таракпы?» «Зеркало или гребёнка?». После ответа водящего, он проводит ладонями</p>	4,5-5 мин	<p><b>Правила игры.</b> Если угадает, они меняются местами. Если не угадал, продолжает водить дальше.</p>

	или как күзгү (зеркало) гладко, или как тарак (гребёнка) раскрытыми пальцами рук. После этого садится на своё место. Затем водящий должен отгадать, кто подходил.		
	3. Подведение итогов занятия.	1 мин	Выявить лучших игроков. Сделать замечания не дисциплинированным.
	4. Домашнее задание. - прыжки со скакалкой - ходьба на четвереньках	30сек 20 раз До 5 мин	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.

### 3. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

**Игра: «Жүрүү» (ходьба).**

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Жүрүү» (ходьба). Игра для развития двигательных способностей.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Жүрүү» (ходьба).
2. Развитие быстроты и двигательных способностей.
3. Воспитание дружбы между игроками.

**Конечный результат:** Формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - ходьба на быстроту.

**Место проведения и инвентарь:** поле, дорога, берега озер, горные впадины, фишка.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в 1-у шеренгу.	30сек	В 1-у шеренгу – становись! Сообщение задачи урока. Подготовить необходимый инвентарь.
	2. Перестроение в колонну по одному (прыжком).	30сек	Добиться четкого одновременного выполнения.
	3. Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе	1 мин	Метод выполнения одновременный. Вести подсчет. Спина прямая. При ходьбе согнутая в колене нога поднималась вперед-вверх, носок при этом был оттянут, шаги несколько короче, чем при обычной ходьбе.
	4. Бег в колонне по одному	До 1 мин	Бег выполнять за воспитателем, темп бега умеренный. Переход на обычную ходьбу. При беге руки согнуты в локтях и туловище наклонено чуть вперед.



	5. Обще развивающие упражнения.	3-4мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный.
Основная часть 24 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – Становись!
	2. Разучивание подвижной игры «Жүрүү» (ходьба).  <b>Подготовка:</b> Выбирают водящего. Участники делятся на две равные команды, которые становятся в шеренги на расстоянии 4-5 метрах друг от друга. Отмечается линия старта и от нее в 20-25 метрах кладется предмет или устанавливается фишка. Количество участников – неограниченное. <b>Содержание игры:</b> По команде водящего участники, стоящие первыми, начинают движение. Дойдя до столбиков, обходят их, возвращаются назад и становятся в колонну последними.	10мин	Организовать эмоциональный настрой, выработка тактики, умение действовать в полную силу. <b>Правила:</b> 1. Нельзя раньше команды начинать ходьбу. 2. Во время передвижения мешать друг другу. 3. Без объективной причины не доходить до финиша. Побеждает команда, первой пришедшая на финиш.
	3. Подведение итогов игры.	1мин	Поощрить победившую команду.
	4. Упражнение на ловкость, быстроту реакции - ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. - ходьба по канату (веревке) боком приставным шагом, руки на поясе.  - бросание мяча вверх двумя руками и ловля его, бросание мяча вверх и ловля его с хлопком	3-2 раза  2-3 раза       10-12 раз	Воспитатель ставит две скамейки параллельно одна другой и в метре от них вдоль зала кладет два каната. Дети перестраиваются в две колонны и одновременно выполняют вначале ползание, затем упражнение в равновесии. По сигналу воспитателя дети перестраиваются в колонну по одному, проходя мимо короба, берут по одному мячу (большого диаметра) и приступают к бросанию.
Заключительная часть 5 мин	1. Построение в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!
	<b>Шар үйлөмөй (надувание шаров)</b> <b>Подготовка к игре:</b> Выбирается ведущий. Участники, взяв в руки	1мин	<b>Правила игры.</b> Нельзя раньше и после команды продолжать надувание. Побеждает тот, кто раньше

	по шару, становятся в круг; договариваются об очередности. <b>Содержание игры.</b> По команде одного ведущего все начинают надувать шары.		других сумеет надуть шар. Упражнение может продлиться до обусловленного времени.
	3. Подведение итогов занятия.	3мин	Выявить лучшую команду.
	4. Домашнее задание. - бег	1,5мин	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях на месте, с перемещением

4. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

Игра: «**Өрдөк басыш**» (передвижение в приседе).

Цель: Освоение содержательной стороны игры «Өрдөк басыш» (передвижение в приседе). Для развития двигательных качеств ловкости, выносливости, быстроты реакции, быстроты.

Задачи урока:

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Өрдөк басыш» (передвижение в приседе).

2. Развитие ловкости, выносливости, быстроты реакции, быстроты.

3. Воспитание честности, уважение к сопернику, самодисциплины.

Конечный результат: формирование умений, навыков и овладение игровой единицей – передвижение, сидя на корточках.

Место проведения и инвентарь: спортивная площадка, зал.

Меры безопасности: площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1.Построение в 1-у шеренгу.	30сек	В 1-у шеренгу – становись! Сообщение задачи урока. Подготовить необходимый инвентарь.
	2. Перестроение в колонну по одному (прыжком).	30сек	Добиться четкого одновременного выполнения.
	3. Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе	1мин	Метод выполнения одновременный. Вести подсчет. Спина прямая. При ходьбе согнутая в колене нога поднималась вперед-вверх, носок при этом был оттянут, шаги несколько короче, чем при обычной ходьбе.
	4. Бег в колонне по одному	До 1 мин	Бег выполнять за воспитателем, темп бега умеренный. Переход на обычную ходьбу. При беге руки согнуты в локтях и туловище наклонено чуть



			вперед.
	5. Обще развивающие упражнения.	3-4мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный.
Основная часть 24 мин	1. Перестроение группы в 2-е шеренги.	10-15сек	В 2-е шеренги – становись!
	2. Разучивание подвижной игры « <b>Орлок басыш</b> » (передвижение в приседе). <b>Подготовка:</b> Выбирают водящего, остальные, разделившись на две команды, становятся в шеренги на расстоянии 3-4 метра друг от друга. Водящий отмеряет дистанцию 25-30 метров с отметками старта и финиша; направляющие выходят на старт и занимают позу в приседе. Количество участников 12-20. <b>Содержание игры:</b> По команде водящего направляющие передвигаются по дистанции в приседе; как только они пересекут финишную линию, начинают передвигаться следующие.	9мин	Умение действовать в полную силу, организовать эмоциональный настрой команды, развить тактику и преодолевать себя. <b>Правила. Нельзя:</b> 1. Раньше команды воспитателя начинать передвижение. 2. Передвигаться стоя. 3. Передвигаться очередному участнику, пока не пересечет линию финиша товарищ по команде. Побеждает команда, пришедшая на финиш первой. Упражнение может повторяться 2-3 раза.
	3. Подведение итогов игры.	2мин	Поощрить победившую команду.
	4. Упражнение на ловкость и устойчивое равновесие - Перебрасывание мячей друг другу.  - ползание по скамейке, опираясь на предплечья и колени. - Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.		Двумя руками из-за головы, ноги на ширине плеч, стоя в двух шеренгах на расстоянии 2,5м. Выполнять поочередно. Соблюдать дистанцию.
Заключительная часть 5 мин	1.Перестроение в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Упражнение на осанку -ходьба на носках, руки на поясе, плечи отвести назад, лопатки соединить.	1мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Темп медленный. Метод выполнения одновременный. Выполнять на 1-2 глубокий вдох и на 3-4 выдох.
	3. Подведение итогов занятия.	2мин	Выявить лучшую команду.

4. Домашнее задание. - ходьба по прямой линии - бросание мяча вверх двумя руками и ловля его, бросание мяча вверх и ловля его с хлопком	20м 10-12 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.
---	------------------	--

5. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

Игра: «Кубалап жетмей» (догонялки).

Цель: Освоение содержательной стороны игры «Кубалап жетмей» (догонялки). Игра для развития двигательных качеств: быстроты, ловкости, координации движений.

Задачи урока:

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Кубалап жетмей» (догонялки).
2. Развитие быстроты, ловкости, координации движений,
3. Воспитание дружбы между игроками, коллективизма, взаимоуважения.

Конечный результат: формирование умений, навыков и овладение игровой единицы - догнать и коснуться соперника.

Место проведения и инвентарь: спортивная площадка, поле, зал.

Меры безопасности: площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в одну шеренгу.	1мин	В 1-у шеренгу – становись! Сообщение задачи урока. Подготовить необходимый инвентарь.
	2. Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе, затем на пятках, руки за голову	60сек	Добиться четкого одновременного выполнения. Осанка прямая.
	3. бег в среднем темпе за воспитателем, ходьба	2 мин	Метод выполнения одновременный. Вести подсчет. Спина прямая.
	4. Перестроение из колонны по 1-у в колонну по 2-а.	10-15сек	Налево в колонну по 2-а – марш! Указать дистанцию, интервал.
	6. Обще развивающие упражнения в игре.	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения поточный (раздельный).
Основная часть 24 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – Становись!
	2. Разучивание подвижной игры «Кубалап жетмей» (догонялки).  Подготовка: Выбирается водящий. Остальные, разделившись на команды, становятся лицом друг к другу на расстоянии 5-6 метров: отмечается дистанция,	10мин	Становление личности, организовать эмоциональный настрой игроков. Формирование неожиданных новых ситуаций. <b>Правила. Нельзя:</b> 1. Без команды убегать или догонять. 2. Ловить друг друга за пределами площадки. 3. Толкать друг друга.



	оговариваются условия. Количество участников – 2-20. <b>Содержание игры:</b> По команде водящего одна команда убегает, а другая догоняет в пределах договоренной дистанции. Затем меняются ролями.		Упражнение может повторяться 2 и более раз. По итогам определяется команда – победительница.
	3. Подведение итогов игры.	30-40сек	Выявить самых активных игроков из группы.
	4. Упражнение на ловкость и устойчивое равновесие - Перебрасывание мяча друг другу.  - ползание по скамейке, опираясь на предплечья и колени. - Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.	2мин 3/20м	Двумя руками из-за головы, ноги на ширине плеч, стоя в двух шеренгах на расстоянии 2,5м. Выполнять поочередно. Соблюдать дистанцию.
Заключительная часть 5 мин	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Упражнение на расслабление И.п - О.С. 1-руки вперед 2-руки вверх 3-руки в сторону 4-И.п	3 мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Упражнение выполнять в медленном темпе. Руки прямые, ноги не сгибать. Дыхание произвольное.
	3. Подведение итогов занятия.	1 мин	Выявить лучших и активных игроков.
	4. Домашнее задание. - Прыжки со скакалкой	30сек 3х10раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.

## 6. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

**Игра: «Учту-Учту» (летели-летели).**

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Учту-Учту» (летели-летели). Игра для развития двигательных качеств, преимущественно связанных с ловкостью, быстротой и вниманием.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Учту-Учту» (летели-летели).
2. Развитие ловкости, быстроты и внимания.

3. Воспитание уважения друг к другу, воспитание уверенности в своих силах, настойчивости, самообладания и решительности.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - поднятие руки при произнесении летающего предмета.

**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка, лужайка, спортивный зал, бруски, обруч, мешочки.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения.	1 мин	В 1-у шеренгу – становись! Сообщение задачи урока.
	2. Ходьба в колонне по одному.	30 сек	По сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу в медленном темпе.
	3. Ходьба в различном темпе	1 мин	Темп средний, быстрый. Спина прямая.
	4. Ходьба в колонне по одному и врассыпную	30-40 сек	В среднем темпе
	5. Переход на ходьбу и перестроение в колонну по три, размыкание по распоряжению для проведения упражнений обще развивающего характера.	10-15 сек	Темп медленный, сохранять осанку.
	6. Обще развивающие упражнения в движении.	3-4 мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный.
Основная часть 24 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15 сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Разучивание подвижной игры «Учту-Учту» (летели-летели).  <b>Подготовка:</b> Выбирается водящий, остальные участники игры становятся полукругом. Водящий становится впереди так, чтобы ему хорошо было видно игроков. Количество играющих 10 – 15. <b>Содержание игры:</b> Водящий произносит «учту – учту» и, подняв руку, называет какую – либо птицу. За водящим все участники тоже поднимают руки, тем самым подтверждая, что эта птица действительно может летать. Затем водящий быстро называет то птицу, то что – либо в рифму, но не летающее, тем самым стараясь	8-10 мин	Умение читать мысли, организовать эмоциональный настрой для самого себя. Формирование неожиданных новых ситуаций. <b>Правила:</b> Нельзя: 1. Кроме водящего другим игрокам произносить «учту – учту». 2. шуметь.  Проигрывает и тот ребенок, который больше всех ошибается кто там, где надо было, не поднимает рук. Проигравший должен исполнить – песню, танец.



	сбить с толку играющих. Проигрывает тот, кто поднял руку тогда, когда были названы нелетающие предметы или живое существо.		
	3. Подведение итогов игры.	1мин	Выявить самых внимательных игроков из группы.
	4. Упражнение на выносливость - пролезание в обруч боком - перешагивание через бруски (кубики) с мешочком на голове - прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен.	5-6раз  2-3 раза  2-3 раза	Не задевая верхний край   Расстояние 2-3 метра
Закрывающая часть 5мин	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Упражнение на расслабление - ходьба 1-2 руки вверх, вдох 3-4 руки вниз, выдох	1мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Метод выполнения одновременный. Ходить по площадке в медленном темпе. Следить за осанкой.
	3. Подведение итогов занятия.	2мин	Выявить внимательных и активных игроков.
	4. Домашнее задание. - прыжки на правой и левой ноге - прыжки на обеих ногах  - бросание мяча о стену	30сек По 4 раза По 4 раза  15-20 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях. Прыжки выполнять с чередованием.

## 7. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

**Игра: «Уку (сова)» (типа день-ночь).**

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Уку (сова)» Игра для развития двигательных качеств преимущественно связанная с развитием координации движений, ловкости и быстроты.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Уку (сова)».
2. Развитие координации движений, ловкости и быстроты.
3. Воспитание нравственности, находчивости, общительности и коллективизма, взаимообучения по решению простейших задач.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - запутать игроков.

**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка, лужайка, спортивный зал.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
П	1. Построение группы в 1-у шеренгу. Перестроение в	1мин	В 1-у шеренгу – становись! Сообщение задачи урока.

	колонну по одному, ходьба. По сигналу воспитателя перестроение в колонну по два.		Проверка осанки и равнения.
	2. Ходьба в колонне по два, бег врассыпную	30сек	Темп средний. Выполнять одновременно. Руки строго на поясе. Добиться точности выполнения.
	3. Ходьба врассыпную, ходьба в колонне по одному, бег в умеренном темпе	До 1мин	Выполнять по рассказу. Обратить внимание на правильное выполнение. Спина прямая. Выполнять упражнение по сигналу. Метод выполнения одновременный.
	4. Обще развивающие упражнения в кругу.	5-6мин 4-6 раз	5-6мин 4-6 раз
Основная часть 24 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Разучивание подвижной игры «Уку (сова)».  <b>Подготовка:</b> Участники игры выбирают ведущего и «сову», остальные выполняют роль маленьких пернатых Количество играющих 10 – 12. <b>Содержание игры:</b> Ведущий громко кричит: «Таң атты!», «Утро!», и все птенцы начинают порхать и летать. «Сова» застывает на месте. Ведущий снова кричит: «Түн кирди», «Наступила ночь!», все пернатые застывают, а сова начинает обходить игроков, стараясь рассмешить их. Если кто-то зашевелится или засмеётся, то они меняются ролями с совой и игра продолжается вновь.	10мин	Умение предугадать действия. Формирование неожиданных, новых ситуаций, тактика и стратегия. <b>Правила:</b> Попытаться: 1. Не смеяться. 2. Не шевелится. 3. Не толкать друг друга.  Побеждают те игроки, которые ни разу не запнулись.
	3. Подведение итогов игры.	1мин	Выявить самых стойких.
	4. упражнение на координацию движения, силовую выносливость. - Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе.	2-3 раза	Метод выполнения поочередный.  Спину держать прямо.



	- прыжки на двух ногах через шнуры, положенные на расстоянии 50 см один от другого (4-5 шт).	2-3 раза	Не мешать друг другу.
	- бросание мяча двумя руками от груди стоя в шеренгах на расстоянии 3м.	5-6 раз	При передаче мяча локти следует опустить вниз, затем, описав мячом небольшую дугу и разгибая руки вперед, активным движением кисти послать мяч, одновременно разгибая ноги.
Заключительная часть 5 мин	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Упражнение на внимание: 1-2-шаг вперед 3-4-шаг назад 5-6-шаг влево 7-8-кругом	1мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Вести подсчет. Требовать точности выполнения движений.
	3. Подведение итогов занятия.	2мин	Выявить внимательных и ловких игроков.
	4. Домашнее задание. - приседание	30-40сек 20 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.

## 8. Конспект урока для развития физических качеств, средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

**Игра:** «Бут менен ташты алыстыкка ыргытмай» (броски камешков ногой на дальность).

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Бут менен ташты алыстыкка ыргытмай» (броски камешков ногой на дальность). Игра для развития двигательных качеств преимущественно связанных с силовой выносливостью, ловкостью и координацией движений.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Бут менен ташты алыстыкка ыргытмай» (броски камешков ногой на дальность).
2. Развитие силовой выносливости, ловкости и координации движений.
3. Воспитание уважения по отношению к сопернику, самообладания, морально-волевые качеств, умение делать выводы.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - отбрасывание камня на расстояние захватом пальцами ног.

**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка; спортивный зал, камешки, мяч, скамейка.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов и лиц.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
н о ц	1. Построение в шеренгу,	30-40сек	В 1-у шеренгу – становись!

	перестроение в колонну по одному.		Сообщение задачи урока.
	2. ходьба с высоким подниманием колен, бег врассыпную	30сек	Обратить внимание на правильное выполнение Спина прямая. Метод выполнения одновременный.
	3. ходьба между кеглями, поставленными в один ряд	30-40сек	Обратить внимание на правильное выполнение. Спина прямая. Метод выполнения одновременный.
	4. бег, переход на ходьбу	1,5 мин	В умеренном темпе
	5. Обще развивающие упражнения в кругу.	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения одновременный.
Основная часть 24 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!
	2. Разучивание подвижной игры «Бут менен тапты алыстыкка ыргытмай» (броски камешков ногой на дальность). <b>Подготовка:</b> Отмечается линия для метания, после чего участники становятся в ряд. Очередной участник, согласно договоренности на линии для метания кладет 1 – 3 камешка. Количество участников – 4 – 6. <b>Содержание игры:</b> Участник, подняв с земли зажатый пальцами ног камешек, бросает его на дальность. То же самое делают следующие.	9-11мин	Готовность к неожиданным ситуациям, эмоциональный настрой, выработка тактики.  <b>Правила:</b> Нельзя: 1. Заступать за линию для метания. 2. Мешать друг другу. 3. Кидать больше 3-х камней.  Побеждает тот, кто сумеет дальше других метнуть ногой камешек.
	3. Подведение итогов игры.	1мин	Выявить самых метких.
	4. Упражнения на ловкость, силовую выносливость. - прыжки – спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги  - перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы - переползание через препятствия (гимнастическая скамейка)	6-8 раз  10-12 раз  2-3 раз	Выполнять поочередно. Встать на скамейку, ноги слегка расставить, руки отвести назад, спрыгнуть, приземляясь на полусогнутые ноги, руки вынести вперед, затем выпрямиться. Расстояние 3м одна шеренга от другой. Бросать точно в цель Начало на расстоянии 3м от скамеек.
к в с	1. Построение группы в 1-у	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!



	шеренгу.		
	2. Упражнение на осанку. -ходьба на носках, руки на поясе, плечи отвести назад, лопатки соединить.	1-2мин	Дети идут и выполняют глубокие вдохи и выдохи, держат спину прямо. Метод выполнения одновременный.
	3. Подведение итогов занятия.	2мин	Выявить внимательных и метких игроков.
	4. Домашнее задание. - подбрасывание мяча	30сек 15-20 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.

## 9. Конспект урока для развития физических качеств, средствами народных подвижных игр для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

**Игра: «Шапалак алмай» (хлопки по кистям рук).**

**Цель:** Освоение содержательной стороны игры «Шапалак алмай» (хлопки по кистям рук). Игра для развития двигательных качеств преимущественно связанных с ловкостью, быстротой реакции, настойчивостью, целеустремленностью.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Шапалак алмай» (хлопки по кистям рук).
2. Развитие ловкости, быстроты реакции, настойчивости и целеустремленности.
3. Воспитание сознательности, дисциплины, честности, уважение сопернику, понимания, самовоспитания.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицы - успеть коснуться по тыльной стороне движущейся руки противника.

**Место проведения и инвентарь:** площадка, двор, класс, комната, спортивный зал

**Меры безопасности:** площадка должна быть без посторонних предметов под ногами.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение группы в 1-у шеренгу. Перестроение в колонну по одному.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись! Сообщение задачи урока. Подготовить необходимый инвентарь.
	2. ходьба на носках, руки на поясе	30-40сек	Добиться четкого выполнения. Подбородок поднять, осанка прямая.
	3. Бег	1,5 мин	Спину держать прямо. Темп средний.
	4. ходьба обычная, на пятках	15-20сек	Осанка прямая.
	5. Бег	30сек	Темп средний
	6. Обще развивающие упражнения.	5мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный.
Основная часть 24 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись
	2. Разучивание подвижной игры «Шапалак алмай» (хлопки по кистям рук).	8-10мин	Развитие чувствительности, улучшение эмоционального настроения, умение действовать умно, стратегии, формирование неожиданных новых ситуаций.

	<p><b>Подготовка:</b> Игроки становятся парами. Один из них кладет руки ладонями вниз на пол или стол, другой держит руки с раскрытыми ладонями на высоте 25 – 30 сантиметров над руками первого.</p> <p>Количество играющих 2–6.</p> <p><b>Содержание игры:</b> По команде ведущего второй игрок старается ударить по тыльной части ладони первого; первый в свою очередь старается убрать руки. Если попытка второго удачна, они меняются ролями. Если нет, то все остается как раньше. Затем по желанию игроки меняются партнерами. Игра может продолжаться до обусловленного времени.</p>		<p><b>Правила.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя раньше времени убирать ладони или наносить удары по ним.</li> <li>2. Придерживать руку партнера.</li> <li>3. Толкать друг друга.</li> </ol> <p>Побеждает игрок, предугадавший действия партнера.</p>
	3. Подведение итогов игры.	1 мин	Выявить самых метких.
	<p>4. Упражнение на координацию движений, ловкость.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2м.</li> <li>- ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе, голову и спину держать прямо, носок оттянуть, за предметы не задевать</li> </ul>	<p>4-5 раз</p> <p>3-4 раз</p>	<p>Выполнять поочередно.</p> <p>По сигналу дети бросают правой рукой, а затем левой рукой несколько раз. Ходьба выполняется переменным шагом, т.е. правой и левой ногой, сохраняя равновесие и удерживая правильную осанку.</p>
	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	В 1-у шеренгу – становись!
Заключительная часть 5 мин	<p>2. Упражнение на осанку</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба на носках, руки на поясе</li> <li>- ходьба на пятках, руки за головой</li> </ul>	1-2мин	<p>2. Упражнение на осанку</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1-2 вдох</li> <li>- 3-4 выдох</li> </ul> <p>Вести подсчет</p>
	3. Подведение итогов занятия.	2мин	Выявить внимательных и метких игроков.
	<p>4. Домашнее задание.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ползание на четвереньках, по прямой, змейкой</li> <li>- подбрасывание малого мяча</li> </ul>	<p>30сек</p> <p>10м, 2-3 раза</p> <p>15-20 раз</p>	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.



Утверждаю

Дата  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2012г.

### Конспект урока по подвижным играм для 1-4 классов

**Цель** – развития второй сигнальной системы детей 7-9 лет для развития речи, закрепления памяти, умелое использование словесного сигнала.

**Задачи:** 1. Разучивание игровой единицы и техники бега на короткие дистанции, прыжка в длину способом согнув ноги.

В играх «Кызыл байрак»,» Ак-терек – көк терек», «Карышкыр жана койлор», «Үкү»

2. Развитие быстроты, ловкости.

3. Воспитание дисциплинированности, целеустремленности, взаимопомощи.

4. Поднятие эмоционального настроения в процессе проведения игр.

**Конечный результат:** овладение игровой единицы: найти быстро и правильно свое место в команде, разорвать цепь на бегу корпусом цепи разорвать из рук соперника игрока, прыжок через ров и правильное приземление, поймать нарушителя правила игры.

**Время и место проведения** спортивный зал или спортивная площадка школы.

**Инвентарь:** мел, разноцветные флажки.

Ч/У	Содержание материала	Дозировка	
ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ	<p>1. Построение в шеренгу. Рапорт, сообщение задач урока.</p> <p>2 Повороты на месте. А) направо Б) на лево В) кругом</p> <p>3.Ходьба А) на носках, руки на пояс. Б) на пятках. Руки за спину. В) на внешних сводах стопы. Г) на внутренних сводах стопы.</p> <p>4. Бег. а) обычным бегом. б) бег с попеременными подскоками правой и левой ногой в) ускоряющий бег по диагонали</p>	<p>20 секунд.</p> <p>20 секунд</p> <p>1мин Ута</p> <p>1мин. 30 секунд</p>	<p>Обратить внимание на внешний вид занимающихся. Добиться четкости при сдаче рапорта. Сообщение задач урока.</p> <p>Добиться четкого выполнения поворотов. Темп медленный.</p> <p>Темп нарастающий. Спина прямая смотреть вперед.</p> <p>Темп быстрый. При выполнении ускоряющего бега необходимо соблюдать технику безопасности.</p> <p>Схема и правила игры.</p> <p>Добиться правильного и четкого выполнения команд. На вытянутые руки.</p>



5. Подвижная игра с элементами бега « Кызыл байрак». В игре водящий держит красный флажок и по сигналу руководителя игры начинает догонять всех остальных играющих ребят кого догоняет, тот играющий становится водящим сразу передают флажок водящему он должен громко крикнуть я водящий, чтоб дети все слышали.

Подведение итогов игры: кто был часто водящим его отмечают как невнимательного и медленно бегающего ученика.

Перестроение из колонны по 1 в колонну по 4.

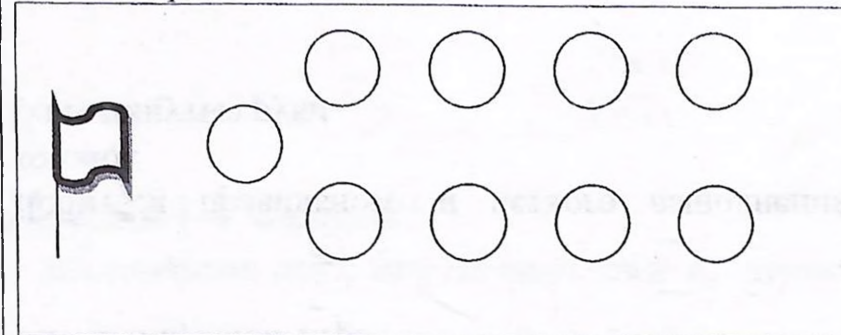
6. Размыкание по распоряжению.

Подвижные игры с элементами О.Р.У.

7. Комплекс О.Р.У, в подвижной игре « Ордун тап». Играющие выполняют О.Р.У. по заданию учителя. В процессе игры и выполнения О.Р.У поступает Словесный сигнал « Балдар эсалгыла» все дети выбегают за определенное расстояние и выполняют прыжки, подскоки и т.д. После поступает словесный сигнал « Жамгыр төкту » все дети должны вернуться в свою команду и занять то и.п. которое задал учитель.

5 минут

Схема игры



Х

Условные обозначения:

У – флажок, водящий.

О – участник игры.

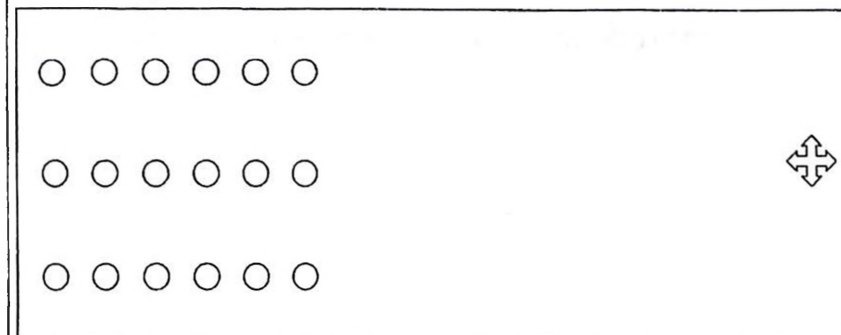
Х- руководитель игры.

Правила игры:

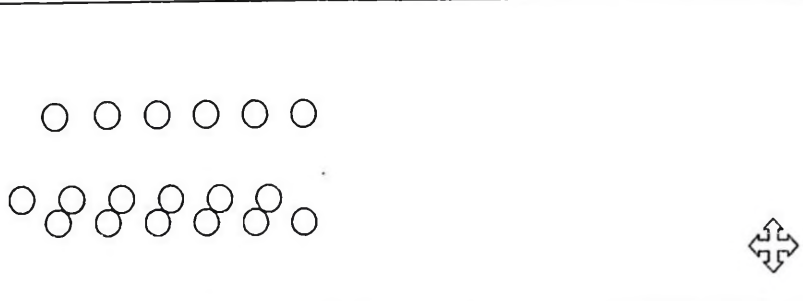
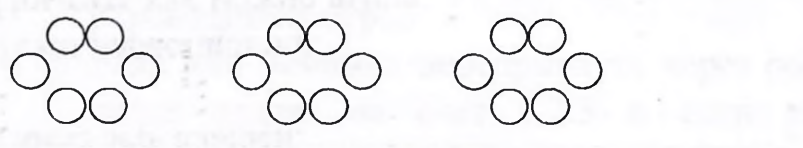
1. Догонять играющих по команде руководителя игры.

2. Водящий становится осаленный предыдущим игроком.

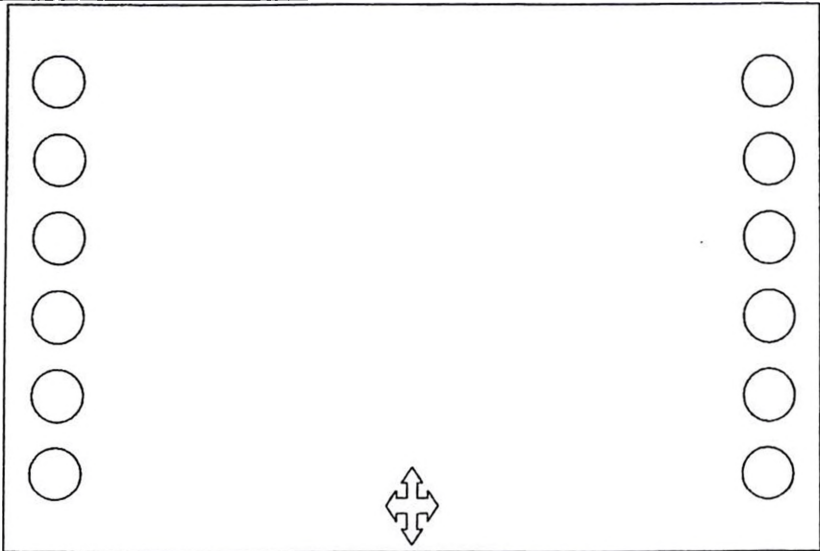
3. Как стал водящим игрок должен крикнуть « Я водящий».



7-8 минут

<p>1. и.п. -о.с. 1-руки вперед . 2.- руки вверх 3.-руки вперед 4.-и.п.</p> <p>И.П. – правая нога вперед руки на пояс, после перемещения и занимаемое исходное положение игроками команд.</p> <p>11.и.п. – руки на пояс. 1.-наклон вперед руки вниз. 2.-присед, руки вперед. 3.-наклон вперед, руки вниз. 4.- и.п.</p> <p>И.п. – наклон вперед руки за спину партнеру слева и справа.</p> <p>11.и.п.- ноги врозь, руки на пояс. 1.-мах левой ногой к правой руке. 2.-и.п. 3. – мах правой ногой к левой руке. 4.-и.п.</p> <p>И.П.- Становятся в круг руки вверх создавая форму тундука каждая команда.</p> <p>1У.-и.п.-о.с. 1.- упор присев. 2.-упор лежа. 3.-упор присев.4.-и.п.</p>	<p>5-6 раз</p> <p>5-6 раз</p> <p>5-6 раз</p> <p>5-6 раз</p> <p>5-6 раз</p>	<div data-bbox="1320 212 2162 523">  </div> <p>0 – участники команд;</p> <p>Х- руководитель игры.</p> <p>Правила: 1. Выбегать на прогулку строго по команде « Балдар эсалгыла »</p> <p>2.Возвращаться после словесного сигнала « жамгыр төөктү».</p> <p>3. В и.п. принимать заданное учителем, строго становиться на свое место.</p> <p>Показ в профиль.</p> <p>Добиться четкого выполнения задания.</p> <div data-bbox="1320 1047 2162 1208">  </div> <p>Показ в профиль.</p> <p>Наклон выполнять как можно больше.</p> <p>Показ в профиль.</p> <p>Амплитуда маха как можно больше.</p>
--	--	--



	<p><b>И.П.-</b> сидя в кругу, руки на плечи партнерам.</p> <p>1.-прыжок стойку ноги врозь, руки вверх. 2.и.п. 3.-прыжок стойку ноги врозь, руки вверх. 4.-и.п. Подведение итогов игры. По наименьшему количеству очей команда занимает одно из первых мест. Перестроение из колонны по 4 в колонну по 2.</p>	6-7 раз	<p>Прыжок выполнять как можно выше и обязательно добиться выполнения хлопка над головой. Показ в профиль. добиться четкого выполнения упражнения. Показ зеркальный.</p> <p>Темп нарастающий. Прыгать как можно выше.</p>
О С Н О В Н А Я  Ч А С Т Ь	<p>«Ак-терек-көк терек» - « Белый тополь –синий тополь».</p> <p>Игроки одной команды под рифму хором говорят : ак-терек көк – терек , сизден бизге ким керек? ( белый тополь, зеленый тополь кого Вам от нас послать нужно?</p> <p>Игроки другой команды крича: « нам никого кроме Темирбека не нужно».После чего названный игрок бежит с целью разорвать цепь соперничающей команды. Если кто ему удастся, он выбирает одного из двух игроков, где была разорвана цепь, в свою команду. Если не сорвал цепь, тогда остается в команде соперника.</p>	10-15 минут	<div data-bbox="1329 786 2149 1336">  </div> <p>Правила игры :</p>

Подведение итогов игры: побеждает та команда в которой будет больше пленников.

Подвижная игра « Карышкырлар жана койлор»

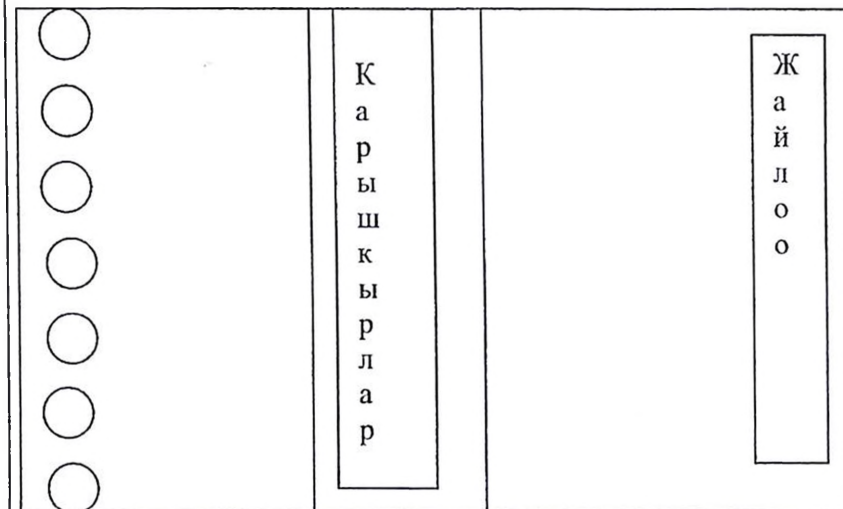
Выбирается 2 водящих играющих в роли волков. Ров заранее подготовленный после команды руководителя игры дети должны выполнить перебежку перепрыгнув через ров.

Кто не смог перепрыгнуть считаем раз, два, три – если не перепрыгнул считается пойманным.

Подведение итогов: первое место занимает та пара карышкыров которая больше поймает койлор.

Перестроение из колонны по 2 в колонну по 1, в круг в движении.

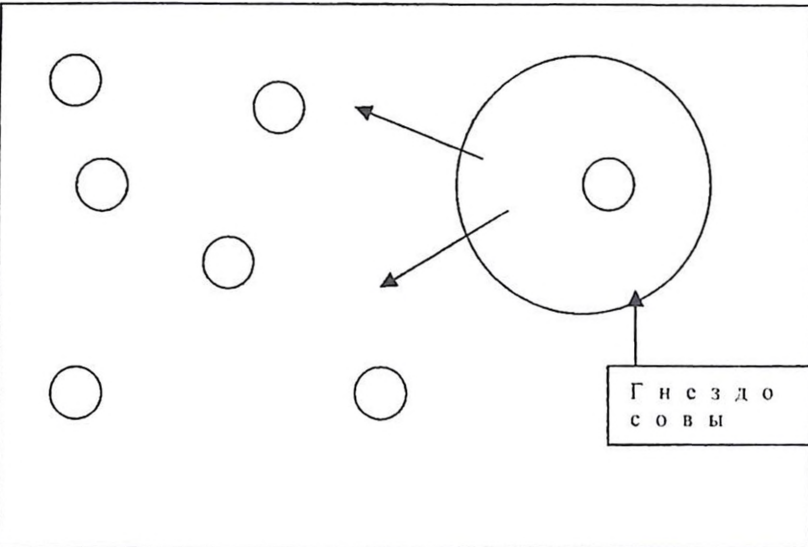
1. Нельзя начинать бег не назвав имя игрока.
2. Цепь разорванной считается когда корпусом будет разорвана цепь соперника.
3. Соблюдать технику безопасности во время разбивания цепи.



Правила игры :

1. Нельзя выбегать на пастбище без команды руководителя игры.
2. Если кой не может перепрыгнуть через ров тогда нужно на счет 1,2,3 и если не перепрыгнет считается осаленным игроком.
3. Через ров нужно обязательно перепрыгнуть. Добиться четкого и правильного выполнения задания.



З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я  Ч А С Т Ь	<p>Подвижная игра на внимание. « Уку».- 1 вариант игры..</p> <p>Все играющие разбегаются они играют в роли мышей. Водящий находится в кругу – играет в роли Совы.</p> <p>Подведение итогов игры.</p> <p>Отметить самых ловких и смелых мышей. Кто был пойман считается неловким и не сообразительным.</p> <p>Подведение итогов урока, выделить активных и пассивных учащихся. Домашнее задание</p>	<p>4 минуты</p> <p>30 секунд 30 секунд</p>	<p>Правила:.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.По команде –кун – дети прыгают резвятся.</li> <li>2.По команде тун – дети замирают на месте.</li> <li>3.Уку имеет право кто пошевелился в ее присутствии увести к себе в гнездо.</li> <li>4.Мыши пойманные уходят в круг – или гнездо.</li> </ol> 
---	--	--	--

Утверждаю

Дата  
«\_\_\_»\_\_\_\_\_2012г.

### Конспект урока по подвижным играм для 4-6 классов.

**Цель** — Реакция на движущий объект и сигнал, закрепления памяти, игру ввести в сюжетной ролевой структуре используется - словесный сигнал.

**Задачи:** 1. Разучивание игровой единицы техники бега на короткие дистанции, лови и передачи мяча. В играх «Балыкчы», «Күн-жана түн», «Ала күчүк», «Ашбы же таш бы».

2. Развитие быстроты, ловкости.

3. Воспитание целеустремленности, взаимопомощи, сообразительности.

4 Ориентирование на местности и настроить для создания благоприятной атмосферы в процессе проведения игр.

Конечный результат: овладение игровой единицы поймать на бегу, заманить в цепь, быстро увернуть от соперника и занять свое место, бег с увертыванием от щенка и ускоряющий бег с осаливанием ягненка, определении съедобного и реакция на движущий объект и сигнал.

**Время и место проведение:** спортивный зал или спортивная площадка школы.

**Инвентарь:** мел, флажки,.



ч/у	Содержание материала	Д	Организационно-методические указания
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ	1. Построение в шеренгу, рапорт сообщение задач урока.	15 секунд	Обратить внимание на внешний вид занимающихся. Сообщение задач урока.
	2 Повороты на месте. А) направо Б) на лево В) кругом	20 секунд	Добиться четкого выполнения поворотов. Темп медленный.
	3.Ходьба А) на носках, руки на пояс. Б) на пятках. Руки за спину. В) на внешних сводах стопы. Г) на внутренних сводах стопы.	55сек.	Темп нарастающий. Спина прямая смотреть вперед.
	4. Бег. А) обычным бегом. Б) Бег с изменением направления.	45 секунд..	Темп быстрый. При выполнении ускоряющего бега необходимо соблюдать технику безопасности.
	5. Подвижная игра с элементами бега «Балыкчы». Краткое содержание игры. В игре водящий держит красный флажок и по сигналу руководителя игры начинает догонять всех остальных играющих ребят кого догоняет ,тот	3-5 минут	Схема и правила игры.  Добиться правильного и четкого выполнения команд. На вытянутые руки.

0-0-0-0-0-0-0-0-0

сеть

0 0 0 0

играющий становится водящим сразу передают флажок водящему он должен громко крикнуть я водящий, чтоб дети все слышали.

Подведение итогов игры: кто был часто водящим его отмечают как невнимательного и медленно бегающего ученика.

Перестроение из колонны по 1 в колонну по 4.

6. Размыкание по распоряжению.

Подвижные игры с элементами О.Р.У.

7. Комплекс О.Р.У, в подвижной игре «Күн жана түн». Играющие выполняют О.Р.У. по заданию учителя. В процессе игры и выполнения О.Р.У поступает

Словесный сигнал «Күн» все дети выбегают за определенное расстояние и выполняют прыжки, подскоки и т.д. После поступает словесный сигнал «бир, эки, үч» все дети должны вернуться в свою команду и встать на свое место.

1.и.п. -о.с.

1-руки вперед .

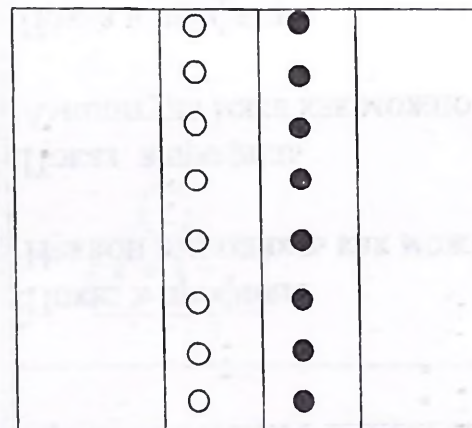
7-8  
минут

5-6 раз



Правила игры:

- 1.Догонять играющих по команде руководителя игры.
- 2.Водящий становится осаленный предыдущим игроком.
- 3.Как стал водящим игрок должен крикнуть « Я водящий».



Х

Условные обозначения:

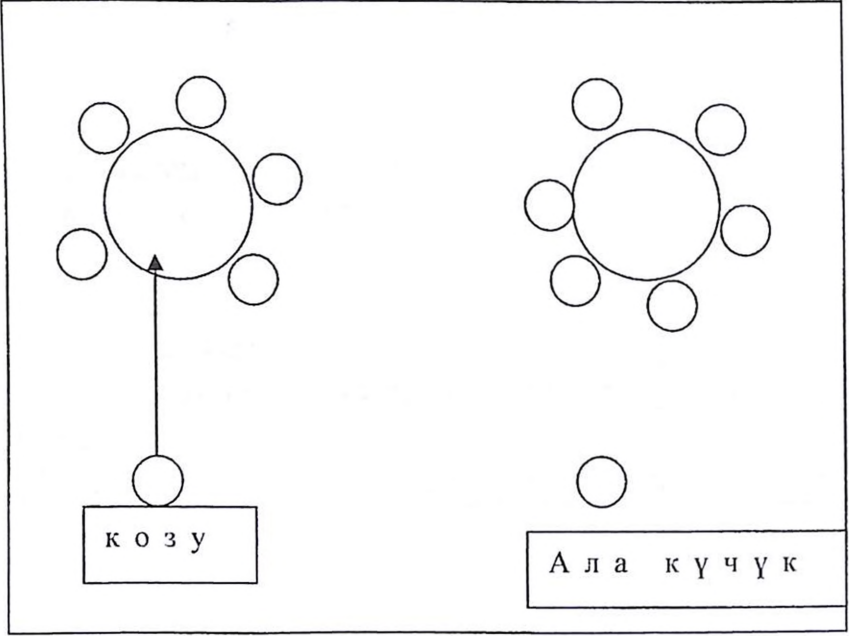
0 – играющие

Х- руководитель игры.

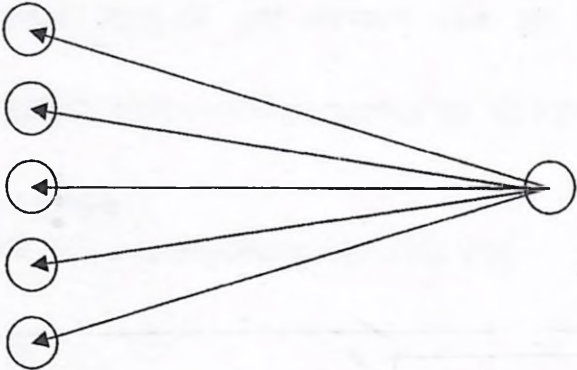
Правила: 1. Выбегать и догонять строго по команд



<p>2.- руки вверх 3.-руки вперед 4.-и.п. 11..и.п. – руки на пояс. 1.-наклон вперед руки вниз. 2.-присед, руки вперед. 3.-наклон вперед, руки вниз. 4.- и.п.</p>	5-6 раз	<p>« Күн!» или « Түн!». 2.Осалиные игроки считаются как за штрафное очко. 3. Соблюдать технику безопасности во время бега.</p>
<p>111.. и.п.- ноги врозь, руки на пояс. 1.-мах левой ногой к правой руке. 2.-и.п. 3. – мах правой ногой к левой руке. 4.-и.п.</p>	5-6 раз	<p>Показ в профиль. Добиться четкого выполнения задания.</p>
<p>1У.-и.п.-о.с. 1.- упор присев. 2.-упор лежа. 3.-упор присев. 4.-и.п.</p>	5-6 раз	<p>Показ в профиль. Наклон выполнять как можно больше.</p>
<p>У. и.п.-о.с. 1.-прыжок стойку ноги врозь, руки вверх. 2.и.п. 3.-прыжок стойку ноги врозь, руки вверх. 4.-и.п.</p>		<p>Показ в профиль. добиться четкого выполнения упражнения.</p>
<p>Подведение итогов игры. По наименьшему количеству очей команда</p>		<p>Показ зеркальный. Темп нарастающий. Прыгать как можно выше.</p>

	занимает одно из первых мест.		
О С Н О В А Н А Я  Ч А С Т Ь	<p>«Ала-күчүк» В игре выбираются 2 водящий, где один из них «Ала күчүк», а второй «козу» (ягненок).</p> <p>«ала күчүк» начинает догонять козу, если козу находится в кругу, то игроки опускают руки так, чтобы «козу» смогла безопасно выбежать из круга». Козу становится внутри круга, «ала күчүк» наружи круга.</p> <p>«Ала күчүк» начинает догонять «козу», если «козу» окажется в кругу, то игроки опускают руки, та к, чтобы «козу» смогла выбежать из круга, в это время «ала күчүк» старается забежать в круг, то игроки снова опускают руки и «ала күчүк» не может преследовать» козу», пока игроки не поднимут руки.</p> <p>Как только «ала күчүк» поймает «козу» игроки меняются ролями.</p> <p><i>Подведение итогов игры:</i> Побеждает тот кто в роли «Ала күчүк» за короткое время догонит «козу».</p>	15-25 минут	<p><i>Правила игры:</i> 1. Нельзя поднимать и опускать руки медленно .2. Специально помогать «ала күчүкү» и «козу» убегать и догонять только в пределах круга.3. Нельзя сокращать расстояние круга.</p> 



З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я	<p>Игра на внимание «Аш бы же ташбы»</p> <p>Игрока стоящего с закрытыми глазами спрашивает соперник стоящий с мячом и громко произносит съедобные и несъедобные предметы спрашивает «Ашбы же ташбы» игрок с закрытыми глазами отгдать должен водящий игрок.</p> <p>Перестроение в одну шеренгу.</p> <p>Подведение итогов игры. Отметить самых ловких, быстрых и сообразительных учеников.</p>	4 минут	<div data-bbox="1279 175 2123 664">  </div> <p>Правила игры :1. Нельзя раньше времени открывать глаза.</p> <p>2. Правильно поймать мяч на съедобный предмет.</p>
Ч А С Т Ь	<p>Подведение итогов урока, отметить активных дать практические замечания пассивным игрокам.</p> <p>Домашнее задание.</p>	30 секунд 30 секунд	<p>Отметить слабые стороны и стороны положительных игроков.</p>

Утверждаю

Дата  
«\_\_\_»\_\_\_\_\_2012г.

### Конспект урока для 6-8 классов

Цель: Уважать достоинство соперника, уметь достойно проиграть.

Задачи 1.Разучивание игровой единицы техники ловли и передачи мяча в играх « Орто топ», »Качмай топ».

2.Воспитание быстроты на движущий объект , ловкости ориентационной и силы кисти.

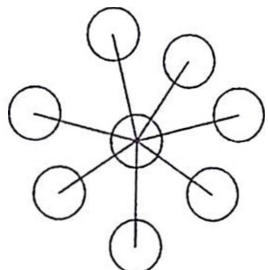
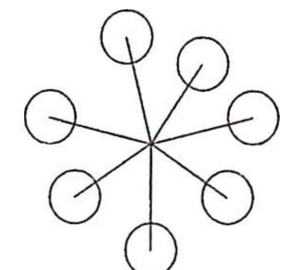
3.Воспитание целеустремленности, взаимопомощи.

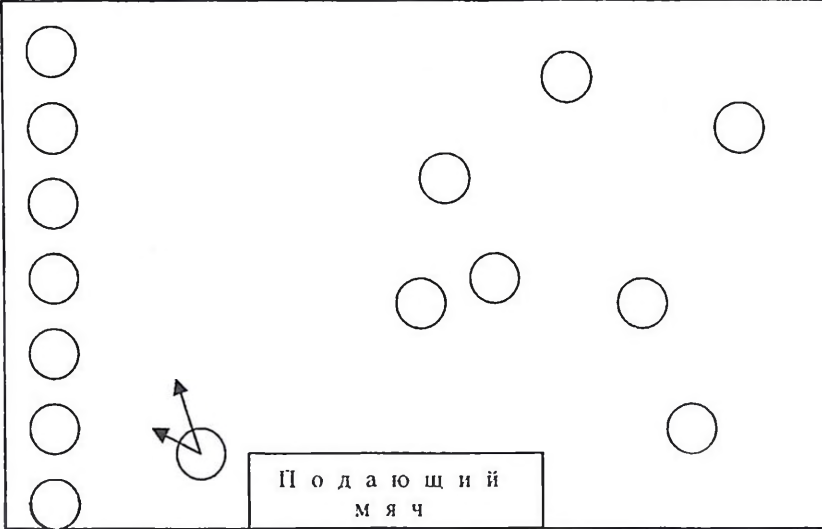
Конечный результат: овладение игровой единицы: ударное движение по мячу левой и правой рукой, осаливание игрока мячом, ударное движение мячом битой, левой и правой рукой, осаливание игрока мячом, имитация полета птицы. уважать достоинство соперника.

Инвентарь: мячи ( большого тенниса, волейбольные).

Место проведение: спортивная площадка школы.



Ч / У	С о д е р ж а н и е   м а т е р и а л а	Д	О р г а н и з а ц и о н н о - м е т о д и ч е с к и е   у к а з а н и я .
П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я  Ч А С Т Ь	1. Построение сообщение цели и задач урока.	1 5 с е к у н д .	Обратить внимание на внешний вид занимающихся.
	2. Повороты в прыжке На право На лево Кругом	2 0 с е к у н д	Добиться четкости при выполнении поворотов в прыжке.
	3. Ходьба Руки на пояс , на пятках. Руки за спину на пятках. Руки в сторону на внешних сводах стопы Руки вверх на внутренних сводах стопы.	5 5 с е к у н д .	«Руки на пояс ставь! На носках – Марш!» « Руки за спину ставь!- на пятках – Марш!» «Руки в сторону ставь!- на внешних сводах стопы-Марш!» « Руки вверх на внутренних сводах стопы – Марш!».
	«Орто топ» Игроки, команды располагаются на концах площадки, по очереди бросают мячом по группе соперников, стоящих в середине площадки, которые всячески увиливают, опасаясь от мяча, не выходя из занятой ими площадки. Участники, в которых попал мяч, выходят из игры и так далее – до конца. После этого команда	8 - 1 0 м и н у т	 

	<p>меняется местами.</p> <p><i>Подведение итогов игры:</i> Команда – победительница определяется по наименьшему числу затраченных ударов и времени.</p>		<p><i>Правила игры:</i> 1. Выбывшему игроку нельзя снова входить в игру или заменять другого игрока, выходить из зоны игры. 2. Если игроку, стоящему в седине площадки, удалось поймать в воздухе мяч противника, он получает право на лишний бросок после смены или на ввод в игру одного из выведенных игроков.</p>
О С Н О В Н А Я  Ч А С Т Ь	<p>«Качмай топ».</p> <p>Содержание: по готовности судья дает сигнал. Подавальщик подбрасывает мяч, обычно скатанный из шерсти коровы, вверх перед бьющим получает право на очередной удар в том, случае, если успевает сбегать до верхней маары и обратно. Добежав до верхней маары можно возвращаться до исходного положения после очередного удачного удара партнера. В случае опасности можно вернуться назад к нижней маре. Но без права на очередной удар.</p> <p>Игроки в поле, схватив мяч с земли, пытаются осалить мячом пробегающих. Если кого-либо осалят, сами бегут на линию для удара, а игроки, стоящие у линии для удара, бегут в поле и стремятся попасть мячом в игрока, не успевшего убежать с поля. Команда, успевшая в полном составе стать у линии для удара, остается там и начинает отбивать мяч в поле.</p>	<p>2 0 - 2 5 м и н</p>	 <p><i>Правила:</i> 1. игроки у линии для удара отбивают мяч в поле по очереди, установленной капитаном. 2. Каждый игрок бьет по мячу один раз; при промахе удар по мячу не повторяется. Промахнувшийся все равно должен бежать через поле и обратно за правом на следующий удар.</p> <p>3. Падающий должен подбрасывать мяч так, чтобы было легко ударить по нему, иначе он</p>



Если полевой игрок поймает его в воздухе. Вся его команда переходит на линию для удара, а игроки с линии удара идут в поле. Побеждает та команда, которая больше находилась у линии для удара. Команды играют до обусловленного времени или счета.

обязан повторить подбрасывание. И так – 3 раза, если 3 раза он подбросит плохо, его меняют. 4.Перебегающий должен оставить палку у линии для удара. 5. Попадание мячом засчитывается лишь в том, случае если оно непосредственно.

6.Если игрок пробил мяч слабо, он может не бежать до « меры», а ждать хорошего удара, выполняемого затем кем-нибудь из игроков.

7.Поэтому одновременно могут бежать несколько игроков, пробивших мяч неудачно.

8.Подающий имеет право осалить перебегающих, как и игроки в поле.

9.Перебегать можно только до тех пор, пока мяч находится в поле игрокам при перебежке нельзя выходить и отбивать мяч за боковые линии.

10.Если это случилось, команда меняются ролями. Если не окажется, что после удара предпоследнего игрока никто из команды бьющих не успел добежать до « мары» и обратно, подавальщик производит три подачи последнему бывшему.если и в том случае никто не успел

			Сходить за правом бить, бывшая команда проиграла и команды меняются местами.
З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я  Ч А С Т Ь	<p>« Учту учту»</p> <p>Водящий произносит « учту-учту» и, подняв руку, называет какую-нибудь птицу. За водящим все участники тоже поднимают руки, там самым подтверждая, что эта птица действительно может летать. Затем водящий быстро называет то птицу, то что-либо в рифму, но не летающее, тем самым стараясь сбить с толку играющих.</p> <p><i>Подведение итогов игры:</i> Проигрывает тот, кто поднял руку тогда, когда были названы такие предмет или живое существо.</p> <p>Проигрывает тот, кто там где надо было, не поднял рук.</p> <p>Подведение итогов урока, подвести и отметить самых активных и пассивных игроков.</p> <p>Домашнее задание.</p>	<p>4 М и н у т ы</p> <p>3 0 с е к у н д</p> <p>3 0 с е к у н д</p>	<p>Правила:</p> <p>1. Нельзя кроме водящего другим игрокам произносить « учту-учту».</p> <p>Методические указания :водящий выбирается из числа наиболее опытных игроков или старший по возрасту.</p>



Утверждаю

Дата

«\_\_\_»\_\_\_\_\_2012г.

### Конспект урока для 9-10 классов

Цель: Уважать достоинство соперника, уметь достойно проиграть.

Задачи 1. Разучивание игровой единицы техники бега, прыжка в длину в играх «Жан бермей же тирилтмей», «Арыктан секирип өтүү», «Аттамай».

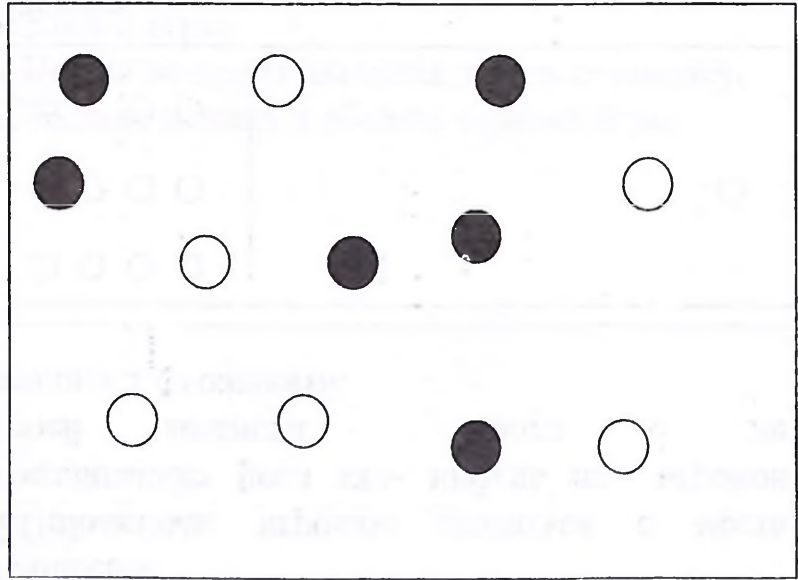
2. Воспитание быстроты одиночного движения, скоростно-силовых качеств

3. Воспитание целеустремленности, взаимопомощи, взаимовыручки.

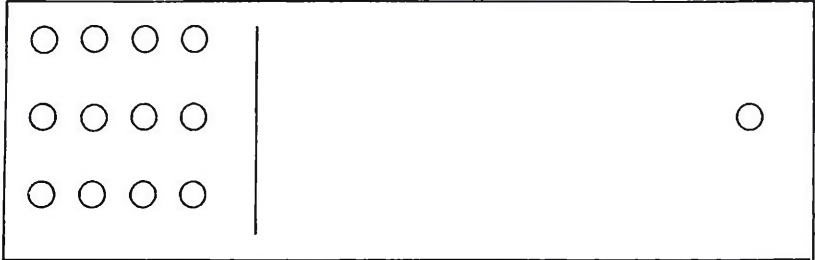
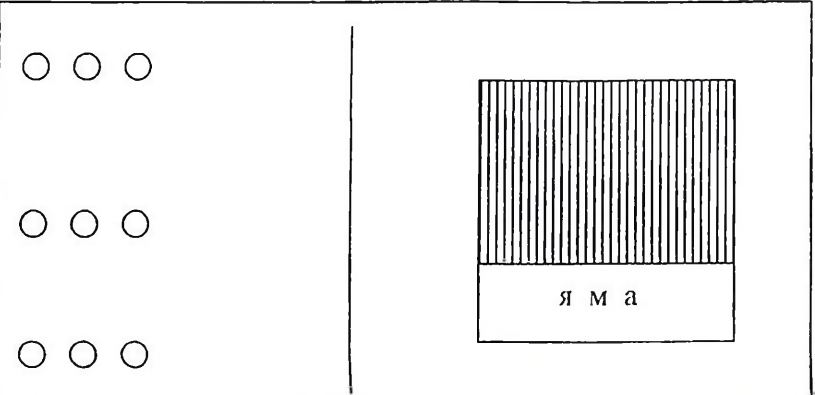
Конечный результат: овладение игровой единицы: выполнение разбега, отталкивания, прыжка, приземление.

Инвентарь: мячи (прыжковая яма, или условный арык).

Место проведение: спортивная площадка.

ч / у	С о д е р ж а н и е   м а т е р и а л а	Д	О р г а н и з а ц и о н н о - м е т о д и ч е с к и е   у к а з а н и я
П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я	<p>1. Построение в одну шеренгу. Рапорт сообщение задач урока.</p> <p>2.. Повороты в прыжке На право На лево Кругом</p> <p>3. Ходьба Руки на пояс , на пятках. Руки за спину на пятках. Руки в сторону на внешних сводах стопы Руки вверх на внутренних сводах стопы. Полуприседе.</p>	<p>2 0 с е к у н д .</p> <p>1 5 с е к у н д .</p> <p>1 м и н</p>	<p>Обратить внимание на внешний вид занимающихся. Добиться четкости при подачи команды.</p> <p>Обратить внимание Добиться четкости при выполнении поворотов в прыжке.</p> <p>«Руки на пояс ставь! На носках – Марш!» «Руки за спину ставь!- на пятках – Марш!» «Руки в сторону ставь!- на внешних сводах стопы-Марш!» «Руки вверх на внутренних сводах стопы – Марш!».</p>
Ч А С Т Ь	<p>4.Жан бермей же тирилтмей» По команде водящего игроки одной команды начинают ловить ( осаливать) игроков другой команды в обусловленное время, затем меняются ролями.</p> <p>Подведение итогов игры: Побеждает команда , сумевшая поймать наибольшее количество</p>	<p>7 - 1 0 м и н у т</p>	 <p>Правила игры</p>



	игроков.		<p>1. Убегающим игрокам нельзя выходить за черту площадки.</p> <p>2. Пойманным игрокам двигаться с места «осаливания» пока кто-нибудь из игроков своей команды снова «не осалит», т.е. «оживит».</p>
О С Н О В Н А Я  Ч А С Т Ь	<p>«Аттамай»- (прыжки в длину).</p> <p>Участники становятся в шеренги. Один из них. Сняв с себя пояс, кладет на землю обозначения места для отталкивания прыжка.</p> <p>С разбега, отталкиваясь одной ногой и приземляясь на другую, прыгать способом перешагивания. После прыжка на месте приземления участник кладет свой пояс параллельно поясу лежащему на месте отталкивания.</p>	8-10 минут	 <p>Правила:</p> <p>1. Нельзя наступать на пояс, лежащий на месте отталкивания.</p> <p>2. Отталкивание на одной, а приземляться обязательно на другой.</p> <p>3. Соблюдать технику безопасности во время прыжка, приземления.</p>
	<p>Подведение итогов игры выигрывает тот кто дальше всех прыгнет.</p> <p>«Таяк менен узундукка секирүү»- (прыжки в длину с палкой).</p> <p>Игроки согласно очередности прыгают в длину с палкой на дальность. После первой серии прыжков определяется игрок, который прыгнул</p>	10-15 минут	

	<p>дальше всех, он освобождается от выполнения дальнейших прыжков . пока его результат не будет превзойден. Как только его результат будет превзойден, он вступит в игру и делает и делает попытки достичь лучшего результата.</p> <p>Подведение итогов игры: игра проводится до определения абсолютного победителя в игре.</p>		<p>○</p> <p>Правила игры: 1. Строго соблюдать очередность. 2. Соблюдать технику безопасности во время прыжка, приземления. 3. Не заступать за черту. 4. Выполнить правильное приземление.</p>
З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я  Ч А С Т Ь	<p>«Үн чыгармай» ( издавание звука). Водящий набрав полную грудь воздуха, создает звук мычания до тех пор пока хватит воздуха. Сидящие игроки определяют продолжительность мычания водящего ведением счета. Затем тоже самое делают другие игроки.</p> <p>Подведение итогов игры. Выигрывает игрок, сумевший дольше всех издавать мычание.</p> <p>Подведение итогов выявить лучших и активных в процессе проведения урока. Домашнее задание.</p>	<p>3-4 минут</p> <p>30 секунд</p> <p>30 секунд</p>	<p>Правила игры: 1. Нельзя во время мычания делать остановку. 2. Нельзя мешать и сбивать с ритма игры.</p>



Утверждаю  
Директор С.Ш. \_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Дата  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2012 г.

## Конспект урока по альчиковым играм (для 5-6 классов)

Цель урока: Добиться точного попадания по альчикам. Овладение навыками удара правым, левым указательным пальцем, умение выигрывать несколько басымов (альчиков).

Задачи урока: 1. Разучивание техники удара правым ил левым указательным пальцем правой или левой руки по первому альчику, так чтобы первый альчик вызвал удар второго альчика.

2 . Развитие ловкости и гибкости пальцев рук, координации движения и силы.

3. Воспитание дисциплинированности, активности, решительности и смелости.

Место и время проведения: Спортивный зал, занятие по расписанию.

Инвентарь: Альчики в количестве 31.

Часть урока	Содержание	Дози ровк а	Организационное методическое указание
Подготовительный часть урока – 7'	<p>I. Построение, рапорт, сообщение задач урока</p> <p>II. Строевые упражнения повороты на месте — На право! — На лево! — Кругом!</p> <p>III. Прикладное упражнения</p> <p>1. Ходьба —на носках, руки за голову —на пятках, руки на пояс —в полу приседе</p> <p>2. Бег —обычный —с приставными шагами —с крестными шагами —захлестыванием голени</p> <p>3. Прыжки с продвижением —на правой и левой —на двух</p> <p>IV. Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 в движении</p> <p>V. О.Р.У. в парах</p> <p>1. И.п. стоя лицом друг к другу, взявшись за руки внизу 1.руки в сторону 2.руки вверх 3.руки в сторону 4.И.п.</p>	<p>1'</p> <p>30"</p> <p>30"</p> <p>30"</p> <p>30"</p> <p>30"</p> <p>5'-6'</p> <p>5-6 р.</p>	<p>В 1 шеренгу становись! Обратить внимание за внешний вид.</p> <p>Следить за точности выполнения упражнения, метод упражнения одновременно.</p> <p>Темп выполнения средней, спина прямая.</p> <p>Темп средний. Оказывать помощь показу и подсказы. Обратить внимание в точность выполнения.</p> <p>Прыжки можно выполнять выше и чаще.</p> <p>Налево в колонну по 2 МАРШ!</p> <p>Дистанция 2 шага. Метод выполнения одновременно.</p> <p>Руки прямые, темп средний, дыхание не задерживать. Помощь подсчетом. Ошибки исправлять по ходу выполнения упражнения.</p>
	<p>2. И.п. тоже 1. руки вверх, левую ногу назад на носок 2.И.П. 3.руки вверх, правую ногу назад на носок 4.И.П.</p>	<p>5-6 р.</p>	<p>Метод выполнения одновременно. Руки прямые, вытянуть вверх.</p>



	<p>3. И.п. тоже</p> <p>1.руки вверх, наклон в право</p> <p>2.И.П.</p> <p>3.руки вверх, наклон в лево</p> <p>4.И.П.</p> <p>4. И.п. широкая стойка. Стоя лицом друг к другу, руки на плечах партнера. 1-3.3 пружинистый наклон вперед</p> <p>4. И.п.</p> <p>5. И.п. стоя лицом друг к другу, взявшись за руки вверх. 1-2. поворот на 360 градусов вправо 3-4. то же влево</p> <p>6. И.п. стоя лицом друг к другу, взявшись за руки, руки вперед</p> <p>1. присед</p> <p>2. И.п.</p> <p>3-4. то же</p> <p>7. И.п. стоя лицом друг к другу, взявшись за руки вверх.</p> <p>1-2. прыжки налевой</p> <p>3-4. прыжки направой</p>	<p>5-6 р.</p> <p>5-6 р.</p> <p>5-6 р.</p> <p>5-6 р.</p> <p>5-6 р.</p> <p>5-6 р.</p>	<p>Наклоны максимальные, дыхание не задерживать. Помоч с подсчетом. Ошибки исправлять по ходу выполнения упражнения.</p> <p>Выполнять одновременно, наклоны глубокие. Следить за правильности выполнения упражнения.</p> <p>Выполнять зеркально. Дыхание не задерживать. Темп средний. Исправлять ошибки по ходу выполнения упражнения.</p> <p>Упражнения выполнять одновременно. Помоч подсчетом.</p> <p>Темп выполнения нарастающий. Помоч подсчетом. Амплитуда прыжков максимальная.</p>
	<p>1. Игра "Упай"</p> <p>Разучивание техники удара по альчикам указательными пальцами (правой, левой )</p> <p>Каждому пару раздать по два альчика, положить в одинаковые положения на расстояние 20-30 см. и выполнить удары указательным пальцем правой или левой руки по первому альчику, так чтобы первый альчик вызвал удар второго альчика.</p>	<p>5'</p>	<p>Игроки сидя против друг к друга лицом вперед.</p> <div style="text-align: center;"> <p>20-30 см</p> <p>30-50 см</p> <p>40-60 см</p> </div> <p>Постепенно расстояние доводить до одного метра.</p>

	<p>2. Раздать по пять «басыма» альчика и одного «хана», всего 16 альчиков, по жеребьи определить начинающего игрока. Начинающий игрок набирает альчиков в ладонь соединив обе руки и бросает, так чтобы альчики располагались друг от друга не далеко. Первоначального удар осуществляется по «хану» с учетом одинаковые принятое положение альчикв. После чего удар осуществляется по остальным альчикам с учетом принятых положений (бок-боком, чик- чиком, таа-таовой, айкур-айкуром)</p> <p>3. <b>Игра «Упай»</b> Проводить игры с учетом выше указанных содержаний. Игрок набравший пять басымов является победителем группы.</p>	10'	<p>Выигранные альчики собирает до одного басыма в той руке, которая выполняет удары. После попадания альчика,ударенный альчик забирается аккуратно чтобы пальцы рук не касались других альчиков. Игра продолжится до выигрыша пять басымо и хана. Ошибки исправлять по ходу игры методом показа и рассказа.</p>
		20'	<p>Класс разделить на 3-4 группы. Раздать полный комплект альчиков для игры упая 15 басымов и 1 хана. (31 альчиков) Игра проводятся с учетом правила игры. Победители игры выходят на финальные игры чемпиона класса и получает права принимать ичаствие на первенстве школы.</p>
Закл. Часть 3'	<p>1. Построиться в 1 шеренгу 2. Подведение итогов занятий 3. Задание на дом</p>	<p>30" 2' 1.30"</p>	<p>В 1 шеренгу становись! Объявить победителя группы, клсасса. Указат недостатки. Повторить игру в домашних условиях.</p>



Утверждаю  
Директор С.Ш. \_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Дата  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2012 г.

## Конспект урока по альчиковым играм (7-8 классов)

Цель урока: Прививать детям точность удара по альчикам. Стремиться выигрывать большое количество альчиков.

- Задачи урока:
1. Разучивание техники удара по альчикам и правильного выполнения “алып урмай”.
  2. Развитие ловкости и точности, координации движения и силы мышц ног и рук
  3. Воспитание дисциплинированности, активности, честности.

Место и время проведения: Ровная площадка или стадион школы.

Инвентарь: Альчики, сака.

Часть урока	Содержание	Дозировка	Организационное методическое указание
Подготовительный часть урока – 7'	<p>I. Построение, рапорт , сообщение задач урока</p> <p>II. Строевые упражнения повороты на месте -На право! -На лево!</p> <p>III. Прикладные упражнения</p> <p>1. Ходьба - на носках, руки за голову -на пятках, руки на пояс -правым и левым боком вперед</p> <p>1. Бег -обычный -с приставными шагами -с крестными шагами -спиной вперед</p> <p>2. Прыжки с продвижением -прыжки поворотом 90 градусов -прыжки поворотом 180 градусов</p> <p>IV. Перестроение из колонны по 1 в колонну по 4</p> <p>V. О.Р.У. типа зарядки (без предметов)</p> <p>1. И.п. узкая стойка, руки на поясе</p> <p>1. поворот головы влево</p> <p>2. И.п.</p> <p>3. поворот головы вправо</p> <p>4.И.п.</p> <p>2. И.п. основная стойка</p> <p>1-4. круговые движения головы влево</p> <p>5-8. то же вправо</p>	<p>1'</p> <p>30"</p> <p>30"</p> <p>30"</p> <p>30"</p> <p>30"</p> <p>6'</p> <p>5-6 р.</p> <p>5-6 р.</p>	<p>В 1 шеренгу становись! Обратить внимание за внешний вид. Следить за точности выполнения упражнения, метод упражнения одновременно.</p> <p>Темп выполнения средний, спина прямая.</p> <p>Темп средний. Оказывать помощь показом и подсказом. Обратить вниманиена на точность выполнения.</p> <p>Прыжки выполнять в среднем темпе. Следить за точностью выполнения.</p> <p>В колонну по 4 налево МАРШ!</p> <p>Дистанция и интерваль 2 шага. Метод выполнения одновременно. Темп средний, дыхание не задерживать. Не выполнять резкие движения.</p> <p>Метод выполнения одновременно. Выполнять с максимальной амплитудой. Оказывать помощь подсчетом.</p>
	<p>3. И.п. основная стойка</p> <p>1. руки на пояс</p> <p>2. руки к плечам</p> <p>3. руки верх подняться на носок</p>	5-6 р.	При выполнении упражнения потянуться вверх. Помочь с подсчетом. Ошибки исправлять по ходу выполнения упражнения.



	<p>4. И.п. узкая стойка, правая рука вверх, левая внизу 1-2. отведение рук назад</p> <p>3-4. то же со сменой положения рук</p> <p>5. И.п. основная стойка 1. Руки вверх, правую ногу назад на носок, прогнувшись 2. И.п. 3. Руки вверх, левую ногу назад на носок, прогнувшись 4. И.п.</p> <p>6. И.п. узкая стойка, руки на поясе 1. наклон вперед, руки вперед 2. И.п. 3. наклон назад, руки назад 4. И.п.</p> <p>7. И.п. о.с. 1. Прыжок в стойку на одну ногу врозь, с хлопком над головой 2. Прыжком и.п. 3-4. то же</p>	<p>5-6 р.</p> <p>5-6 р.</p> <p>5-6 р.</p> <p>5-6 р.</p> <p>30"</p>	<p>Упражнение выполнять одновременно, амплитуда максимальная. Помощь подсчетом.</p> <p>Показ в профиль. Дыхание не задерживать. Темп средний. Исправлять ошибки по ходу выполнения упражнения.</p> <p>Упражнения выполнять одновременно. Наклон выполнять глубже. помощь подсчетом.</p> <p>Темп выполнения нарастающий. Помощь подсчетом. Амплитуда прыжков максимальная. Стараться выполнять хлопок одновременно.</p> <p>В 2 шеренгу СТОЯВИСЬ!</p>
	<p><b>VI. Перестроение в 2 шеренгу</b></p>		
	<p>1. <b>Игра "Айкур"</b> Выполнение удара "сакой" по альчикам с расстояний от 1 до 3 метров.</p> <p>2. <b>Выполнение «Алып урмай»</b> Игрок по ходу игры «айкур» выполняет 1 раз «алып урмай».</p>	<p>5'</p> <p>10'</p>	<p>Игроки стоят против друг друга на расстоянии 2 метров, альчик ставляется в середину и выполняет удары по альчикам (при попадании делает шаг назад) и продолжит удары. Постепенно увеличиваем расстояние до 3 метров. Ошибки указать по ходу выполнения упражнения методом показа и рассказа. При попадании по альчикам если альчики принимают одиноковые положения игра объявляется "жыдыкей", игру продолжит следующий игрок. В этих случаях ему разрешается выполнить "алып урмай" (наступая место расположение сака) делает широкий</p>
	Основная часть урока – 35'		

	<p><b>3. Игра «Айкур»</b>  Начало игры определяется чиканием “сака” у кого первый станет “айкур” или “таа” получает право начинать игру. Очередность остальных игроков определяется таким же образом. Начинаящий игрок наступая на вторую линию выполняет удар “сакой” по кону, при попадании сака и альчик принимает положение “бок” и” чик” то альчик считается выигранным в случае принятия одинакового положения альчик остается на том месте, где он остановился. После попадание “сака” по альчику принимает положений “айкур” то все альчики считаются выигранными игру начинают заново. В случае не попадании всех игроков игра продолжится , право первого удара предоставляется тому игроку у кого “сака” расположен дальше от кона, очередность остальных игроков определяется так же.</p>	20’	<p>шаг, достает альчик объединив “сакой” в одну руку и выполняет удар по другим альчикам. В случаи не достования широким шагом игроку разрешается брать альчики лежа.</p> <p>При попадании “сакой” по альчику принимает положение” бок” и” чик” тот альчик считается выигранным и игрок забирает этого альчика, попадая “ сака” альчику станет “айкур” то этот игрок забирает все выставленные альчики кону и игра начинается заново. Игрокам в ходе игры разрешается по одному разу “алып урмай” . При поподания сака и альчик принимает одинаковое положение или сака станет “таа” то объявляется “жыды” игру прадолжит следующий игрок. Игра продолжится до проигрыша альчиков или по назначенному времени.</p>
Закл. Часть 3’	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в 1 шеренгу</li> <li>2. Подведение итогов занятий</li> <li>3. Задание на дом</li> </ol>	30” 2’ 1.30”	<p>В 1 шеренгу становись!</p> <p>Отметить лучших игроков. Указать у кого слабо получается.</p> <p>Самостоятельно играть игру “айкур” дома.</p>



**Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для людей предпенсионного возраста 50-55 лет.**

**Игра:** Кап менен урушуу (бой мешками)

**Цель:** освоение содержательной стороны игры Кап менен урушуу (бой мешками). Игра для развития двигательных качеств - быстроты, силы, ловкости.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры Кап менен урушуу (бой мешками).
2. Развитие быстроты, силы и ловкости
3. Воспитание самого себя, воля к победе.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - держать удобно мешок и выбивать соперника из круга.

**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка, зал, поле, лужайка, мешки, повязки.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1.Построение в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1 шеренгу – становись!». Сообщение задачи урока.
	2. Повороты: -направо; -налево.	15сек	Выполнять одновременно. Поворот кругом выполнять через левое плечо.
	3. Подскоки: -на правой ноге 4 раза; -на левой ноге 4 раза;	15сек	Подскоки пружинистые. Выпрыгивать не высоко, на передней части стопы. Выполнять одновременно.
	4. Перестроение из колонны по 1-у в колонну по 3-и с поворотом в движении.	10-15сек	«Налево! В колонну по 3 марш!!
	5. Размыкание по распоряжению	10-15сек	
	6. Обще развивающие упражнения	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения - поточный.
Основная часть 34 мин	1. Перестроение в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1 шеренгу – становись!».
	2. Разучивание подвижной игры Кап менен урушуу (бой мешками).  Подготовка: выбирается водящий, остальные игроки делятся на группы и становятся лицом друг к другу на расстоянии 5-6 метров. В середине между ними чертится круг диаметром 3-4 метра. От каждой группы в круг выходит по одному игроку, водящий	8-10мин	Организовать эмоциональный настрой, умение действовать в полную силу, выработка тактики, стратегии, формирование неожиданных новых ситуаций. <b>Правила игры:</b> 1.Нельзя выходить из круга. 2.Наносить удары рукой и ногой. 3.Держаться за мешок противника. 4. Подсказывать другим игрокам.

Заклочительная часть 5 мин	дает в руки мешки. Количество играющих – 4-12 <b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки, не выходя из круга, стараются ударить друг друга мешками.		Выигрывает игрок, нанесший наибольшее количество ударов по сопернику, не выходя из круга. Затем в бой вступают следующие игроки. Игра продолжается.
	3. Подведение итогов игры.	1мин	Поощрить победителей.
	4. Упражнение на выносливость: - приседания	20-26 раз	Выполнять поочередно по 2 подхода. Темп медленный.
	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	10-15 сек	«В 1 шеренгу – становись!»
	2. Упражнение на осанку: - ходьба на носках, руки на поясе; - ходьба на пятках, руки за головой.	1мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Спину держать прямо. Выполнять на 1-2 глубокий вдох и на 3-4 - выдох.
	3. Подведение итогов занятия.	3 мин	Выявить лучшую команду.
	4. Домашнее задание: - медленный бег	30сек 1,5 мин	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.

## 2. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для людей предпенсионного возраста 50-55 лет.

**Игра: Кар атышмай (игра в снежки)**

**Цель:** освоение содержательной стороны игры **Кар атышмай (игра в снежки)** для развития двигательных качеств, связанных с координацией движений, меткостью, быстротой, ловкостью и силой.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры **Кар атышмай (игра в снежки)**.
2. Развитие координации движений, меткости, быстроты, ловкости, силы.
3. Воспитание коллективизма, всесторонности, активности, сознательности.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - быть более точными, попасть как можно больше в группу соперников.

**Место проведения и инвентарь:** спортивная площадка, двор, снежки.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1.Построение в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1 шеренгу – становись!». Сообщение задачи урока.
	2. Ходьба на носках, на пятках, внешней стороне стопы, внутренней стороне стопы.	30сек	Добиться четкого одновременного выполнения. Темп средний.
	3. Подскоки: -на правой ноге; -на левой ноге; -на двух ногах.	30сек	Метод организации фронтальный. Добиться четкого одновременного выполнения. Поворот кругом выполнять через левое плечо.
	4. Бег – обычный, зигзагом,	10-15сек	Темп средний.



	змейкой, спиной вперед.		
	5. Перестроение из колонны в круг.	10-15сек	Указать дистанцию, интервал
	6. Общеразвивающие упражнения в кругу.	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный.
Основная часть 34 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1-у шеренгу – становись!».
	2. Разучивание подвижной игры <b>Кар атышмай (игра в снежки)</b>  <b>Подготовка:</b> выбирается водящий, остальные игроки, разделившись на две группы, становятся лицом друг к другу на расстоянии 10-15 метров и готовят по несколько снежков. Количество участников – 4-16. <b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки одной команды стараются попасть снежками в игроков другой команды. Затем, то же самое делают игроки другой команды. Игра может повторяться 2-4 раза.	8-10мин	Предугадать действия, внимание, сосредоточенность, формирование неожиданных и новых ситуаций. <b>Правила игры:</b> Нельзя: 1. Одновременно метать снежки двумя и более игроками. 2. Игрокам противоположной группы двигаться с места.  Выигрывает группа, чьи игроки оказались более точными.
	3. Подведение итогов игры.	2мин	Поощрить победивших.
	4. Упражнение на выносливость: - прыжки со скакалкой	2мин	Выполнять поочередно по 3 подхода. Темп обычный.
	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1 шеренгу – становись!».
ЗаклЮчительная часть 5 мин	2. Упражнение на внимание: И.п.-о.с. 1-шаг вперед; 2-шаг назад, присед; 3-прыжок, хлопок над головой; 4-и.п.	1.5-2 мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Метод выполнения - одновременный. Самый невнимательный делает шаг вперед.
	3. Подведение итогов занятия.	3мин	Выявить лучших игроков.
	4. Домашнее задание: 1. подскоки: - подскоки на правой 4 раза; - подскоки на левой 4 раза; - подскоки на двух 4 раза; 2. И.п. основная стойка: 1-2 Полуприсед руки в стороны; 3-4 и.п.	30сек  10-12 раз  40 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях. Темп нарастающий  Темп средний

### 3. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для людей предпенсионного возраста 50-55 лет.

**Игра:** «Аркан тартыш же ит тартыш» (перетягивание каната)

**Цель:** освоение содержательной стороны игры «Аркан тартыш же ит тартыш» (перетягивание каната). Игра для развития двигательных качеств, связанных с развитием выносливости, силы, быстроты реакции, ловкости.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры Аркан тартыш же ит тартыш (перетягивание каната).
2. Развитие выносливости, силы, быстроты реакции, ловкости.
3. Воспитание дружбы между игроками.

**Конечный результат:** овладение игровой единицей - перетянуть больше соперников.

**Место проведения и инвентарь:** поле, дорога, берег озера, аркан.

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение в 1-у шеренгу.	30сек	«В 1-у шеренгу – становись!». Сообщение задачи урока. Подготовить необходимый инвентарь.
	2. Ходьба: -на носках; -на пятках.	30сек	Добиться четкого одновременного выполнения. Следить за осанкой.
	3. Бег медленный	1мин	Метод выполнения одновременный. Вести подсчет. Темп средний.
	4. Перестроение из колонны по одному в колонну по 2-а.	10-15сек	«Налево! В колонну по 2-а – марш!». Указать дистанцию, интервал.
	5. Размыкание по распоряжению.	10-15сек	
	6. Общеразвивающие упражнения в парах.	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения раздельный.
Основная часть 34 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1-у шеренгу – становись!».
	2. Разучивание подвижной игры Аркан тартыш же ит тартыш (перетягивание каната)  <b>Подготовка:</b> участники состязания выходят от имени команды. Берут в руки аркан, надевают на шею и пропускают под мышками. Участники стоят спиной друг к другу. Количество участников – неограниченное. <b>Содержание игры:</b> по команде ведущего игроки, встав спиной друг к другу, стараются перетянуть аркан. Ровно на середине от равноудаленных	15мин	Организовать эмоциональный настрой, выработка тактики, умение действовать в полную силу. <b>Правила игры:</b> нельзя начинать игру без команды.  По положению ленты определяется победитель.



	соперников намечается линия, середина аркана приходится на нее и перевязывается лентой.		
	3. Подведение итогов игры.	1мин	Поощрить победившую команду.
	4. Упражнение на быстроту реакции: -с высоким подниманием бедра.	3/10м	Задание выполнять одновременно. Выполнять 3 подхода по 10 метров. Темп средний.
Заклю <u>чи</u> тельная часть 5 мин	1.Построение в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1-у шеренгу – становись!».
	2. Упражнение на внимание: 1-2-шаг вперед; 3-4-шаг влево; 5-6-шаг вправо; 7-8-шаг назад.	1мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Следить за осанкой. Руки прижаты к бедрам. Спина прямая. Смотреть прямо.
	3. Подведение итогов занятия.	3мин	Выявить лучшую команду. Похвалить группу.
	4.Домашнее задание: - прыжки со скакалкой.	30сек 20-25раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.

4. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для людей предпенсионного возраста 50-55 лет.

Игра: «Балта ыргытмай (метание топора)»  
 Цель: освоение содержательной стороны игры «Балта ыргытмай (метание топора)».  
 Игра для развития двигательных качеств, преимущественно связанных с силой, ловкостью, точностью, координацией движений.

- Задачи урока:
1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Балта ыргытмай» (метание топора).
  2. Развитие силы, ловкости, точности, координации движений.
  3. Воспитание самого себя, мужества, упорства, морально-волевых качеств, личной ответственности, стойкости, самореализации.
- Конечный результат: формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - дальше всех метнуть топор.
- Место проведения и инвентарь: поле, площадка, балта (топор).
- Меры безопасности: площадка должна быть ровной, без посторонних лиц и предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1.Построение группы в 1-у шеренгу.	30сек	«В 1-у шеренгу – становись!». Сообщение задачи урока. Подготовить необходимый инвентарь.
	2. Ходьба: -на носках; -на пятках.	30сек	Добиться четкого одновременного выполнения. Темп средний.
	3. Подскоки: -на правой ноге 4 раза;	1мин	Добиться четкого выполнения. Выпрыгивать не высоко.

	-на левой ноге 4 раза; -на двух ногах 4 раза.		Выполнять одновременно.
	4. Бег: - правым боком, руки на поясе; - левым боком, руки на поясе; - спиной вперед.	10-15сек	Темп средний.
	5. Общеразвивающие упражнения в движении.	3-4мин 4-6 раз	Способ выполнения - раздельный.
Основная часть 34 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1-у шеренгу – становись!».
	2. Разучивание подвижной игры «Балта ыргытмай (метание топора)» <b>Подготовка:</b> назначается ведущий и два судьи в поле. Игроки делятся на две команды. Из каждой команды выходит по одному игроку в коридор. Прочерчивается линия коридора для каждой команды и поле, в которое бросают топор. После броска сразу отмечается расстояние. Количество участников – 2-6 <b>Содержание игры:</b> по команде ведущего игрок разбегается и выполняет метание топора. Затем в коридор выходит следующий и делает то же самое. Выигрывает тот, кто сумеет дальше всех метнуть топор.	9мин	Умение правильно использовать силу  <b>Правила игры:</b> Нельзя: 1.В момент метания находиться в поле, поблизости от бросающего топор. 2.Метать в сторону от коридора. Поле для метания должно быть вне населенных пунктов. Рекомендуется выполнять пробные броски.  Побеждает игрок, бросивший топор дальше всех.
	3. Подведение итогов игры.	2мин	Поощрить победившую команду.
	4. Упражнение на выносливость: - бег	От 1,5 мин до 3 мин	Выполнять одновременно. Темп обычный. Следить за правильным выполнением.
Заключительная часть 5 мин	1.Построение в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1-у шеренгу – становись!».
	2. Упражнение на осанку: -ходьба на носках, руки на поясе, плечи отвести назад, лопатки соединить.	1мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Темп медленный. Метод выполнения - одновременный. Выполнять глубокие вдохи и выдохи.
	3. Подведение итогов занятия.	2мин	Выявить лучшую команду. Похвалить группу.
	4. Домашнее задание.	1мин	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.



## 5. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для людей предпенсионного возраста 50-55 лет.

**Игра:** «Жорго салыш» (состязание иноходцев)

**Цель:** освоение содержательной стороны игры «Жорго салыш» (состязание иноходцев).

Игра для развития двигательных качеств, преимущественно связанных с быстротой и ловкостью.

**Задачи урока:**

1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Жорго салыш» (состязания иноходцев).
2. Развитие быстроты и ловкости.
3. Воспитание дружбы между игроками, уважение соперника, любовь к животным.

**Конечный результат:** формирование умений, навыков и овладение игровой единицей - сохранить до конца дистанции заданный бег лошади.

**Место проведения:** поле, дорога, ипподром

**Меры безопасности:** площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

Часть урока	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть 6 мин	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	1 мин	«В 1-у шеренгу – становись!». Сообщение задачи урока.
	2. Ходьба (разновидности): -на носках; -на пятках; -в приседе.	30 сек	Добиться четкого одновременного выполнения. Темп средний.
	3. Бег.	1 мин	Метод выполнения - одновременный. Вести подсчет. Спина прямая.
	4. Перестроение из колонны по 1-у в колонну по 2-а.	10-15 сек	«Налево! В колонну по 2-а – марш!». Указать дистанцию, интервал.
	6. Обще развивающие упражнения в парах	5-6 мин 4-6 раз	Способ выполнения – одновременный.
Основная часть 34 мин	1. Перестроение группы в 1-у шеренгу.	10-15 сек	«В 1-у шеренгу – становись!».
	2. Разучивание подвижной игры «Жорго салыш» (состязание иноходцев) <b>Подготовка:</b> назначаются судьи, выбирается дистанция, определяется возраст участников и лошадей, условия, очередность выступления. Количество играющих - 2 и более. <b>Содержание игры:</b> по команде судьи лошади иноходью устремляются вперед. Участники от начала до конца дистанции должны сохранить ровный ритмический бег лошадей, не переходя на другой аллюр. Как максимум на	10 мин	Становление личности, организовать эмоциональный настрой игроков. <b>Правила игры:</b> Нельзя: 1. Мешать друг другу. 2. Хлестать лошадь. Одна и та же лошадь может участвовать только под одним всадником. Участники должны иметь порядковые номера. Сбоем считается случай, когда лошадь делает от 4-12 скачков; 13 и больше уже считается проскачкой, и лошадь снимается с соревнований.  Победитель определяется

	дистанции до 3 километров может быть допущено не более 5 сбоек; на дистанции до 5 километров – до 6 сбоек; на дистанции до 10 километров – до 10 сбоек.		согласно прихода на финишную линию.
	3. Подведение итогов игры.	30-40сек	Выявить самых быстрых игроков из группы.
	4. Упражнение на быстроту реакции: -ловля мяча.	2мин	Задание выполнять одновременно. Упражнение в парах. Броски волейбольного мяча. Расстояние 5-6 метров.
Заклочительная часть 5 мин	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1-у шеренгу – становись!»
	2. Упражнение на расслабление: И.п.-о.с.; 1-руки вперед; 2-руки вверх; 3-руки в сторону; 4-И.п.	1мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Упражнение выполнять в медленном темпе. Руки прямые, ноги не сгибать. Дыхание произвольное.
	3. Подведение итогов занятия.	2мин	Выявить лучших и активных игроков.
	4. Домашнее задание: -прыжки со скакалкой.	30сек 20-25 раз	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.

6. Конспект урока для развития физических качеств средствами народных подвижных игр для людей предпенсионного возраста 50-55 лет

Игра: Бел кармашып тартышуу (перетягивание друг друга, взявшись за пояс).  
 Цель: в игре Бел кармашып тартышуу (перетягивание друг друга, взявшись за пояс).  
 Перетянуть наибольшее число противников. Развитие силы, гибкости, устойчивости, ловкости, координации движения.

- Задачи урока:
1. Разучивание игровой единицы народной подвижной игры «Бел кармашып тартышуу» (перетягивание друг друга, взявшись за пояс).
  2. Развитие силы, гибкости, устойчивости, ловкости, координации движения.
  3. Уважение друг к другу, испытать самого себя, честность, настойчивость, самообладание и решительность, логику, мышление.

Конечный результат: овладение игровой единицей - перетянуть наибольшее число противников.

Место проведения: Количество играющих – 10 – 15; место – площадка, лужайка, зал.

Инвентарь: пояс

Меры безопасности: площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.

ЧУ	Содержание материала	Дозировка	Организационно-методические указания
ов ит ел	1. Построение группы в 1-у шеренгу.	1мин	«В 1-у шеренгу – становись!». Сообщение задачи урока.



			Сделать замечания по опозданию.
	2. Повороты: -прыжком направо; -прыжком налево; -прыжком кругом.	30сек	Метод организации - фронтальный. Добиться четкого одновременного выполнения. Поворот кругом выполнять через левое плечо.
	3. Ходьба: -в приседе; -в полуприседе.	1мин	Метод выполнения - одновременный. Вести подсчет. Спина прямая.
	4.Перестроение в колонну по 1-у.	10-15сек	Указать дистанцию, интервал
	5. Размыкание по распоряжению.	10-15сек	
	6. Общеразвивающие упражнения в движении.	5-6мин 4-6 раз	Способ выполнения - поточный (раздельный).
Основная часть	2. Разучивание подвижной игры <b>Бел кармашки тартышуу (перетягивание друг друга, взявшись за пояс).</b> <b>Подготовка:</b> игроки делятся на две команды. Каждая команда выставляет по очереди по одному игроку. Игроки завязывают пояса. Определяется площадь проведения схватки. <b>Содержание игры:</b> по команде участники начинают перетягивать партнеров на свою сторону.	8-10мин	Умение организовать эмоциональный настрой для самого себя.  <b>Правила игры:</b> нельзя отпускать захваты за руки, брать за одежду, руки и ноги, мешать или оказывать помощь друг другу.  Выигрывает команда, перетянувшая наибольшее число членов противоположной команды.
	3. Подведение итогов игры.	1мин	Выявить самых внимательных игроков из группы.
	4. Упражнение на выносливость: - приседания	2мин От 3-х до отказа	Выполнять поочередно по 3 подхода. Темп обычный. Следить за правильным выполнением.
Заключительная часть	1.Построение группы в 1-у шеренгу.	10-15сек	«В 1-у шеренгу – Становись!».
	2. Упражнение на расслабление -ходьба: 1-руки вверх, вдох; 2-руки вниз, выдох.	1мин	Оказать помощь по показу и рассказу. Метод выполнения одновременный. Ходить по площадке в медленном темпе. Следить за осанкой.
	3. Подведение итогов занятия.	2мин	Выявить внимательных и активных игроков.
	4. Домашнее задание.	30сек	По возможности выполнять упражнение в домашних условиях.

### **РАЗДЕЛ III.**

#### **База данных этнических игр кыргызов**

**Карасаева А.Х.**

**Абдырахманова Д.О.**

**Арыкова Ч.Н.**

**Джаманкулов**



# Этнические игры для развития сознания и органов чувств

Карасаева А.Х.

<b>1. Название игры</b>	<b>1. Из таанымай (распознавание следа)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Омурзаков Д., Сараласв М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие глазомера</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 5-8; место – площадка, двор, берег водоема, озера или реки. Выравнивается песчаная или глинистая площадка размером 50/50 сантиметров. Участники располагаются вокруг площадки. Выбирается водящий, который становится спиной к участникам в 3-4 метрах от площадки с завязанными глазами.</p> <p><b>Содержание игры:</b> один из участников по договоренности одной или двумя ногами становится на площадку, чтобы там оставить след ноги, затем возвращается на свое место, после чего приглашается водящий для распознавания следа. Если водящему удастся правильно угадать, то он присоединяется к остальным, а проигравший становится водящим. Если не отгадает, то «следопыт» остается в своей роли.</p> <p><b>Игровая единица:</b> определение принадлежности следа</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя оставаться вне площадки, водящему – подглядывать, участникам – подсказывать ему.</p> <p><b>Методические указания:</b> выбрать площадку с учетом того, чтобы на поверхности должен оставаться четкий след. Возможны усложнения с участием 2-3 игроков, можно играть босиком.</p>
Организаторы	под руководством опытного руководителя
Стратегия игры	использовать находчивость
Этнические принципы	сохранение традиций, умение, знание животных
Развитие физических качеств и состав движений	точность движения, высокий темп и скорость, развивает двигательные способности. Развивает мышцы ног, движение качественного значения
Развитие сознания	логика мышления
Социальные навыки	сложные, индивидуально-командные, комплексные, ситуационные
Этические нормы	правильно реагировать на успехи и неудачи свои и своих товарищей
Креативность	готовность к неожиданным ситуациям.
Воспитательный момент	упорство, сосредоточенность, самовоспитание, самоутверждение личности

<b>2. Название игры</b>	<b>Айбанаттардын кыймылын туурамай (подражание животным)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена:</b> войти в образ животного</p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 6-14; место – площадка. Выбирается водящий, остальные делятся на две команды. Отмечается дистанция длиной 25-30 метров с отметкой старта и финиша. Направляющие располагаются у стартовой линии. Водящий объясняет, что участники должны передвигаться по дистанции, подражая передвижениям того или иного животного.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего участники поочередно должны передвигаться по дистанции, подражая передвижениям обусловленного животного. Выигрывает команда, пришедшая на финиш первой и наиболее удачно подражавшая передвижению животного.</p> <p><b>Игровая единица:</b> более точное подражание движениям животных</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя раньше команды водящего начинать передвижения, отклоняться от задания.</p> <p><b>Методические указания:</b> силы команд должны быть равными. Выбрать двух судей.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	навык охоты
Этнические принципы	хорошее знание повадок животных
Развитие физических качеств и состав движений	развивает двигательные, скоростно-силовые способности, ловкость; развивает мышцы тела, движения качественного значения
Развитие сознания	интеллект, логическое мышление, внимание, сосредоточенность
Социальные навыки	сложные, индивидуально-групповые; комплексные, ситуационные
Этические нормы	морально-волевые качества
Креативность	чувствовать инстинкты животного
Воспитательный момент	формирование трудовых навыков
<b>3. Название игры</b>	<b>Жип алмай (упражнение с ниткой)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.



Носитель знания	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Создать новые варианты сплетений</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2 и более; место – площадка; инвентарь – нитка длиной примерно 1 метр. Один из участников, взяв нитку, завязывает концы в узелок и одевает на ладони так, чтобы большие пальцы были свободными.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участник ниткой делает круг вокруг ладони, затем пропускает нитку через средние пальцы, образуя перекрестные сплетения. Второй участник, взяв за переплетения двумя пальцами рук, делает круговые движения вокруг неперекрещивающейся частью нитки, одевает на большие и указательные пальцы, где образуется новое сплетения из 4-х перекрещивающихся линий. Затем второй берет большими и указательными пальцами за противоположные переплетения и пропускает их круговым движением через нижнюю часть нитки, параллельные друг другу и сплетениям образуя новые сплетения. Затем процесс повторяется до тех пор, пока кто-либо из них не ошибется. Допустивший ошибку считается проигравшим.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение создать другую форму сплетения нитей между пальцами рук</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать упражнение с того действия, где была допущена ошибка; оно начинается сначала.</p> <p><b>Методические указания:</b> держать руки параллельно.</p>
Организаторы	наиболее опытный, старший по возрасту
Стратегия игры	умение управлять бытовыми средствами
Этнические принципы	забота о сохранении традиций
Развитие физических качеств и состав движений	быстрота, ловкость, меткость, развивает координацию движений; развивает мышцы рук, движения качественного значения
Развитие сознания	расширяет кругозор и мышление, формирует мировоззрение
Социальные навыки	сложные, прикладные, индивидуально-групповые, ситуационные
Этические нормы	закрепляются и совершенствуются морально-волевые качества, повышает личную ответственность
Креативность	приобщение детей к сенсорным движениям
Воспитательный момент	помогает лучше познать мир, развитие способностей интересов, приобщению людей к прекрасному
4. Название игры	<b>Баш бармак (большой палец) Детская забава-скороговорка</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003

Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие речи и быстрое переключение внимания с произнесения слов на движение пальцев</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка.</p> <p><b>Содержание игры:</b> это детская забава-скажочка для маленьких, в которой счёт ведётся путем поочерёдного разгибания и загибания пальцев. Малыши собираются в круг и один из ведущих начинает быстро загибать или разгибать пальцы. Отсюда название игры ачакей-жумакей т.е. открываю-закрываю. В то же время декламирует скажочку «Баш бармак, Бадал журук. Ортон оймок, Ою чиймек. Чыйып чыпалак - чычайган арам тамак», («Большой палец, Указательный палец, Средний палец-напёрсток, Безымянный палец, а это Мизинец») Побеждает тот, кто не сбиваясь быстро декламировал считалочку и вовремя сгибал и разгибал пальцы.</p> <p><b>Игровая единица:</b> не сбиваясь быстро декламировать считалочку и вовремя сгибать и разгибать пальцы</p> <p><b>Правила игры:</b> не мешать друг другу, слова скажочки произносить полностью и точно.</p> <p><b>Методические указания:</b> выполнить поочередно.</p>
Организаторы	наиболее опытный участник
Стратегия игры	знать скажочки
Этнические принципы	навык обучения говорить, передача потомкам
Развитие физических качеств и состав движений	выдержка, тактика, ловкость. Развивает мышцы рук
Развитие сознания	внимание, психологическая подготовка.
Социальные навыки	комплексные, ситуационные, индивидуальные
Этические нормы	уважение друг к другу, терпение
Креативность	умение считать, правильно говорить
Воспитательный момент	настойчивость, решительность, самообладание, устойчивость
<b>5. Название игры</b>	<b>Учту-Учту (летели-летели)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	



<i>Описание игры</i>	<p><b>Игра направлена на концентрацию внимания и быстрое извлечение из памяти и координацию движения</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 10 – 15; место – площадка, лужайка, зал. Подготовка, выбирается водящий, остальные участники игры становятся полукругом. Водящий становится впереди так, чтобы ему хорошо было видно игроков.</p> <p><b>Содержание игры:</b> водящий произносит «учту – учту» и, подняв руку, называет какую – либо птицу. За водящим все участники тоже поднимают руки, тем самым подтверждая, что эта птица действительно может летать. Затем водящий быстро называет то птицу, то что – либо в рифму, но нелетающее, тем самым стараясь сбить с толку играющих. Проигрывает тот, кто поднял руку тогда, когда были названы нелетающие предмет или живое существо. Проигравший наказывается каким – либо фантом.</p> <p><b>Игровая единица:</b> поднятие руки при произнесении летающего предмета</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя кроме водящего другим игрокам произносить «учту – учту»</p> <p><b>Методические указания:</b> водящий выбирается из числа наиболее опытных игроков или старший по возрасту</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытный участник
<i>Стратегия игры</i>	внимательно слушать водящего и точно выполнять движение
<i>Этнические принципы</i>	сохранение навыка управления, передача потомкам
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, развивает мышцы тела, мышцы рук, развлекательные, движения качественного значения
<i>Развитие сознания</i>	комплексное, ситуационное, внимание, психологическая подготовка
<i>Социальные навыки</i>	элементарные, индивидуально – групповые с водящим
<i>Этические нормы</i>	уважение друг к другу
<i>Креативность</i>	умение читать мысли
<i>Воспитательный момент</i>	настойчивость, решительность, самообладание, устойчивость
<b>6. Название игры</b>	<b>Саноо (счет)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Игра направлена на развитие сознания (производить счет) при измененном дыхании</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 4-6; место – площадка, двор, комната, зал. Участники становятся в круг, договариваются об очередности.</p> <p><b>Содержание игры:</b> каждый участник, сделав глубокий вдох, и на выдохе делает счет до тех пор, пока хватит набранного</p>

	<p>воздуха. Побеждает тот, кто сумеет произнести наибольшее число цифр.</p> <p><b>Игровая единица:</b> произнести наибольшее количество цифр на одном вдохе</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя делать повторный вдох и снова продолжать считать цифры, мешать друг другу</p> <p><b>Методические указания:</b> задание выполнить поочередно</p>
Организаторы	наиболее опытные участники, судьи
Стратегия игры	делать максимально глубокий вдох
Этнические принципы	сохранение традиций. Воспитание упорства, характера
Развитие физических качеств и состав движений	развивает двигательные способности, выносливость, быстроту реакции, ловкость, координацию движений. Развивает мышцы рук; мышцы грудной клетки, ребер, движения качественного значения
Развитие сознания	мышление, умение быстро реагировать на ситуацию
Социальные навыки	индивидуально-групповые, ситуационные
Этические нормы	уважение к сопернику, морально-волевые качества. Умение преодолевать трудности
Креативность	нестандартный подход к выполнению задания
Воспитательный момент	упорство, настойчивость, целеустремленность, сплоченность, собранность, согласованность ритма
Воспитательный момент	целеустремленность, находчивость
<b>7. Название игры</b>	<b>Күзгүбү же таракпы (зеркало или гребенка)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие тактильной чувствительности в области лица и волосистой части головы</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; определить водящего</p> <p><b>Содержание игры:</b> групповая детская игра. Участники методом жеребьевки определяют водящего, который садится спиной к остальным на расстоянии 5-6 м с закрытыми глазами. Очередной игрок подходит сзади водящего и закрывает его глаза ладонями. Один из игроков спрашивает: «Күзгүбү же таракпы?» «Зеркало или гребёнки?». После ответа водящего, он проводит ладонями или как күзгү (юркало) гладко, или как тарак (гребёнка) раскрытыми пальцами рук. После этого садится на своё место. Затем водящий должен отгадать, кто подходил.</p>



	<b>Игровая единица:</b> отгадать, кто подходил <b>Правила игры:</b> если угадает, они меняются местами. Если не угадал, продолжает водить дальше. <b>Методические указания:</b> глаза можно завязать повязкой
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица
<i>Стратегия игры</i>	навык предугадывания
<i>Этнические принципы</i>	воспитание воображения
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость; развивает сенсорные способности
<i>Развитие сознания</i>	мышление
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, комплексные, сложные, индивидуальные, комплексные
<i>Этические нормы</i>	забота по отношению к другим людям
<i>Креативность</i>	формирование навыков предугадать
<i>Воспитательный момент</i>	приобщение к новому ощущению
<b>8. Название игры</b>	<b>Омпо-чомпо (игра в качели)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<b>Игра направлена на развитие речи</b> <b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; инвентарь – чурка. <b>Содержание игры:</b> берётся доска небольших размеров, серединой устанавливается на небольшую чурку. С каждой стороны доски садятся играющие, желательно одинакового веса. Участники игры, поочерёдно приподнимая друг друга, могут читать стихотворение или считалочку. <b>Игровая единица:</b> правильное изложение речи <b>Правила игры:</b> поочерёдно приподнимать друг друга <b>Методические указания:</b> учитывать вес участников. В случае неправильного выражения меняются.
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного руководителя или участника
<i>Стратегия игры</i>	навык взаимопомощи
<i>Этнические принципы</i>	развлечение
<i>Развитие физических</i>	ловкость, сила; развивает мышцы рук, нижних конечностей, туловища

качеств и состав движений	
Развитие сознания	точность, внимание
Социальные навыки	индивидуально-групповые
Этические нормы	сознательную дисциплину, выполнять обязанности по страховке друг друга
Креативность	смелость человека, стойкость
Воспитательный момент	целеустремленность, внимание
<b>9. Название игры с альчиками</b>	<b>Жалт (миг)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие интуиции</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> можно играть и вдвоем. Инвентарь – альчики.</p> <p><b>Содержание игры:</b> каждый игрок метает свой альчик, и чей альчик первым встал на айкур, тот считается ведущим. Ведущий начинает игру. Убрав руки за спину, зажимает в ладони какой-нибудь небольшой предмет. Обе закрытые ладони протягивает одному из игроков. Водящий произносит: "Жалт!", "Миг", этот игрок должен отгадать, в какой руке находится предмет. Если отгадает, то становится ведущим.</p> <p><b>Игровая единица:</b> отгадать как можно больше раз</p> <p><b>Правила игры:</b> кто больше отгадал, тот считается победителем и щелкает по лбу проигравшего или даёт какое-нибудь задание: привести лошадь, подложить сено, напоить и т.д.</p> <p><b>Методические указания:</b> предмет может быть любым.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	эффективность действий
Этнические принципы	эифференцированное использование предмета, сохранение традиций
Развитие физических качеств и состав движений	сила, быстрота реакции, ловкость; развивает мышцы тела



<i>Развитие сознания</i>	воображения, мышление
<i>Социальные навыки</i>	индивидуальные, элементарные
<i>Этические нормы</i>	уважение к сопернику, не нарушать правила игры
<i>Креативность</i>	творчество
<i>Воспитательный момент</i>	общительность, коммуникативность, находчивость
<b>10. Название игры</b>	<b>Жыт билүү (узнавание запаха)</b>
<i>Источник знания</i>	Олия Дуйшебай
<i>Носитель знания</i>	Население села Чолпон, Ак-Суйского района
<i>Исследователь</i>	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Игра направлена на развитие обоняния</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 4-10, место – поле, лужайка, площадка, спортзал, комната.</p> <p><b>Содержание игры:</b> выбирается водящий, остальные становятся в 5-6 шагах от него, образуя полукруг. Водящий показывает предмет игроку, сидящему с закрытыми глазами, и спрашивает «что это?». Игрок по запаху должен узнать предмет. Сидящие игроки определяют, узнал он предмет правильно или нет. Затем то же самое делают другие игроки. Выигрывает игрок, сумевший больше всех узнать предметов по запаху. Игра может продолжаться 2-3 раза.</p> <p><b>Разновидность игры:</b> игра может быть проведена на расстоянии 2-3м.</p> <p><b>Игровая единица:</b> отгадать как можно больше предметов</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя во время узнавания издавать звук, мешать друг другу, создавать шум</p> <p><b>Методическое указание:</b> площадка должна быть просторной, избегать кучности.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника
<i>Стратегия игры</i>	как можно быстрее узнать предмет
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает мышление, чувство осязания
<i>Развитие сознания</i>	работа мышления и силы воли
<i>Социальные навыки</i>	элементарные, индивидуально - групповые, развлекательные
<i>Этические нормы</i>	спортивная этика - честность, сознательная дисциплина
<i>Креативность</i>	проявлять индивидуальность
<i>Воспитательный момент</i>	целеустремленность, самостоятельность.
<b>11. Название игры</b>	<b>Ашбы же ташбы (ягоды или камень)</b>

Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие интуиции</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 2-4; место – площадка; инвентарь – ягоды, конфеты, камушки. Игроки, взяв в одну руку ягоды или конфеты, а в другую – камушек, разделившись на пары, становятся друг к другу лицом. По договоренности одни закрывают глаза, широко открыв рот.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде другие игроки, приготовив конфеты или камушки в одной руке, поднимают одну руку до уровня головы, затем у игроков, стоящих с закрытыми глазами, спрашивают: «ашбы же ташбы?». Те, в свою очередь, не открывая глаз, должны ответить: «аш» или «таш». Если ответ отгадывающего совпадает с предметом, который держит водящий, то игрок получает как приз конфету или ягоду. Игра продолжается без изменения очередности. Если нет, то они меняются ролями.</p> <p><b>Игровая единица:</b> быстрее отгадать предмет</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя раньше времени открывать глаза, самостоятельно менять предметы (сладости, камушки)</p> <p><b>Методические указания:</b> соблюдать очередность, действия выполнять последовательно.</p>
Организаторы	наиболее опытные лица
Стратегия игры	навык предугадывания
Этнические принципы	сохранение традиций предугадывания
Развитие физических качеств и состав движений	быстрота реакции; развивает сенсорные способности; движение качественного значения; развивает координацию движений рук, мимику лица
Развитие сознания	сообразительность, мышление, внимание
Социальные навыки	ситуационные, комплексные, сложные, интуитивно узнавать предметы
Этические нормы	самодисциплина, взаимоуважение
Креативность	формирование навыков предугадать, приобщение к новому ощущению
Воспитательный момент	взаимоуважение, самодисциплина
12. Название игры	Сүйүнүчтүү көрсөтүү (изобрази радость)
Источник знания	Олия Омуш
Носитель знания	Население села Чолпон, Ак-Суйского района



Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на вхождение в образ</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> дети становятся в круг. Выбирается водящий, который становится вне круга.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего дети изображают на лице радость. Водящий и игроки оценивают, кто лучше изобразил радость. Затем водящий дает другую команду кто лучше изобразит: гнев, удивление, восторг, испуг, вопрос, безразличие и т.д. Вариант игры: сопровождение мимики звуком.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точно изображать мимику</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя без команды выполнять действие, самовольно изображать мимику</p> <p><b>Методические указания:</b> соблюдать очередность. Стараться как можно точнее выполнить команду.</p>
Организаторы	наиболее опытный, старший по возрасту
Стратегия игры	умение изобразить эмоции
Этнические принципы	забота об эмоциональном состоянии
Развитие физических качеств и состав движений	быстрота реакции, развивает мимические мышцы.
Развитие сознания	расширяет мышление, формирует мировоззрение
Социальные навыки	индивидуально-групповые, ситуационные; умение проявлять эмоции
Этические нормы	закрепляются и совершенствуются морально-волевые качества, повышает личную ответственность
Креативность	приобщение детей к изменению эмоций
Воспитательный момент	помогает лучше познать мир, развитие способностей интересов
<b>13. Название игры</b>	<b>Буюмду кармап тану (узнать предмет в руках)</b>
Источник знания	Олия Дуйшебай
Носитель знания	Население села Чолпон-Ак-Суйского района
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие тактильной, температурной и проприорецептивной чувствительности</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-10; место – площадка, двор, зал, комната. Выбирается водящий. Участники становятся полукругом, выбирается один игрок из команды. Ему завязывают глаза, остальные стоят рядом полукругом.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящий дает игроку предмет и игрок должен назвать, что у него в руках. Если игрок</p>

	<p>отгадывает, то получает очко, если не угадывает, игра продолжается до тех пор, пока не отгадает.</p> <p>Разновидности: давать на руки одновременно подается несколько предметов.</p> <p><b>Игровая единица:</b> как можно быстрее отгадать предмет</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя подглядывать, шептать, произносить звуки</p> <p><b>Методические указания:</b> стараться как можно точнее выполнить команду</p>
Организаторы	наиболее опытные участники, воспитатель, учитель
Стратегия игры	использовать интуицию
Этнические принципы	проявить способность предугадывания
Развитие физических качеств и состав движений	ловкость, быстрота реакции, координация движений; развивает мышцы рук, движения качественного значения
Развитие сознания	мышление, внимание
Социальные навыки	умение предугадать
Этические нормы	взаимовыручка, взаимопомощь
Креативность	нестандартный подход к выполнению задания
Воспитательный момент	сплоченность, собранность, целеустремленность, находчивость
<b>14. Название игры</b>	<b>Өң таану (распознавание цвета)</b>
Источник знания	Олия Омуш
Носитель знания	Население села Чолпон, Ак-Суйского района
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие цветовой чувствительности</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 5-15; место – площадка, двор, зал, комната. Дети слушают виды задания. Выбирается водящий или старший по группе.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего дети должны найти камни, цветы, листья и должны разложить по цвету. Каждому ребенку предлагается подобрать предметы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определенного цвета</li> <li>2. Принести растения разного цвета, затем камни, глину, песок, палочки.</li> <li>3. Из предметов одного цвета выстроить шкалу по интенсивности окраски.</li> </ol>



	<p>4. Построить цветковые узоры</p> <p><b>Игровая единица:</b> распознать предметы по цвету</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу</p> <p><b>Методические указания:</b> можно приносить разные предметы</p>
Организаторы	под руководством опытного участника или руководителя.
Стратегия игры	найти как можно больше предметов
Этнические принципы	взаимодействие с природой
Развитие физических качеств и состав движений	быстрота реакции; развивает мышцы рук; движения качественного значения
Развитие сознания	сообразительность, быстрота принятия решений
Социальные навыки	взаимодействие с окружающей средой
Этические нормы	любовь к природе
Креативность	нестандартный подход к выполнению задания
Воспитательный момент	самодисциплина, самопознание, самовоспитание
<b>15. Название игры</b>	<b>Капталдагы буюмду таану (узнавание предметов находящихся по бокам)</b>
Источник знания	Олия Жамый Дуйшебаева село Жылдыз, Ак-Суйского района
Носитель знания	Население села Жылдыз
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра на развитие периферического зрения</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; определить водящего. Два игрока стоят друг против друга и смотрят друг другу в глаза, не отводя глаз, основной игрок вытягивает руки в стороны (вправо и влево).</p> <p><b>Содержание игры:</b> остальные игроки стоят сзади справа и слева за вытянутыми руками основного игрока, показывают предметы разной формы, цвета на счета 1-2-3 и быстро убирают предмет. Основной игрок должен сказать, что он видит.</p> <p><b>Игровая единица:</b> отгадать предметы</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать игру без распределения игроков. Соблюдать очередность. Показывая предметы по времени отсчета.</p> <p><b>Методические указания:</b> выполнять команды точнее</p>
Организаторы	наиболее опытные лица
Стратегия игры	навык предугадывания
Этнические принципы	воспитание воображения

Развитие физических качеств и состав движений	ловкость, быстрота реакции; развивает сенсорные способности
Развитие сознания	мышление, внимание
Социальные навыки	ситуационные, комплексные, индивидуальные; умение узнавать предметы
Этические нормы	знать больше предметов
Креативность	формирование навыков предугадать
Воспитательный момент	приобщение к новому ощущению
16. Название игры	Караңгыда көзүм жок (нет глаз у меня в темноте)
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на обострение органов чувств без контроля зрения.</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 5-25; место – площадка, поле, зал, двор. Инвентарь - платок, палка. Выбирается водящий, чертится круг диаметром 8-10 метров, игроки располагаются в кругу. По жребию или по договоренности одному из них завязывают глаза, а в руки дают палку.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки начинают передвигаться вокруг и со всех сторон подталкивают или несильно ударяют игрока с завязанными глазами. Он же, двигаясь с завязанными глазами, старается задеть кого-нибудь из окружающих палкой, при этом он постоянно повторяет «Тийсе, тийсе-доом жок, караңгыда көзүм жок» (если палка заденет кого, ко мне претензии нет, в темноте у меня глаз нет). Если ему удастся задеть кого-либо палкой, этот игрок меняется с ним ролями. Игра может длиться до обусловленного времени.</p> <p><b>Игровая единица:</b> уметь управлять палкой и легко задеть игрока</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя водящего сильно толкать, водящему, в свою очередь – наносить сильные удары, всем – выходить за пределы круга.</p> <p><b>Методические указания:</b> игроки, нарушающие правила, становятся водящими</p>
Организаторы	воспитатель, судьи
Стратегия игры	коснуться палкой большее количество игроков
Этнические принципы	предугадать действия водящего
Развитие физических качеств и состав	ловкость, быстрота реакции; развивает мышцы тела



<i>движений</i>	
<i>Развитие сознания</i>	мышление, интуиция
<i>Социальные навыки</i>	индивидуально-групповые, развлекательные, ситуационные, умение ощущать людей на расстоянии
<i>Воспитательный момент</i>	целеустремленность, достижение цели
<b>17. Название игры</b>	<b>Бекбекей (Охрана стада овец ночью)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Игра направлена на развитие периферического зрения и способность быстрого переключения сознания</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 12-15; место – лужайка, пастбище, поле. Выбирается водящий и «волк»; остальные игроки садятся в круг. Водящий становится в середине круга, «волк» отходит в сторону и прячется так, чтобы его не было видно.</p> <p><b>Содержание игры:</b> как только волк спрячется, водящий, охраняя игроков от волка, начинает рассказывать сказки, петь песни, танцевать, делать другие отвлекающие движения. В это время волк старается незаметно подойти и осалить кого-нибудь; если осалит, то присоединяется к сидящим. Осаленный игрок становится в роли водящего, бывший водящий присоединяется к остальным игрокам, или волк меняется ролями с водящим и игра продолжается.</p> <p>Разновидности: «Шырылдан» (охрана табунов ночью). Содержание игры тоже самое, как и игры «Бекбекей». Разница состоит в том, что в игре «Шырылдан» песня поется хором за водящим.</p> <p><b>Игровая единица:</b> быстрое переключение сознания по ситуации игры</p> <p><b>Правила игры:</b> сидящим игрокам нельзя подсказывать водящему, создавать шум, «волку» долго находиться в логове.</p> <p><b>Методические указания:</b> игра проводится в лунную ночь или у костра</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица, учитель
<i>Стратегия игры</i>	сохранить большее число овец
<i>Этнические принципы</i>	формирование навыков быстрого переключения сознания; уважительное отношение к игровой ситуации
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает быстроту реакции, быстроту, ловкость, координацию движений
<i>Развитие сознания</i>	мобильность сознания, память, быстрое переключение внимания с одного вида деятельности на другой
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, элементарные, индивидуально-групповые, развлекательно-обрядовые; умение ориентироваться в пространстве
<i>Воспитательный</i>	Воспитание взаимоуважения, партнерство игрока и «волка»

момент	
<b>18. Название игры</b>	<b>Баш тамгасын бирдей айтуу (сохрани заглавную букву)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Саралаев М., 1981; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие мышления, памяти, ассоциативных связей слов</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 2-10, место - спортзал, комната, лужайка.</p> <p><b>Содержание игры:</b> определяется организатор игры и по жребию очередность игроков. Участники строят предложения, начинающиеся с одной и той же буквы. Предложение составляется из слов, которые начинаются с той же самой буквы. Сары калем, Сары күзгү, Сары кызды, Сары челекти саргайтса, Саргайбайбы?, Саргайгандар, Саргайса да, Саргайбагандар, сарыгым, Саргайбагыла, Сары уйларды сасыга байлап, Сары майларын саап алып, Сайга айдагыла. Эти предложения должны носить продолжающий смысловой текст. Как только текст составлен, с участием всех игроков, игра может быть продолжена с использованием другой заглавной буквы.</p> <p><b>Игровая единица:</b> быстро придумать смысловое предложение, где все слова начинаются с одной и той же буквы</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу, создавать шум</p> <p><b>Методическое указание:</b> место для игры должно быть просторным</p>
Организаторы	наиболее опытные лица, учитель
Стратегия игры	развитие сознания, мышления, памяти, интуиции, логики
Этнические принципы	преемственность воспитания мышления этническими средствами отработанными предыдущими поколениями
Развитие сознания	развивает интуицию, мобильность сознания, концентрацию внимания
Социальные навыки	ситуационные, умение слышать других, уважать
Воспитательный момент	воспитание взаимоуважения, коллективизма
<b>19. Название игры</b>	<b>Ой табыш (Угадывание мыслей)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Саралаев М., 1981; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<b>Игра направлена на развитие сознания</b>



	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 2-3, место - спортзал, комната, лужайка.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участники игры договариваются, что они будут открытыми и честными друг перед другом. Участники игры выбирают водящего. Водящий мысленно продумывает одно предложение, игроки в течение 3-х -5-ти секунд должны вслух повторить его мысль. Когда навык отгадывания мыслей у всех игроков совершенствуется, расстояние между игроками можно увеличивать, пока они не будут видеть друг друга.</p> <p><b>Игровая единица:</b> угадать мысль</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать, создавать шум</p> <p><b>Методическое указание:</b> место для игры должно быть тихим.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица, сами дети
<i>Стратегия игры</i>	навык отгадывания
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций
<i>Развитие сознания</i>	развивает глубину сознания и мощностъ сознания
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, умение предугадать
<i>Этические нормы</i>	сохранить честность игроков
<i>Воспитательный момент</i>	воспитание новым методом взаимодействия между людьми
<b>20. Название игры</b>	<b>Бут киимди таап кийүү (найти и надеть свою обувь)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Игра направлена на развитие всех органов чувств без контроля чувств</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 4-10; место – площадка, зал; инвентарь – обувь. Чертится круг диаметром 6-8 метров. На середину площадки выходят все игроки и за исключением одного снимают обувь, складывают в кучу, игрокам завязывают глаза.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки как можно быстрее должны найти свою обувь, надеть и выйти из круга и по разрешению водящего снять повязку с глаз. Выигрывает игрок, которому удалось первым найти свою обувь и надеть на ноги.</p> <p><b>Игровая единица:</b> обостряя органы чувств найти свою обувь</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя снимать или сдвигать повязку, подглядывать, мешать друг другу</p> <p><b>Методическое указание:</b> место для игры должно быть ровным.</p>
<i>Организаторы</i>	дети
<i>Стратегия игры</i>	быстро найти свою обувь
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций

<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает мышцы тела, ловкость
<i>Развитие сознания</i>	развивает сенсорные способности, сообразительность, ассоциативное мышление
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, взаимоуважение
<i>Воспитательный момент</i>	соблюдать свои интересы и уважать других
<b>21. Название игры</b>	<b>Отурган ордунду таап отурмай (нахождение места сидения)</b>
<i>Источник знания</i>	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Саралаев М., 1981; Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Игра направлена на развитие навыков ощущения пространства без контроля зрения после нагрузки на вестибулярный аппарат</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 10-13; место – площадка, двор, зал; комната. Инвентарь – платок. Игроки, образуя круг, садятся, затем выбирается водящий, который с завязанными глазами становится в середину круга.</p> <p><b>Содержание игры:</b> водящий после нескольких вращений должен быстро найти свое место и сесть. Если ему удастся правильно найти свое место, он меняется ролями с одним из рядом сидящих игроков. Если нет, то он должен исполнить какой-нибудь фант.</p> <p><b>Игровая единица:</b> быстро найти свое место</p> <p><b>Правила игры:</b> водящему нельзя снимать платок, пока он не найдет свое место, подсказывать, отказываться от исполнения фанта.</p> <p><b>Методическое указание:</b> место для игры должно быть ровным.</p>
<i>Организаторы</i>	дети, учитель
<i>Стратегия игры</i>	навык нахождения
<i>Этнические принципы</i>	приобщение к новому ощущению
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений.
<i>Развитие сознания</i>	развивает мышление, воображение, сенсорные способности, сообразительность,
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, умение отгадать



Этические нормы	способность ориентироваться в пространстве
Креативность	формирование навыков угадывания
Воспитательный момент	воспитание находчивости, воображения
22. Название игры	Таш тепмей (игра в классы)
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н, профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие навыков ощущения пространства без контроля зрения после нагрузки на вестибулярный аппарат</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 2-6; место – площадка, двор. Инвентарь – плоские камни. Игроки рисуют прямоугольник, делят его на «классы», обычно – 6-10 с полем для отдыха. Согласно договоренности или жеребьевке устанавливается очередность.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игрок, находясь в одном месте от передней линии прямоугольника, бросает свой камешек в первый «класс». Если попадает, то он впрыгивает туда на одной ноге, выбивает камешек через все классы поочередно. Затем камешек бросается во 2-й класс. Если он попадает, то прыгает на одной ноге в 1-й класс, перепрыгивает во 2-й и оттуда выбивает камешек через остальные классы поочередно. Каждый раз, бросая камешек и впрыгивая за ним из «класса» в «класс», игрок имеет право отдохнуть в «зоне отдыха» и затем продолжать движение. Когда игрок заканчивает 6 или 10 класс, он получает новое задание (как бы экзамен): он должен пройти с закрытыми глазами по всем «классам», не наступив нигде на черту. Считается, что после выполнения этого задания он закончил игру. Игрок, совершивший ошибку, уступает свою очередь следующему, запомнив, на каком этапе остановился, с тем, чтобы при следующей своей очереди начать с того места, где была допущена ошибка. Во время прохождения по всем классам с закрытыми глазами каждый раз, когда игрок наступает ногой в очередной «класс», он должен спрашивать: «такпы же так эмеспи»? («чет или нечет»). Если он попал в нужный «класс», играющие отвечают ему «так», и он продолжает идти дальше, если же не попал, то ему отвечают «так эмес», и он, открыв глаза и убедившись в своей ошибке, передает очередь следующему. Побеждает тот, кто раньше закончит игру.</p> <p><b>Игровая единица:</b> пройти все классы</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя наступать на черту, переходить из одного «класса» в другой, пропустив очередной</p> <p><b>Методическое указание:</b> место для игры должно быть ровным.</p>
Организаторы	наиболее опытные лица
Стратегия игры	навык точного попадания
Этнические принципы	приобщение к новому ощущению

Развитие физических качеств и состав движений	развивает координацию движений, мышцы ног, прыгучесть.
Развитие сознания	развивает мышление, сенсорные способности, сообразительность,
Социальные навыки	ситуационные, развлекательные
Этические нормы	проявлять уважение к другим участникам
Реактивность	формирование навыков преодоления трудностей
Воспитательный момент	воспитание настойчивости, целеустремленности
<b>3. Название игры</b>	<b>Кайчылаш кыймыл (противоположные движения)</b>
Носитель знания	Завкен Мукашева, село Чок-тал. Иссык-кульского района.
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Получено от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на умение концентрировать и быстро переключать внимание</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 10-15; место – площадка, двор. Игроки становятся в круг.</p> <p><b>Содержание игры:</b> 1 этап. Выставляется правая рука с выставленной кистью, правая нога на весу, выполняются круговые движения кистью и стопой в противоположные стороны. Это движение можно выполнить при участии левой руки и левой ноги.</p> <p>2 этап. Выставляется правая рука и левая нога на весу. Выполняются круговые движения кистью и стопой в противоположных направлениях. Эти же движения можно повторить при смене руки и ноги.</p> <p><b>Игровая единица:</b> синхронные движения в противоположных направлениях кистью рук и стопы</p> <p><b>Правила игры:</b> начинать с медленного темпа с постепенным ее увеличением. Игра может проводиться с усложнением, когда ведущий диктует темп выполнения (в игре могут участвовать все возрастные группы)</p> <p><b>Методическое указание:</b> место для игры должно быть ровным, тихим.</p>
Организаторы	наиболее опытные лица, учитель, методист
Стратегия игры	добиться индивидуальных результатов игры и войти в ритм команды
Этнические принципы	подготовка к трудовой и воинской деятельности
Развитие физических качеств и состав движений	развивает координацию движений, разработка суставов
Развитие сознания	развитие сенсорной проприорецептивной чувствительности, концентрация внимания, быстрое переключение внимания и координация деятельности левого и правого полушария



<i>Социальные навыки</i>	умение влиться в ритм команды
<i>Этические нормы</i>	развитие собственного достоинства, уважительное отношении к партнерам по игре
<i>Воспитательный момент</i>	подчинение общей дисциплины и соблюдение правил игры; воспитание коллективизма
<i>Описание игры</i>	<p><b>Игра направлена на развитие навыков ощущения пространства без контроля зрения после нагрузки на вестибулярный аппарат</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 2-6; место – площадка, двор. Инвентарь – плоские камни. Игроки рисуют прямоугольник, делят его на «классы», обычно – 6-10 с полем для отдыха. Согласно договоренности или жеребьевке устанавливается очередность.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игрок, находясь в одном месте от передней линии прямоугольника, бросает свой камешек в первый «класс». Если попадает, то он впрыгивает туда на одной ноге, выбивает камешек через все классы поочередно. Затем камешек бросается во 2-й класс. Если он попадает, то прыгает на одной ноге в 1-й класс, перепрыгивает во 2-й и оттуда выбивает камешек через остальные классы поочередно. Каждый раз, бросая камешек и впрыгивая за ним из «класса» в «класс», игрок имеет право отдохнуть в «зоне отдыха» и затем продолжать движение. Когда игрок заканчивает 6 или 10 класс, он получает новое задание (как бы экзамен): он должен пройти с закрытыми глазами по всем «классам», не наступив нигде на черту. Считается, что после выполнения этого задания он закончил игру. Игрок, совершивший ошибку, уступает свою очередь следующему, запомнив, на каком этапе остановился, с тем, чтобы при следующей своей очереди начать с того места, где была допущена ошибка. Во время прохождения по всем классам с закрытыми глазами каждый раз, когда игрок наступает ногой в очередной «класс», он должен спрашивать: «тапы же так эмеспи»? («чет или нечет»). Если он попал в нужный «класс», играющие отвечают ему «так», и он продолжает идти дальше, если же не попал, то ему отвечают «так эмес», и он, открыв глаза и убедившись в своей ошибке, передает очередь следующему. Побеждает тот, кто раньше закончит игру.</p> <p><b>Игровая единица:</b> пройти все классы</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя наступать на черту, переходить из одного «класса» в другой, пропустив очередной</p> <p><b>Методическое указание:</b> место для игры должно быть ровным.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица
<i>Стратегия игры</i>	навык точного попадания
<i>Этнические принципы</i>	приобщение к новому ощущению
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений, мышцы ног, прыгучесть.
<i>Развитие сознания</i>	развивает мышление, сенсорные способности, сообразительность,
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, развлекательные

Этические нормы	проявлять уважение к другим участникам
Креативность	формирование навыков преодоления трудностей
Воспитательный момент	воспитание настойчивости, целеустремленности
<b>24. Название игры</b>	<b>Илгери - илгери (жила-была)</b>
Носитель знания	Завкен Мукашева, село Чок-тал, Иссык-Кульского района.
Исследователь	д.м.н., профессор Карасаева А.Х.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Игра направлена на развитие воображения, мечты</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 5-6; место – площадка, двор, комната, лужайка. Игроки садятся в круг.</p> <p><b>Содержание игры:</b> берется любой предмет, можно палочку. Водящий произносит слова «жила-была» палочка и передает следующему игроку, второй игрок повторяет слова водящего и добавляет свое (жила была палочка, она умела прыгать, летать и т.д.) следующие игроки добавляют все новые и новые предложения до формирования сюжета. Палочку можно перемещать по кругу. Одному из игроков предлагается воспроизвести все, что было сказано.</p> <p><b>Игровая единица:</b> развитие фантазии по отношению к предложенному предмету</p> <p><b>Правила игры:</b> высказывания должны быть связаны с палочкой. Палочка должна передаваться по кругу. Каждый последующий игрок развивает сюжет о палочке. Возраст игроков не ограничиваться.</p> <p><b>Методическое указание:</b> место для игры должно быть тихим</p>
Организаторы	наиболее опытные лица, учитель, методист
Стратегия игры	развитие воображения и памяти детей
Этнические принципы	во время игры вплетаются традиции народа
Развитие сознания	развитие сознания, логического мышления, воображения, речи
Социальные навыки	умение слушать других
Этические нормы	уважение партнеров в игре
Воспитательный момент	воспитание коллективизма, дружбы
<b>25.Название игры</b>	<b>Тогуз коргоол</b>
Источник знания	Кыргызские народные игры, развивающие мышление. г. Бишкек- 2004г.
Носитель знания	Кийизбаев М.С. К.Касымов, А. Чылымов, Т.Орозобаков -- 1992 г.и другие Д.Омурзаков., М.К.Саралаев -1981 г.
Исследователь	И.о.доцента Джаманкулов К.Д., д.м.н.,профессор Карасаева А.К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии ФК и Спорта	
Описание игры:	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников - от 2 и более; место проведения – спортивный зал, класс; инвентарь – доска



	<p>тогуз коргоола.</p> <p><b>Содержание игры:</b> это настольная игра между двумя соперниками на специальной доске. Доска состоит из восемнадцати домов (лунок) и двух казанов (чаши). На каждой стороне находятся по 9 домов, пронумерованные с 1 до 9 слева направо и каждый дом имеет свое название: 1 «куйрук», 2 «ат-өтпөс», 3 «текилдек», 4 «далы», 5 «бел», 6 «ак-колтук» 7 «эки тиш», 8 «көк мойун» 9 «ооз», так же по одному казану. В начале игры в каждом доме находятся по 9 коргоолов, всего 162. Игра начинается с жеребьевки. Игрок начинающий игру берет все коргоолы из любого дома со своей стороны и начинает раскладывать с этого дома в правую сторону (против часовой стрелки) по одному в каждой следующий дом, нельзя пропускать дом или вложить по два коргоола в один дом, если коргоолы после раскладки в свои дома остались, то дальше начинают вложить в сторону соперника начиная с 1-го дома, далее по порядку. При отпуске последнего коргоола в дом соперника, в котором становится четное число, то ход считается результативным и игрок забирает все коргоолы из этого дома и кладет в свой казан. Ход переходит к следующему игроку, и так игра продолжается, ходы поочередно переходят то к одному то к другому игроку. Если последний коргоол попадает на сторону соперника и там становится нечетное число коргоолов, то ходы считаются нерезультативным. Когда в доме один коргоол и с ним можно ходить, тогда этот дом остается пустым, и коргоол перекладывается в следующий дом. Если последний коргоол попадает в один из домов на своей стороне, то независимо от числа получившихся там коргоолов, коргоолы ни кем не забираются. В случае попадая последнего коргоола на стороне соперника становится три коргоола, то правилами соревнований разрешено один раз взять эти коргоолы и этот дом объявить «тузом», и этот дом отмечается отличительным предметом, этим самым игрок выигрывает данный дом соперника, и все коргоолы, которые в последующем попадут в туз, он забирает в свой казан.</p> <p><b>Игровая единица:</b> создать комбинации ходов, чтобы они были результативными.</p> <p><b>Правила игры:</b> каждый игрок во время игры может объявить туз только один раз. Поменять или взять еще один туз нельзя. В доме «ооз» (9) не может быть тузов, а также нельзя объявлять одноименный дом тузом, т.е. если имеется уже туз в доме с таким же номером. Партия считается оконченной, если один из игроков набрал 82 коргоола или на стороне у одного из игроков не осталось коргоолов. В этом случае подсчитываются коргоолы, находящиеся у него в казане, если у него меньше 81 коргоола, партия считается проигранной, в случае если 81 коргоол, то ничья, если 82 и более, - то выигрыш. На соревнованиях за победу дают 1 очко, ничья 0,5, за проигрыш 0 очков. Победителем соревнований становится игрок, у которого наибольшее количество очков. При равенстве очков рассматриваются результаты встречи между ними. Если они не играли или сыграли вничью, то подсчитываются коэффициенты А. Чылымова, Б. Бергера, восходящие или убывающие и т. д., - то по положению соревнований.</p>
<i>Организаторы</i>	осуществляется под руководством опытного участника или тренера, учителя ф. к.
<i>Стратегия игры</i>	планировать игру более сильным игроком
<i>Умственное развитие</i>	сообразительность, быстрота принятия решений, развитие мышления, планирование результативной атаки на несколько ходов в перед



<i>Социальные навыки</i>	уважение партнеров в игре, равноправное отношение независимо от возраста
<i>Этические нормы</i>	понимание, любовь к народным традициям и играм
<i>Воспитательный момент</i>	уважение друг друга, коллективизм, честность в игре
<b>26. Название игры</b>	<b>Киште ( кыргызские шахматы).</b>
Источник знания	Кыргызские игры и развлечения г. Бишкек- 2004г.ст. 85
Носитель знания	Арстанбек Касен., Апышев Б., Акматов Ч.А, Саралаев М.К. Бектенов З.,Мусин Ю.,
Исследователь	И.о. доцента Джаманкулов К.Д., д.м.н.,профессор Карасаева А.К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии ФК и Спорта	
<i>Описание игры:</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - от 2 до 20, место проведения – спортивный зал, класс; инвентарь – шахматная доска.</p> <p><b>Содержание игры:</b> киште – древняя настольная игра, схожая с индийскими шахматами. Применялась такая же доска, называние фигуры: Кан- Кароль, Баатыр- Ферзь, Урук- Тура, Төө- Слон, Аккула- Конь, Чоро- Пешка. В киште различались некоторые ходы: нет рокировки «канна» короля и «урук» туры, мат могут ставить все фигуры, кроме «акула» коня. Ход «чоро» пешкой осуществляется только тогда, когда оба соперника сделали одинаковые ходы. Далее игра чорой идет также, как и в шахматах. В остальных случаях все фигуры делают ход только на одну клетку. Баатыр ходит также, как и в шахматах. Если делается ход угрозой Кану, говорится «киш!». Кан в течение игры может сделать один ход, как «конь».</p> <p><b>Игровая единица:</b> создать матовые положения</p> <p><b>Правила игры:</b> игру начинает игрок с белым фигурой, фигурой, которую взяли, необходимо осуществлять ход. Чоро начинает ходить как «батыр», когда дойдет до крайней стороны доски соперника.</p>
<i>Организаторы</i>	игра осуществляется под руководством учителя или судьи
<i>Стратегия игры</i>	играть умело, продумывать ходы на несколько ходов в перед, стараться выиграть партию
<i>Этнические принципы</i>	сохранять и внедрять среди населения игры мудрости
<i>Развитие физических качеств</i>	
<i>Развитие сознания</i>	усиливает кругозор, память, способствует развитию ума и мышления
<i>Социальные навыки</i>	уважение партнера в игре, равноправные отношение и игровая солидарность
<i>Воспитательный момент</i>	уважение друг друга, честность, порядочность
<b>27.Название игры</b>	<b>Убакыт билүү (Игры на определение времени)</b>



Источник знания	кыргызские народные игры, развивающее мышление
Носитель знания	кыргызский народ
Исследователь	и.о.доцента Джаманкулов К.Д., д.м.н.,профессор Карасаева А.К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии ФК и Спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> место проведения - спорт зал, класс или лужайка. Количество участников - от 10 и более, принимают участие ученики старших классов. Инвентарь - секундомер, свисток.</p> <p><b>Содержание игры:</b> определить время можно в движении или стоя на месте. По заданию учителя ученики определяет указанное время, длительность которого может состоять от 1 до 5 минут. Кто считает, что закончилось заданное время, останавливается или поднимает руки. Выигрывает тот, кто более точно определил указанное время.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точное определение времени</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя подсказывать, мешать друг другу, применять предметы, определяющие время или держаться за пульс</p>
Организаторы	осуществляется под руководством опытного участника или учителя
Стратегия игры	добиться точного определения времени
Этнические принципы	умение ориентироваться во времени.(«чай кайнатым», - период кипение чая, «эт бышаар», - период варки мяса)
Развитие физических качеств	точность, умение ориентироваться
Развитие сознания	ориентирование во времени, умение определять часы, периоды
Социальные навыки	равноправные отношения, солидарность друг с другом
Этические нормы	любовь к народным традициям и играм
Воспитательный момент	уважение , коллективизм
<b>28.Название игры</b>	<b>Уюм тууду (корова отелилась).</b>
Источник знания	Кыргызские игры и развлечения.
Носитель знания	Арстанбек Касен, г. Бишкек- 2004г.110 стр.
Исследователь	и.о. доцента Джаманкулов, д.м.н.,профессор Карасаева А. К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии ФК и Спорта	
Описание игры:	<p><b>Подготовка к игре:</b> место проведения - спортивный зал, площадка. Количество игроков – от 2 до 10 человек, игра парная. Инвентарь – игровая доска с шариками (коргоолами). Игры можно организовывать на настбище, выкапывая по 5 лунок каждому игроку размером 5-6 см. диаметром и глубиной 2-3 см. и по 1 казан размером 2 раза больше, вместо шарика можно применять овечий нут. Лунки выкапываются параллельно друг другу на расстоянии 20-30 см. В каждую лунку кладут по 5 шариков, всего 50 по 25 каждому играющему.</p>

**Содержание игры:** игра начинается по жребию. Начинаящий берет из любой своей лунки все 5 шариков и раскладывает их по одному в каждой лунке, справа налево, против часовой стрелки, начиная с соседней, откуда взяты шарик. Если после опускания последнего из перекладываемых шариков в лунку там образуется четное число шариков, например, 2-4-6 и т.д., то все имеющиеся шарик он забирает и кладет в свой казан. Если в ходе игры в последней лунке образовалось нечетное число, то ход переходит к сопернику. Так, чередуя ход, игра продолжается до тех пор, пока в лунках одного из игроков не останется ни одного шарика. Тогда тот, у которого в лунке еще остались шарик, переносит их в свой казан. Побеждает тот, у кого в казане окажется больше шариков. В игре есть одно условие, которое и дало название этой игры - *уюм тууду* (корова отелилась), это в ходе игры в опустевшей лунке снова накопятся шарик в количестве 4, игрок этого лунки, говоря *уюм тууду*, забирает их в свой казан.

**Правила игры:** строго соблюдается очередность. Ход выполняется строго против часовой стрелки. На серовнованиях регламент игры указывается в положениях. Нельзя объявлять “корова отелилась” в ранее опустевшей лунке. Выполнять ходы так, чтобы у соперника не “отелилась” корова.

**Игровая единица:** набрать больше количество шариков(коргоолов)

Организаторы	тренер, учитель
Стратегия игры	развивать мышление играков, выявлять сильнейших
Этнические принципы	уважать друг друга в игре. Не подсказывать, проявлять нетактичность в поведении
Развитие физических качеств	координация движения, правильная ориентация
Развитие сознания	сообразительность, быстрота принятия решений, задумывать ходы на несколько вперед
Социальные навыки	уважение партнеров в игре, овладение навыками равноправных действий в игре
Воспитательный момент	дисциплинированность, активность и решительность

## Этнические игры для детей дошкольного возраста 4-6 лет

Абдырахманова Д.О.

### 1. Название игры

«Чыбык –ат 1» (палочка-лошадка)



Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 10-16; место - площадка, поле, стадион, зал; инвентарь – тонкие прутики по 1,5-2 метра. Выбирается водящий, остальные делятся на две равные команды и становятся в шеренги друг за другом. Обозначается дистанция с отметкой старта и финиша. От каждой команды на старт выходит один ребенок. Ребенок садится на «лошадку» и готовится к бегу до определенной отметки, затем возвращается и передает «лошадку» следующему игроку.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки начинают передвигаться по дистанции. Как только первый игрок проходит дистанцию, «лошадка» передается другому игроку и т.д.</p> <p><b>Игровая единица:</b> управление лошадкой</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать передвигаться без команды водящего, передавать «лошадку» другому игроку, не пройдя дистанцию.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной. Игроки не должны сбивать друг друга. Необходимо соблюдать очередность.</p>
Организаторы	под руководством опытного участника или руководителя
Стратегия игры	выявление активных ребят и лидеров
Этнические принципы	умение ладить с лошадкой, взаимопонимание с животным (другом), езда
Развитие физических качеств и состав движений	развивает координацию движений, скорость; развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красота движений при управлении лошастью, развивает мышцы ног.
Развитие сознания	сообразительность, быстрота принятия решений
Социальные навыки	взаимодействие с животным, с окружающей средой, навык управления лошастью
Этические нормы	понимание ценности коня, любовь к природе, дисциплина
Креативность	манера езды, выработка правильной осанки и согласованных движений
Воспитательный момент	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь
2. Название игры	<b>Чыбык ат 2 (игра в лошадки)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.

<i>Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта</i>	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 10-20 человек; место – площадка, лужайка, зал, двор, инвентарь – ветки длиной примерно в 1.5 – 2 метра. Подготовка: выбирается водящий, остальные игроки, взяв в руки ветки, делятся на две команды и становятся в одну линию в друг за другом в колонны. Отмечается дистанция длиной в 30-40 метров с линиями старта финиша. Направляющие игроки выходят на линию старта; ветки, придерживаемые одной рукой за конец, пропускаются между ног (на них как бы садятся верхом).</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки, восклицая «чу!», поочередно скачут верхом по дистанции. Команда, пробежавшая быстрее других, считается победительницей. Игра может повторяться 2-3 раза.</p> <p><b>Игровая единица:</b> управление лошадкой</p> <p><b>Правила игры:</b> направляющим игрокам нельзя начинать скакать раньше команды водящего, остальным игрокам нельзя мешать друг другу.</p> <p><b>Методические указания:</b> размер инвентаря должен быть примерно одинаковым, площадка ровной. Игру можно проводить с изменением условий. Например, одновременно стартовать по одному или всей командой, проходить дистанцию бегом, скачками, прыжками на одной или двух ногах.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника или руководителя
<i>Стратегия игры</i>	выявление активных детей и лидеров
<i>Этнические принципы</i>	умение ладить с лошадкой, взаимопонимание с животным (другом), езда
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений, скорость; развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красота движений при управлении лошадью, развивает мышцы ног.
<i>Развитие сознания</i>	сообразительность, быстрота принятия решений
<i>Социальные навыки</i>	взаимодействие с животным, с окружающей средой, навык управления лошадью
<i>Этические нормы</i>	понимание ценности коня, любовь к природе, дисциплина
<i>Креативность</i>	манера езды, выработка правильной осанки и согласованных движений
<i>Воспитательный момент</i>	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь
<b>3. Название игры</b>	<b>Балдардын ат оюну (игра в коняшки)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.



Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-4; место - комната, площадка, лужайка. Участники делятся на «всадников» и «коней». «Кони» - из числа более взрослых; всадники садятся на них верхом.</p> <p><b>Содержание игры:</b> «Кони» ходят по комнате на четвереньках, постепенно усложняя способ передвижения.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение удержаться на коне</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя делать резкие движения</p> <p><b>Методические указания:</b> местность должна быть просторной, ровной, чистой. Игроки не должны сбивать друг друга.</p>
Организаторы	под руководством старшего по возрасту, воспитателя
Стратегия игры	удержаться на коне
Этнические принципы	воля к победе, развитие чувства соперничества, приобретение навыка езды на лошади
Развитие физических качеств и состав движений	ловкость, координация движений, гибкость, выносливость. Развивает мышцы тела, спины, рук, ног, устойчивость осанки, красота движения
Развитие сознания	целеустремленность, умение быстро оценивать обстановку, быстрое принятие решений, интуиция, эмоции, интеллект, мышление
Социальные навыки	умение управлять лошадью, принятие решений, завоевательский характер, умение ладить с конем
Этические нормы	бережное отношение к лошади, уважение партнеров, чувство справедливости, управление настроением, самоуправление, саморегуляция эмоций, не унижает достоинства, выполнение обязательств
Креативность	умение распределять силы лошади, общий эмоциональный настрой ездока и лошади, умение действовать в полную силу, выработка тактики, стратегии, формирование неожиданных новых ситуаций
Воспитательный момент	испытать самого себя, лошадь. Уважение соперника, честность, самопознание, самовоспитание, умение сделать выводы.
4. Название игры	Ат оюн (игра в лошадки)
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 10-16; место - площадка, поле, стадион, зал; инвентарь – 2 веревки по 3м. Выбирается водящий, остальные делятся на две равные команды и становятся в шеренги на расстоянии 5 метров друг от друга. Обозначается дистанция с отметкой старта и финиша. От каждой команды на старт выходят по два человека. Один из</p>

	<p>них надевает веревку и пропускает сзади под руки, другой, завязав концы, берется за веревку и становится сзади, слегка натянув веревку.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки начинают передвигаться по дистанции. Как только они проходят дистанцию, веревки передаются следующей паре и т.д.</p> <p><b>Игровая единица:</b> управление лошадкой</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать передвигаться без команды водящего, передавать веревки следующей паре, не пройдя дистанцию.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной. Игроки не должны сбивать друг друга.</p>
Организаторы	под руководством опытного участника или руководителя
Стратегия игры	выявление активных детей и лидеров
Этнические принципы	умение ладить с конем, взаимопонимание с животным (другом), езда
Развитие физических качеств и состав движений	развивает выносливость, координация движений, скорость, выносливость, координация движений. Развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красота движений при управлении лошадью, развивает мышцы ног.
Развитие сознания	сообразительность, быстрота принятия решений
Социальные навыки	взаимодействие с животным, с окружающей средой, навык управления лошадью
Этические нормы	понимание ценности коня, любовь к природе, дисциплина
Креативность	манера езды, выработка красоты осанки и движения
Воспитательный момент	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь
<b>5. Название игры</b>	<b>Ата-бала ат оюну</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-4; место - комната, площадка, лужайка. Участники делятся на «всадников» и «коней». «Кони» - из числа более взрослых - родители; всадники-дети садятся на них верхом.</p> <p><b>Содержание игры:</b> «кони» ходят по комнате на четвереньках, постепенно усложняя способ передвижения.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение удержаться на коне</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя делать резкие движения.</p>



	<b>Методические указания:</b> местность должна быть просторной, ровной, чистой. Игроки не должны сбивать друг друга.
<i>Организаторы</i>	под руководством старшего по возрасту, воспитателя, родителя
<i>Стратегия игры</i>	удержаться на коне
<i>Этнические принципы</i>	воля к победе, развитие чувства соперничества, приобретение навыка езды на лошади
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, координация движений, гибкость, выносливость. Развивает мышцы тела, спины, рук, ног, устойчивость осанки, красоту движения
<i>Развитие сознания</i>	целеустремленность, умение быстро оценивать обстановку, быстрое принятие решений, интуиция, эмоции, интеллект, мышление
<i>Социальные навыки</i>	умение управлять лошадью, принятие решений, характер завоевателя, умение ладить с конем
<i>Этические нормы</i>	бережное отношение к лошади, уважение партнеров, чувство справедливости, управление настроением, самоуправление, саморегуляция эмоций, не унижает достоинства, выполнение обязательств
<i>Креативность</i>	умение распределять силы лошади, общий эмоциональный настрой ездока и лошади, умение действовать в полную силу, выработка тактики, стратегии, формирование неожиданных новых ситуаций
<i>Воспитательный момент</i>	испытать самого себя, лошадь. Уважение соперника, честность, самопознание, самовоспитание, умение сделать выводы.
<b>6. Название игры</b>	<b>Кар атышмай (игра в снежки)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 4-16; место - площадка, двор. Выбирается водящий, остальные игроки, разделившись на две группы, становятся лицом друг к другу на расстоянии 25-30 метров и готовят по несколько снежков.</p> <p><b>Содержание игры:</b> По команде водящего игроки одной команды стараются попасть снежками в игроков другой группы. Затем, то же самое делают игроки другой команды. Игра может повторяться 2-4 раза. Выигрывает группа, чьи игроки оказались более точными.</p> <p><b>Игровая единица:</b> попадание снежком в корпус противника</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя одновременно метать снежки двумя и более игроками; игрокам противоположной группы двигаться с места, какому-либо игроку мстить за товарища, бить в лицо.</p> <p><b>Методические указания:</b> количество игроков в команде должно быть равным. Распределение игроков в командах равное по силам. Соблюдать технику безопасности во время броска.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного руководителя
<i>Стратегия игры</i>	точность попадания

<i>Этнические принципы</i>	выявить сильнейших
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	быстрота реакции, выдержка, сила, воля, стойкость. Координация движений, меткость. Развивает мышцы тела, двигательные действия
<i>Развитие сознания</i>	логика, мышление
<i>Социальные навыки</i>	элементарные, индивидуально-групповые, ситуационные
<i>Этические нормы</i>	спортивная этика - честность, сознательная дисциплина
<i>Креативность</i>	совершенство тела
<i>Воспитательный момент</i>	формирование черт характера, норм правил поведения определенный характер их действия по отношению к другим людям, коллективизм, всесторонность, активность, сознательность
<b>7. Название игры</b>	<b>Кар менен уруу (удары фигуры снежками)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 4-8; место – площадка, двор, поле. Игроки из снега изготавливают различные фигуры и небольшие сооружения, отходят на обусловленное расстояние, приготавливают снежки, договариваются о правилах игры, очередности.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки поочередно стараются своими снежками поразить фигуры. Выигрывает игрок, поразивший больше фигур. Игра может продлиться до обусловленного времени.</p> <p><b>Игровая единица:</b> попадание в условные цели за единицу времени</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя сокращать дистанцию для нанесения броска, производить бросок вне очереди, мешать друг другу, использовать снежки, изготовленные другими игроками</p> <p><b>Методические указания:</b> соблюдать расстояние броска, очередность. Следить за количеством бросков.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника
<i>Стратегия игры</i>	поразить цель, точность попадания
<i>Этнические принципы</i>	выявить метких, умелых
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	координация движений, меткость, четкость, точность. Развивает мышцы рук, мышцы тела
<i>Развитие сознания</i>	мышление, воображение
<i>Социальные навыки</i>	элементарные, индивидуально-групповые, ситуационные



Этические нормы	правильно реагировать на успехи и неудачи свои и своих товарищей
Креативность	комплексная, развлекательная
Воспитательный момент	взаимообучение, укрепляет дружбу между игроками
<b>8. Название игры</b>	<b>Кеседегн сууну төкпөй алып келүү (принести воду в пинале не разливая)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 3-5; место - площадка, зал; инвентарь – ведро, стакан, кесе. Отмечается дистанция с указанием линии старта и финиша. На старте на стол ставится посуда, наполненная водой, игроки становятся в один ряд.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки, поочередно беря посуду с водой, стараются как можно быстрее пройти дистанцию, не разливая воды. Побеждает игрок, которому удалось лучше других исполнить это упражнение.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение не разлив воду пройти до конца дистанции за короткий срок попеременно правой и левой руками</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя двигаться по дистанции с посудой, не заполненной водой, мешать друг другу, менять посуду с водой.</p> <p><b>Методические указания:</b> соблюдать очередность, не мешать другим игрокам.</p>
Организаторы	под руководством опытного участника, воспитателя
Стратегия игры	рассчитать свои движения
Этнические принципы	умение управлять собой
Развитие физических качеств и состав движений	быстрота, ловкость, координацию движений, точность. Развивает мышцы тела
Развитие сознания	интеллект, внимание
Социальные навыки	элементарные, индивидуально-групповые, ситуационные, вырабатывают осанку, развлекательные
Этические нормы	умение побеждать
Креативность	проявить умение сохранения равновесия
Воспитательный момент	усидчивость, уважение к другим игрокам
<b>9. Название игры</b>	<b>Сууну таш менен уруп чачыратуу (брызганье ударом камня по воде)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.

Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 4-6; место - канал, водоем, речка, арык; инвентарь - камни. Выбирается место для игры. Игроки берут камни и становятся в один ряд.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки поочередно своими камнями бьют по воде так, чтобы как можно дальше летели брызги. Выигрывает игрок, которому лучше других удалось сделать брызги. Затем игра может повторяться.</p> <p><b>Игровая единица:</b> бросание камня для получения большого количества брызг.</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу</p> <p><b>Методические указания:</b> водящий выбирается из числа наиболее опытных игроков или старший по возрасту.</p>
Организаторы	наиболее опытный участник, воспитатель
Стратегия игры	умение выбрать позицию
Этнические принципы	сохранение навыка метания
Развитие физических качеств и состав движений	развивает быстроту реакции, координацию движений, ловкость. Развивает мышцы тела, двигательные действия, верхние и нижние конечности тела
Развитие сознания	споровка, сообразительность, терпение
Социальные навыки	элементарные, индивидуально-групповые, комплексные, ситуационные
Этические нормы	взаимоуважение
Креативность	выбор места
Воспитательный момент	формирование мировоззрения, помогает лучше познать мир
<b>10. Название игры</b>	<b>Айлан көчөк (водяной жук)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-5; место – площадка, лужайка, спортзал, стадион. Определяется очередность выполнения, чертится круг диаметром 1–1,5 метра.</p> <p><b>Содержание игры:</b> очередной участник по команде водящего выходит в круг, кружится, приговаривая: «Айлан кочок» (водяной жук) – на большее количество раз. Затем упражнение исполняет следующий игрок и т.д. Выигрывает тот, кто наибольшее число раз прокружится.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение кружиться вокруг своей оси.</p> <p><b>Правила игры:</b> в момент и после кружения вышедшему из круга участнику попытка не зачитывается; в момент кружения</p>



	<p>нельзя останавливаться и снова начинать кружение.</p> <p><b>Разновидность:</b> взяв в руки камчи, участники выходят в круг. Держатся за один конец камчи, другой конец уперт в землю, начинают кружение на большее количество раз.</p> <p><b>Методические указания:</b> нельзя выходить из круга. Местность должна быть просторной, ровной, чистой.</p>
Организаторы	наиболее опытный участник
Стратегия игры	внимательно слушать водящего и точно выполнять движение
Этнические принципы	развивать координационные способности.
Развитие физических качеств и состав движений	координация движений, быстрота, ловкость, сила, чувство равновесия, движения качественного значения; развивает мышцы тела, мышцы верхних и нижних конечностей
Развитие сознания	комплексное, ситуационное, мышление
Социальные навыки	приобщение коллективу, развитие вестибулярного аппарата
Этические нормы	укрепляет и позволяет дорожить дружбой между игроками
Креативность	совершенство координационных способностей.
Воспитательный момент	коллективизм, всесторонность, активность, сознательность
<b>11.Название игры</b>	<b>Айланмай (кружение)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 4–6; место – площадка, зал.. Чертится круг диаметром примерно 1 метр; от центра круга в сторону проводится линия длиной 4 – 6 метров. Определяется количество кругов, которые нужно выполнить, очередность. Очередной участник становится в круг.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по готовности начинают по очереди кружиться до обусловленного счета, затем сразу начинают движения по начерченной линии до конца. Выигрывает тот, кто допустит наименьшее отклонение от линии.</p> <p><b>Игровая единица:</b> кружение вокруг собственной оси и прохождение по линии.</p> <p><b>Правила игры:</b> при выполнении кружения нельзя выходить из круга, начинать движения раньше обусловленного срока, делать остановки и снова продолжать движение.</p> <p><b>Методические указания:</b> место должно быть ровным, без посторонних предметов; возраст участников – примерно одинаковый.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	используются координационные способности, чтобы точно выполнить задание.

<i>Этнические принципы</i>	развить координационные способности.
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений, чувство равновесия, движения качественного значения, ловкость, точность. Развивает мышцы тела, мышцы верхних и нижних конечностей
<i>Развитие сознания</i>	настойчивость, целеустремленность, психологическая подготовка, ориентация в пространстве.
<i>Социальные навыки</i>	комплексные, ситуационные, внимание
<i>Этические нормы</i>	коллективизм, уважение к сопернику, сознание, понимание.
<i>Креативность</i>	приобщение детей к сенсорным движениям
<i>Воспитательный момент</i>	коллективизм, уважение к сопернику, сознание, понимание, целеустремленность.
<b>12. Название игры</b>	<b>Даракты кармап тегеренүү (кружение, взявшись рукой за дерево).</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 4–6; место – площадка, двор, сад; инвентарь – дерево, столбик. Участники выбирают дерево или столбик, договариваются об очередности подходов. Очередной игрок одной рукой берется за дерево, другой – за пояс.</p> <p><b>Содержание игры:</b> не опуская руки, начинает передвигаться вокруг дерева до головокружения; затем тоже делают остальные. Выигрывает тот, кто дольше всех выдержит кружение.</p> <p><b>Игровая единица:</b> кружение вокруг дерева, держась за ствол, на время</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя уменьшать ритм, темп, скорость кружения, останавливаться и снова продолжать передвижение.</p> <p><b>Методические указания:</b> дерево или столбик должны быть небольшой толщины; вокруг дерева – ровное место.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	дифференцированное использование предмета
<i>Этнические принципы</i>	эффективность действий
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает силу, ловкость, координацию движений, сенсорную систему. Развивает мышцы рук, ног, движения качественного значения.
<i>Развитие сознания</i>	воображение, мышление
<i>Социальные навыки</i>	индивидуальные, элементарные
<i>Этические нормы</i>	самоуважение, не нарушать правила игры



<i>Креативность</i>	знание направления движения. Использование на практике этих знаний.
<i>Воспитательный момент</i>	коммуникативность, настойчивость, целеустремленность
<b>13. Название игры</b>	<b>Бат отурмай жаңа турмай (быстрое вставание и приседание)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 8-10; место – площадка, двор; инвентарь – бревно, стулья, кирпичи, камни, пеньки. Выбирают водящего. Остальные становятся в один ряд.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего «сесть» участники должны быстро сесть, по команде «встать» - встать. Выполнившие команды водящего последними – выбывают. Упражнения повторяется до определения победителя.</p> <p><b>Игровая единица:</b> приседание и вставание</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать движения без команды водящего.</p> <p><b>Методические указания:</b> место должно быть ровным. Выявить победителя.</p>
<i>Организаторы</i>	старшие по возрасту и опытные
<i>Стратегия игры</i>	навык быстрой реакции, навык приседания на корточках
<i>Этнические принципы</i>	выявить самых быстрых
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	быстрота, скоростно-силовые, гибкость, координация движений. Развивает мышцы ног, корпуса тела, мышцы верхних и нижних конечностей, движения качественного значения.
<i>Развитие сознания</i>	мышление, сообразительность, настойчивость, целеустремленность
<i>Социальные навыки</i>	индивидуально-командные, комплексные, ситуационные
<i>Этические нормы</i>	правильно реагировать на успехи и неудачи свои и своих товарищей, уступать друг другу
<i>Креативность</i>	умение предугадать команду
<i>Воспитательный момент</i>	уважение друг к другу, взаимопонимание, настойчивость, самообладание
<b>14. Название игры</b>	<b>Бут менен жерди таптамай (удары ногами по земле)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 5-8; место – площадка, двор. Участники свободно становятся в круг,

договариваются об очередности выполнения ударов ногами по земле.  
**Содержание игры:** участники поочередно и вместе делают ногами сильные удары по земле. Упражнение может повторяться 5-6 раз. Выигрывает тот, кто нанесет более сильные удары по земле.  
**Игровая единица:** ударять всей стопой, удар стопой попеременно правой, левой и двумя ногами  
**Правила игры:** нельзя кричать, одновременно выполнять упражнение более, чем одному участнику  
**Методические указания:** задание не должны выполнять одновременно два человека, оно должно быть выполнено поочередно  
**Разновидности:** «кол менен жерди таптамай» (удар руками по земле), «бакан менен жерди таптамай» (удар шестом по земле), «аркан менен жерди таптамай» (удар обувью по земле).

<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	проявить настойчивость и волю к победе
<i>Этнические принципы</i>	народное развлечение
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает быстроту реакции, силу, ритмичность, координацию движений. Движения качественного значения, развивает мышцы ног
<i>Развитие сознания</i>	умение обыграть соперников
<i>Социальные навыки</i>	развлекательные, точность, индивидуальные
<i>Этические нормы</i>	помогает накоплению положительного нравственного опыта
<i>Креативность</i>	оригинальность выполнения задания
<i>Воспитательный момент</i>	уважение к сопернику, сознание, понимание

<b>15. Название игры</b>	<b>Бут менен ташты алыстыкка ыргытмай (броски камешков ногой на дальность)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 4–6; место – площадка; инвентарь – камешки. Отмечается линия для метания, после чего участники становятся в ряд. Очередной участник согласно договоренности на линии для метания кладет 1–3 камешка.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участник, подняв с земли зажатый пальцами ног камешек, бросает его на дальность. То же самое делают следующие участники. Побеждает тот, кто сумеет дальше других метнуть ногой камешек.</p> <p><b>Игровая единица:</b> отбрасывание камня на расстояние захватом пальцами ног.</p>



	<p><b>Правила игры:</b> нельзя заступать за линию для метания, мешать друг другу</p> <p><b>Методические указания:</b> разрешается выполнять пробные попытки. Игра усложняется за счет метания вперед, назад, вправо, влево.</p>
Организаторы	судьи, наиболее опытные игроки
Стратегия игры	крепко взять камешек пальцами ног и бросить его максимально далеко
Этнические принципы	упорство, достижение цели. Развивает меткость.
Развитие физических качеств и состав движений	сила, силовая выносливость, ловкость, координация движений. Развивает мышцы ног. Развивает мышцы тела, нижние конечности.
Развитие сознания	внимание, мышление, целеустремленность.
Социальные навыки	ситуационные, индивидуальные
Этические нормы	выявить самых ловких
Креативность	готовность к неожиданным ситуациям
Воспитательный момент	уважение к сопернику
<b>16. Название игры</b>	<b>Бут менен ташты уяга түшүрмөй (броски камешков ногами в цель)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 3-5; место – площадка; инвентарь – камешки. Чертится круг диаметром 1 метр, в 3 – 5 метрах от круга чертится линия. Договариваются об условиях.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участники, поочередно становясь у линии, поднимают с земли камешек, зажав пальцами ног (правой, левой), бросают их в цель. Побеждает тот, кто наибольшее количество раз попадет в цель.</p> <p><b>Игровая единица:</b> захват камня пальцами стопы попеременно правой, левой и бросание в цель</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя заступать на линию, нарушать очередность, мешать друг другу</p> <p><b>Методические указания:</b> размеры камешков и количество попыток должны быть одинаковыми.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	крепко взять камешек пальцами ног и бросить его точно в цель
Этнические принципы	навык точности движений
Развитие физических качеств и состав движений	развивает двигательные способности, силу, ловкость. Развивает мышцы тела, верхние и нижние конечности.

Развитие сознания	мышление, сообразительность, настойчивость
Социальные навыки	ситуационные, индивидуально-групповые
Этические нормы	взаимоуважение, спортивная этика - честность, дисциплина
Креативность	приобщение к новым движениям
Воспитательный момент	заботливость по отношению к другим людям
<b>17. Название игры</b>	<b>Буттун манжасында турмай (вставание на пальцы ног)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 6–10; место – площадка, поле, стадион, зал, двор. Участники свободно располагаются на площадке, обуславливается очередность.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участники согласно договоренности становятся на пальцы ног. Выигрывает тот, кто простоит дольше времени на пальцах ног. Упражнение может повторяться несколько раз.</p> <p><b>Игровая единица:</b> стояние на пальцах ноги на время</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя оказывать помощь друг другу, после опускания на ступни тут же снова продолжать передвижение.</p> <p><b>Методические указания:</b> к упражнению следует приступать после хорошей разминки стоп и пальцев ног.</p>
Организаторы	наиболее опытные лица
Стратегия игры	проявить настойчивость и волю к победе
Этнические принципы	достижение цели
Развитие физических качеств и состав движений	выносливость, меткость, сила, развивает устойчивость, координация движений. Развивает двигательные способности. Развивает мышцы ступней ног, движения качественного значения.
Развитие сознания	настойчивость, стремление, находчивость
Социальные навыки	ситуационные, комплексные, сложные, индивидуально-групповые
Этические нормы	заботливость по отношению к другим людям
Креативность	приобщение к новым движениям
Воспитательный момент	стойкость, настойчивость, целеустремленность
Этические нормы	укрепляет и позволяет дорожить дружбой между игроками



<i>Креативность</i>	совершенство координационных способностей.
<i>Воспитательный момент</i>	коллективизм, всесторонность, активность, сознательность
<b>18. Название игры</b>	<b>Таштардын үстүндө басып жүрүү (ходьба по камням)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 4-6; место – площадка; инвентарь – камни. Участники, собрав камни, расставляют их друг от друга на расстоянии от 30-40 сантиметров до 1-1,5 метров.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участники по очереди проходят по камням. Выигрывает тот, кто сумеет пройти по камням, не касаясь ногами и руками земли, не потеряв равновесия.</p> <p><b>Игровая единица:</b> пройти по камням не потеряв равновесия</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя после потери равновесия снова вставать на камни и продолжать передвижение, помогать или мешать друг другу.</p> <p><b>Методические указания:</b> к упражнению следует приступать после хорошей разминки стоп и пальцев ног.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного руководителя
<i>Стратегия игры</i>	использовать координационные способности
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	быстрота реакции, выдержка, сила, воля, стойкость, скоростно-силовые качества, двигательные способности, координация движений, ловкость, прыгучесть. Развивает мышцы ног.
<i>Развитие сознания</i>	логика, мышление
<i>Социальные навыки</i>	элементарные, индивидуально-групповые, ситуационные
<i>Этические нормы</i>	спортивная этика- честность, сознательная дисциплина
<i>Креативность</i>	проявлять индивидуальность
<i>Воспитательный момент</i>	формирование черт характера, норм правил поведения, определенный характер их действия по отношению к другим людям и обществу
<i>Воспитательный момент</i>	сознательная дисциплина, выполнять обязанности по страховке друг друга. Целеустремленность, физическое совершенство, самоутверждение личности
<b>19. Название игры</b>	<b>Жөрмөлөө (передвижения на четвереньках)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.

Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 6-8; место – лужайка, поле, площадка, двор. Выбирается водящий, чертятся линия старта и финиша, расстояние между ними -15-20 метров. Участники становятся в один ряд на линии старта.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего участники начинают передвигаться по дистанции на четвереньках. Участник, пришедший на финиш первым, считается победителем и становится водящим. Упражнение выполняется до определенного времени.</p> <p><b>Игровая единица:</b> движение на четвереньках по дистанции на скорость</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя без команды водящего начинать передвигаться, мешать друг другу</p> <p><b>Методические указания:</b> возраст участников должен быть одинаковым, дистанция соответствовать возрасту и физической подготовленности.</p>
Организаторы	наиболее опытный, старший по возрасту
Стратегия игры	умение играть
Этнические принципы	забота о сохранении традиций
Развитие физических качеств и состав движений	скорость, развивает гибкость, ловкость, координацию движений. Развивает мышцы рук, ног.
Развитие сознания	развивает внимательность, сообразительность, расчетливость
Социальные навыки	условно-подвижные, ситуационные, сложные, индивидуально-групповые
Этические нормы	адекватно реагировать на успехи и неудачи свои и своих товарищей
Креативность	нестандартный подход к выполнению задания
Воспитательный момент	повышает личную ответственность, развитие эрудиции, самовоспитание, взаимообучение, развитие личности
20. Название игры	<b>Моңкүү же отуруп жылуу (передвижение сидя)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-5; место – площадка, зал. Участники отмечают дистанцию двумя параллельными линиями, расстояние между ними 5-15 метров. Выбирают старшего, который будет давать команды, садятся в ряд на одной из линий.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде старшего участника начинают передвигаться сидя на ягодицах с помощью ног. Выигрывает</p>



	<p>тот, кто придет к финишу первым. Упражнение может повторяться 2-3 раза.</p> <p><b>Игровая единица:</b> передвижение сидя на скорость</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать передвижения раньше команды, при передвижении помогать руками, мешать другим</p> <p><b>Методические указания:</b> выбрать соответствующую требованиям площадку.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	продумать задание
Этнические принципы	бытовое значение - навык передвижения
Развитие физических качеств и состав движений	развивает двигательные способности, сила, ловкость. Развивает мышцы ног, корпуса тела.
Развитие сознания	логика, мышление
Социальные навыки	ситуационные, правильно использовать силу
Этические нормы	спортивная этика – честная игра
Креативность	нестандартный подход к выполнению задания
Воспитательный момент	становление личности, самовоспитание. Сознательная дисциплина и трудолюбие, ответственность, упорство, уважение к сопернику
<b>21. Название игры</b>	<b>Оонамай (переворачивание с боку на бок)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 4-10; место – площадка, поле, двор, лужайка, зал, комната. Выбирается водящий. Остальные ложатся на бок (левый или правый), обговаривают условия.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего участники быстро переворачиваются с одного бока на другой. Тот, кто выполнит данное упражнение последним, выбывает. Затем выполнение упражнения начинается снова.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение переворачиваться без опоры рук и ног</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать переворачивание без команды водящего</p> <p><b>Методические указания:</b> участники на площадке должны располагаться свободно, не мешая друг другу.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	использовать скоростно-силовые способности
Этнические принципы	бытовое значение, навык преодоления сложных ситуаций
Развитие физических качеств и состав	развивает двигательные способности, устойчивость, быстроту реакции. Развивает мышцы тела

движений	
Развитие сознания	целеустремленность, настойчиво преодолевать трудности
Социальные навыки	индивидуальные, комплексные, ситуационные
Этические нормы	умение перебороть себя, преодолеть трудности
Креативность	готовность к неожиданным ситуациям
Воспитательный момент	становление личности, самовоспитание, трудолюбие, упорство, уважение к сопернику
<b>22. Название игры</b>	<b>Өрдөк басыш (передвижение в приседе)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 12-20, место – площадка, зал. Выбирают водящего, остальные, разделившись на две команды, становятся в шеренги на расстоянии 3-4 метров друг от друга. Водящий отмеряет дистанцию -25-30 метров с отметками старта и финиша, направляющие выходят на старт и занимают позу в приседе.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего направляющие передвигаются по дистанции в приседе; как только они пересекут финишную линию, начинают передвигаться следующие. Побеждает команда, пришедшая на финиш первой. Упражнение может повторяться 2-3 раза.</p> <p><b>Разновидности:</b> каптал менен журуу (передвижение боком); чалкалап торт буттап журуу (передвижение в упоре сзади); тизеде журуу (ходьба на коленях).</p> <p><b>Игровая единица:</b> передвижение сидя на корточках</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя раньше команды начинать передвижение, передвигаться стоя, передвигаться очередному участнику, пока не пересечет линию финиша товарищ по команде.</p> <p><b>Методические указания:</b> создать равные условия прохождения дистанции для обеих команд. Можно передвигаться в разных направлениях.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	быстро передвигаться в приседе
Этнические принципы	навык охоты, для заполнения досуга
Развитие физических качеств и состав движений	развивает ловкость, выносливость, быстроту двигательной реакции, скорость, двигательные способности. Развивает мышцы ног, корпуса тела
Развитие сознания	прозорливость, целеустремленность



<i>Социальные навыки</i>	приобретение навыка ходьбы в непривычном положении
<i>Этические нормы</i>	взаимоуважение, самодисциплина
<i>Креативность</i>	преодолеть себя
<i>Воспитательный момент</i>	настойчивость, старание, упорство
<b>23. Название игры</b>	<b>Жүрүү (ходьба)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – неограниченное; место – поле, дорога, берега озер, горные впадины и другие. Выбирают водящего. Участники делятся на две равные команды, которые становятся в шеренги на расстоянии 4-5 метров друг от друга. Отмечается линия старта и от нее в 20-25 метрах кладется предмет или устанавливается столбик.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего участники, стоящие первыми, начинают движение. Дойдя до столбиков, обходят их, возвращаются назад и становятся в колонну последними. Побеждает команда, первой пришедшая на финиш.</p> <p><b>Разновидности:</b> дөңгө журуу (ходьба на подъем); дөңдөн тушуу (ходьба со спусков); кумда жүрүү (ходьба по песку); сууда жүрүү (ходьба по воде); өңгул-дөңгул жерлерде жүрүү (ходьба по гористой и пересеченной местности); чан жолдо жүрүү (ходьба по пыльной дороге); карда жүрүү (ходьба по снегу); чоп өскөн жерде жүрүү (ходьба по траве).</p> <p><b>Игровая единица:</b> ходьба на скорость, используя разновидности.</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя раньше команды начинать ходьбу, во время передвижения мешать друг другу, без объективной причины не доходить до финиша.</p> <p><b>Методические указания:</b> подгруппы формировать примерно одного возраста, дистанция должна быть предварительно тщательно проверена.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	использовать скоростные способности
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает выносливость, силу, двигательные способности. Развивает мышцы ног, туловища
<i>Развитие сознания</i>	настойчивость
<i>Социальные навыки</i>	элементарные, индивидуальные, ситуационные
<i>Этические нормы</i>	самостоятельность, взаимоуважение, выдержка
<i>Креативность</i>	нестандартный подход к выполнению задания

<i>Воспитательный момент</i>	укреплять дружбу между игроками, накопление положительных эмоций
<b>24. Название игры</b>	<b>Из куумай (ходьба и бег на пятках)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 3-15; место – площадка, поле, лужайка, зал. Выбирается водящий. Остальные становятся в колонну по одному, плотно друг к другу за водящим.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по сигналу колонна во главе с водящим движется по площадке, увеличивая скорость. Когда скорость движения становится достаточно большой, водящий, начинает изменять направление движения. Остальные строго должны следовать за ним. Участники, не сумевшие следовать за водящим или удержаться в шеренге, выбывают. Те, кто сумел удержаться в колонне, считаются победителями. Продолжается до обусловленного времени или счета.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение идти по следу</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя отставать при движении от впереди идущего</p> <p><b>Методические указания:</b> водящий должен быть физически подготовленным. (Возможны разновидности, например, по снегу).</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	крепко держаться за впереди стоящего
<i>Этнические принципы</i>	развивает охотничью сноровку
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, быстрота реакции, скорость, развивает двигательные способности. Развивает мышцы тела, мышцы ног
<i>Развитие сознания</i>	внимание, сосредоточенность
<i>Социальные навыки</i>	сложные, индивидуально-групповые, комплексные, ситуационные
<i>Этические нормы</i>	уважение к сопернику
<i>Креативность</i>	предугадать действия
<i>Воспитательный момент</i>	эстетический эффект, трудовое воспитание
<b>25. Название игры</b>	<b>Из таанымай (распознавание следа)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.



Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 5-8; место – площадка, двор, берег водоема, озера или речки. Выравнивается песчаная или глинистая площадка размером 50/50 сантиметров. Участники располагаются вокруг площадки. Выбирается водящий, который становится спиной к участникам в 3-4 метрах от площадки с завязанными глазами.</p> <p><b>Содержание игры:</b> один из участников по договоренности одной или двумя ногами становится на площадку, чтобы там оставить след ноги, затем возвращается на свое место, после чего приглашается водящий для распознавания следа. Если водящему удастся правильно угадать, то он присоединяется к остальным, а проигравший становится водящим. Если не отгадает, то «следопыт» остается в своей роли.</p> <p><b>Игровая единица:</b> определение принадлежности следа.</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя оставаться вне площадки, водящему – подглядывать, участникам – подсказывать ему.</p> <p><b>Методические указания:</b> выбрать площадку с учетом того, что на поверхности должен оставаться четкий след. Возможны усложнения с участием 2-3 игроков, можно играть босиком.</p>
Организаторы	под руководством опытного руководителя
Стратегия игры	использовать находчивость
Этнические принципы	сохранение традиций, умение, знание животных
Развитие физических качеств и состав движений	точность движения, высокий темп и скорость, развивает двигательные способности. Развивает мышцы ног, движение качественного значения
Развитие сознания	логика мышления
Социальные навыки	сложные, индивидуально-командные, комплексные, ситуационные
Этические нормы	правильно реагировать на успехи и неудачи свои и своих товарищей
Креативность	готовность к неожиданным ситуациям
Воспитательный момент	упорство, сосредоточенность, самовоспитание, самоутверждение личности
26. Название игры	<b>Айбанаттардын кыймылын туурамай (подражание животным)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 6-14; место – площадка. Выбирается водящий, остальные делятся на две команды. Отмечается дистанция длиной 25-30 метров с отметкой старта и финиша. Направляющие располагаются у стартовой линии. Водящий объясняет, что участники должны передвигаться по дистанции, подражая передвижениям того</p>

	или иного животного. <b>Содержание игры:</b> по команде водящего участники поочередно должны передвигаться по дистанции, подражая передвижениям обусловленного животного. Выигрывает команда, пришедшая на финиш первой и наиболее удачно подражавшая передвижению животного. <b>Игровая единица:</b> более точное подражание движениям животных <b>Правила игры:</b> нельзя раньше команды водящего начинать передвижения, отклоняться от задания <b>Методические указания:</b> силы команд должны быть равными. Выбрать двух судей.
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	навык охоты
<i>Этнические принципы</i>	хорошее знание повадок животных
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает двигательные, скоростно-силовые способности, ловкость. Развивает мышцы тела, движения качественного значения
<i>Развитие сознания</i>	интеллект, логическое мышление, внимание, сосредоточенность
<i>Социальные навыки</i>	сложные, индивидуально-групповые; комплексные, ситуационные
<i>Этические нормы</i>	морально-волевые качества
<i>Креативность</i>	чувствовать инстинкты животного
<i>Воспитательный момент</i>	формирование трудовых навыков
<b>27. Название игры</b>	<b>Жаш балдардын жарышы (состязание детей в беге)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 10–12; место – поле, стадион. Выбирается водящий, отмечается дистанция; остальные участники становятся в ряд. <b>Содержание игры:</b> по команде водящего участники стараются быстрее пробежать дистанцию. Упражнение повторяется 2 – 5 раз. Побеждает игрок, прибежавший к финишу первым. <b>Игровая единица:</b> бег на скорость стандартной дистанции <b>Правила игры:</b> нельзя начинать состязание до команды, мешать друг другу, не добегать до финиша <b>Методические указания:</b> возраст участников должен быть одинаковым, дистанция соответствовать возрасту и физической подготовленности.



<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	развитие тактических действий в беге
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций - быстроты движения
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	координация движения, скорость, развивает двигательные способности, ловкость, выносливость. Развивает мышцы ног, туловища
<i>Развитие сознания</i>	мышление
<i>Социальные навыки</i>	индивидуально-командные, комплексные
<i>Этические нормы</i>	уважение к сопернику
<i>Креативность</i>	определение значимости
<i>Воспитательный момент</i>	целеустремленность, настойчивость в достижении цели
<b>28. Название игры</b>	<b>Кол кармашып жүгүрүү (бег взявшись за руки)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 12-20; место – площадка, поле. Выбирается водящий, остальные, разделившись на две команды, становятся в шеренги по два человека на расстоянии 3-5 метров. Отмечается дистанция с линиями старта и финиша, оговариваются правила, два участника от каждой команды, взявшись за руки обусловленным способом, становятся у линии старта.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего они, не распуская захват, устремляются вперед и как только пересекают линию финиша, движение начинают следующие пары. Побеждает команда, закончившая передвижение первой. Упражнение повторяется 2-3 раза.</p> <p><b>Разновидность:</b> «кол кармашып секирип жылуу» (передвижение прыжками, взявшись за руки, парами передвигаются по дистанции прыжками на одной или двух ногах).</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение бегать в паре</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя отпускать захват, передвигаться по дистанции в одиночку, начинать передвижение раньше времени.</p> <p><b>Методические указания:</b> расцеплять руки нельзя. Пары должны пересечь линию финиша.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	крепко держаться за руки
<i>Этнические принципы</i>	воспитывать смелых и ловких людей. Сохранение традиций коллективизма
<i>Развитие физических</i>	сила, ловкость, выносливость, быстрота реакции, развивает двигательные способности, равновесие. Развивает мышцы рук,

<i>качеств и состав движений</i>	корпуса тела.
<i>Развитие сознания</i>	смелость, целеустремленность
<i>Социальные навыки</i>	сложные, командные с судьями; комплексные, ситуационные
<i>Этические нормы</i>	уважение друг к другу, умение ладить с товарищами
<i>Креативность</i>	готовность к неожиданным ситуациям
<i>Воспитательный момент</i>	коллективизм, взаимоуважение
<b>29. Название игры</b>	<b>Кубалап жетмей (догонялки)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-20; место – площадка, поле, зал. Выбирается водящий. Остальные, разделившись на команды, становятся лицом друг к другу на расстоянии 5-6 метров. Отмечается дистанция, оговариваются условия.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего одна команда убегает, а другая догоняет в пределах договоренной дистанции. Затем меняются ролями. Упражнение может повторяться 2 и более раз. По итогам определяется команда – победительница.</p> <p><b>Игровая единица:</b> догнать и коснуться соперника</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя без команды убегать или догонять, ловить друг друга за пределами площадки.</p> <p><b>Методические указания:</b> заранее очертить границы площадки.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	проявить согласованность действий в команде
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций - навыков быстроты передвижения
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений, двигательные способности. Развивает мышцы ног
<i>Развитие сознания</i>	целеустремленность, настойчивость
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, групповые
<i>Этические нормы</i>	укреплять дружбу между игроками, дорожить честью коллектива
<i>Креативность</i>	проявлять индивидуальность
<i>Воспитательный</i>	принципиальность, чувство сплоченности, умение подавлять отрицательные эмоции



момент	
<b>30. Название игры</b>	<b>Айры куйрук (вилохвостый)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; выбрать водящего.</p> <p><b>Содержание игры:</b> увидев в небе зависшего беркута, сокола или другую хищную птицу, дети, подняв голову, кричат и декламируют: «Айры куйрук куу-ку! Айры куйрук куу-ку!», («Вилохвостый, догони! Вилохвостый, догони!»). Потом, подражая хищным птицам, играют в свою игру, выбирают беркута, цыплят, курочку-мать. Беркут должен переловить всех цыплят, мать сторожить их, а цыплята резвятся и бегают от хищницы.</p> <p><b>Игровая единица:</b> хищная птица за минимальное время должна переловить всех цыплят</p> <p><b>Правила игры:</b> после того, как водящий поймал всех цыплят, выбирается новый водящий</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка не обязательно должна быть открытой, на ней могут быть кустарники, маленькие деревья и т.д.</p>
Организаторы	под руководством опытного участника
Стратегия игры	творческий подход
Этнические принципы	сохранение древней игры
Развитие физических качеств и состав движений	координация движений, меткость, ловкость, быстрота реакции. Развивает мышцы тела, рук, ног
Развитие сознания	мышление, воображение
Социальные навыки	элементарные, индивидуально-групповые, комплексные, развлекательные
Этические нормы	правильно реагировать на успехи и неудачи свои и своих товарищей
Креативность	нестандартный подход к выполнению задания
Воспитательный момент	укрепляет дружбу между игроками
<b>31. Название игры</b>	<b>Ала-кучук (пегий щенок)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; выбрать водящих.

	<p><b>Содержание игры:</b> это детская групповая игра. По жребию выбирается «ала кучук», затем выбирается ещё один игрок – «чычкан» (мышь), которого он должен догнать. Остальные дети, взявшись за руки, образуют круг и подзадоривают двоих, в то же время стараясь помешать «ала кучуку» поймать «чычкан». Если догоняющий игрок поймает убегающего игрока, то они должны поменяться местами. Если он долго не может догнать, то меняется местами с игроками из круга.</p> <p><b>Игровая единица:</b> не дать поймать чычкан</p> <p><b>Правила игры:</b> дети могут помогать «чычкан» и мешать «ала кучуку», опуская и подымая руки.</p> <p><b>Методические указания:</b> водящему и убегающему нельзя далеко убежать от круга.</p>
Организаторы	наиболее опытный участник
Стратегия игры	быстро поймать «чычкан»
Этнические принципы	сохранение навыка охоты, передача потомкам
Развитие физических качеств и состав движений	развивает быстроту реакции, координацию движений, ловкость. Развивает мышцы тела, верхние и нижние конечности тела
Развитие сознания	сноровка, сообразительность, терпение
Социальные навыки	индивидуально-групповые, комплексные, ситуационные
Этические нормы	взаимоуважение
Креативность	найти выход за минимальное время
Воспитательный момент	формирование мировоззрения, помогает лучше познать мир, целеустремленность, настойчивость
<b>32. Название игры</b>	<b>Баш кийим алып качуу (похищение головного убора)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; инвентарь – тюбетейка.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участники игры выбирают ведущего, остальные участники делятся на две команды. Цель игры заключается в том, чтобы незаметно утащить тюбетейку с головы соперника и занести за линию, где находится ведущий. Игра доставляет много веселья и удовольствия.</p> <p><b>Игровая единица:</b> утащить тюбетейку с головы соперника</p> <p><b>Правила игры:</b> нужно занести тюбетейку за линию, где находится ведущий.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка не обязательно должна быть открытой, на ней могут быть кустарники, маленькие деревья и т.д.</p>



<i>Организаторы</i>	наиболее опытный игрок
<i>Стратегия игры</i>	навык сильного защитника
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций воспитания смелого человека
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	координация движений, сила, стойкость, быстрота, ловкость. Развивает мышцы рук, ног, корпуса
<i>Развитие сознания</i>	психологическая подготовка к неожиданным ситуациям
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, развлекательные, индивидуально-групповые
<i>Этические нормы</i>	сознательность, дисциплина, честность
<i>Креативность</i>	умение встать себя в быстро меняющейся обстановке
<i>Воспитательный момент</i>	коллективизм, уважение к сопернику, сознание, понимание, настойчивость, целеустремленность
<b>33. Название игры</b>	<b>Желмогуз- кемпир (семиглавая старуха)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; провести жеребьевку.</p> <p><b>Содержание игры: желмогуз-кемпир</b> - в кыргызской мифологии это семиглавая старуха, баба- яга. Детская игра. Собирается группа ребятшек, по жеребьевке выбирается желмогуз кемпир, у которой имеется своя территория, остальные игроки очерчивают круг, который служит их домом. По команде ведущего, ребята выбегают из дома, поют, веселятся, дразнят бабу-ягу. Притворившись спящей, она ждёт удобного случая, чтобы поймать кого-нибудь из играющих.</p> <p><b>Игровая единица:</b> поймать участника</p> <p><b>Правила игры:</b> игра длится до тех пор, пока она не переловит всех или же баба-яга может поменяться местами с первым, попавшимся в её руки.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка не обязательно должна быть открытой, на ней могут быть кустарники, маленькие деревья и т.д.</p>
<i>Организаторы</i>	старшие по возрасту и опытные
<i>Стратегия игры</i>	обеспечить безопасность
<i>Этнические принципы</i>	навык охоты
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	сила, ловкость, выносливость, быстрота реакции, координация движений. Развивает мышцы тела, мышцы верхних и нижних конечностей

Развитие сознания	настойчивость, целеустремленность
Социальные навыки	индивидуально-групповые, комплексные, ситуационные
Этические нормы	уважение друг к другу
Креативность	умение предугадать события
Воспитательный момент	настойчивость, самообладание, взаимоуважение, дружба
<b>34. Название игры</b>	<b>Каркыра-турна желе тарт (скороговорка)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка;</p> <p><b>Содержание игры:</b> увидев стаю пролетающих журавлей, маленькие дети бегут за ними, и хором декламируют стихи: «Каркыра турна желе тарт! Желе тартсан узун тарт. Жездекеме салам айт. Жете албасан кайра тарт!» («Журавли, журавли! Растяните паутину. Паутину подлиннее. Нашему жезде привет. Если не долетите, возвращайтесь поскорее!»). Закончив декламировать скороговорку, дети с шумом и со смехом бегут за журавлями, пока те не скроются из глаз.</p> <p><b>Игровая единица:</b> складная речевка</p> <p><b>Правила игры:</b> слова скороговорки произносить полностью и точно.</p> <p><b>Методические указания:</b> бежать за журавлями, пока те не скроются из глаз.</p>
Организаторы	наиболее опытные лица
Стратегия игры	забота о воспитании
Этнические принципы	навык охоты
Развитие физических качеств и состав движений	развивает двигательные способности, выносливость, физическую работоспособность. Развивает мышцы тела, верхние и нижние конечности
Развитие сознания	память, внимание, мышление, воображение
Социальные навыки	ситуационные, комплексные, индивидуально-групповые
Этические нормы	умение правильно говорить
Креативность	готовность к неожиданным ситуациям
Воспитательный момент	стойкость, настойчивость, правильная речь
<b>35. Название игры</b>	<b>Дарбыздын уругун баш манжа жана соомой менен сыгып алыстыкка атмай (стрельба на дальность семенами арбуза)</b>



	<b>большим и указательным пальцами)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 2–4; место – площадка, двор. Игроки, взяв в руки семена арбуза, становятся в шеренгу; перед шеренгой проводится линия.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участники по очереди начинают стрелять на дальность. Упражнение может повторяться 2–5 раз. Выигрывает тот, кто стрельнет семечком дальше всех.</p> <p><b>Игровая единица:</b> захват семечка двумя пальцами и выщелкивание семечка на дальность попеременно правой и левой рукой.</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу, заступать за линию.</p> <p><b>Методические указания:</b> нельзя заступать за линию. Количество попыток должно быть одинаковым.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством главного судьи.
<i>Стратегия игры</i>	точность выполнения движений
<i>Этнические принципы</i>	сохранение народной традиции, воспитание личности
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает мышцы пальцев, рук, точность, силу, ловкость.
<i>Развитие сознания</i>	спортивка, мышление, находчивость.
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, комплексные, индивидуально-командные
<i>Этические нормы</i>	высокая степень самообладания, умение подавить в себе отрицательные эмоции. Развивать способность достижения цели
<i>Креативность</i>	нестандартный подход к выполнению задания
<i>Воспитательный момент</i>	настойчивость, целеустремленность, упорство, самоуверенность личности
<b>36. Название игры</b>	<b>Сөөмөй тийгизмей (попасть указательными пальцами друг в друга)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-4; место – площадка, двор, зал, комната. Участники становятся лицом друг к другу, держат согнутые в локтях руки перед собой, указательные пальцы выпрямлены; остальные зажаты в кулак, глаза закрыты.</p>

	<p><b>Содержание игры:</b> делается несколько вращательных движений, локти отводятся назад, затем быстро стараются попасть пальцами друг в друга. Если попадают – получают выигрышное очко. Очередь выполнения упражнения переходит к следующему участнику.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точное касание указательными пальцами рук</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать упражнение с открытыми глазами и без вращения рук мешать друг другу, делать повторные попытки.</p> <p><b>Методические указания:</b> исходное положение должно быть одинаковым.</p>
Организаторы	наиболее опытные участники
Стратегия игры	использовать координационные способности
Этнические принципы	соблюдение традиций
Развитие физических качеств и состав движений	ловкость, быстрота реакции, координация движений. Развивает мышцы рук, движения качественного значения.
Развитие сознания	мышление
Социальные навыки	взаимоуважение, сознание, понимание.
Этические нормы	взаимовыручка
Креативность	нестандартный подход к выполнению задания
Воспитательный момент	взаимопомощь, сплоченность, собранность, целеустремленность, находчивость
<b>37. Название игры</b>	<b>Башка кишиге сөөмөй тийгизмей (указательным пальцем коснуться в выставленный палец другого человека)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-4; место – площадка, двор, зал, комната. Участники становятся лицом друг к другу, держат согнутые в локтях руки перед собой, указательные пальцы выпрямлены; остальные зажаты в кулак, глаза закрыты.</p> <p><b>Содержание игры:</b> делается по 10 вращательных движений вправо, затем влево, локти отводятся назад, затем быстро стараются попасть в выставленный палец другого человека. Если попадают – получают выигрышное очко. Очередь выполнения упражнения переходит к следующему участнику.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точное касание указательными пальцами рук</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать упражнение с открытыми глазами и без вращений, мешать друг другу, делать повторные</p>



	попытки. <b>Методические указания:</b> исходное положение должно быть одинаковым.
Организаторы	наиболее опытные участники
Стратегия игры	использовать координационные способности
Этнические принципы	соблюдение традиций
Развитие физических качеств и состав движений	ловкость, быстрота реакции, координация движений. Развивает мышцы рук, движения качественного значения
Развитие сознания	мышление
Социальные навыки	взаимоуважение, сознание, понимание
Этические нормы	взаимовыручка
Креативность	нестандартный подход к выполнению задания
Воспитательный момент	взаимопомощь, сплоченность, собранность, целеустремленность, находчивость
<b>8. Название игры</b>	<b>Шапалак алмай (хлопки по кистям рук)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Получено от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 2–6; место – площадка, двор, класс, комната. Подготовка. Игроки становятся парами. Один из них кладет руки ладонями вниз на пол или стол, другой держит руки с раскрытыми ладонями на высоте 25 – 30 сантиметров над руками первого.</p> <p><b>Содержание игры:</b> второй игрок старается ударить по тыльной части ладони первого; первый, в свою очередь, старается убрать руки. Если попытка второго удачна, они меняются ролями. Если нет, то все остается как раньше. Затем по желанию игроки меняются партнерами. Игра может быть продолжена до обусловленного времени.</p> <p><b>Игровая единица:</b> успеть коснуться по тыльной стороне движущейся руки противника</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя раньше времени убирать ладони или наносить удары по ним, придерживать руку партнера.</p> <p><b>Методические указания:</b> не убирать руки раньше времени. Распределить игроков по парам.</p>
Организаторы	наиболее опытный игрок
Стратегия игры	внимательно следить за руками соперника
Этнические принципы	развивать быстроту реакции
Развитие физических качеств и состав	ловкость, быстрота реакции. Развивает мышцы рук

<i>движений</i>	
<i>Развитие сознания</i>	ситуационность, настойчивость, целеустремленность, психологическая подготовка
<i>Социальные навыки</i>	развлекательные, индивидуально-групповые
<i>Этические нормы</i>	сознательность, дисциплина, честность
<i>Креативность</i>	развивать чувствительность
<i>Воспитательный момент</i>	коллективизм, уважение к сопернику, сознание, понимание
<b>39. Название игры</b>	<b>Суу чертмек (щелчки по воде)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-4; место – арык, водоем, озеро, бассейн. Участники располагаются вдоль арыка, водоема.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участники поочередно средним пальцем руки делают щелчки по воде. Побеждает тот, после щелчка которого получается сильный звук. Упражнение может повторяться 5-6 раз.</p> <p><b>Игровая единица:</b> добиться высокого звука</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу, создавать шум.</p> <p><b>Методические указания:</b> можно выполнять предварительно пробные попытки. Возможны разновидности: брызгание зубами, щелчками, губами.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника или руководителя.
<i>Стратегия игры</i>	продумать стратегию
<i>Этнические принципы</i>	взаимодействие с водой
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	чувство ритма. Развивает мышцы рук; движения качественного значения;
<i>Развитие сознания</i>	сообразительность, быстрота принятия решений
<i>Социальные навыки</i>	взаимодействие с окружающей средой
<i>Этические нормы</i>	понимание ценности воды, любовь к природе
<i>Креативность</i>	нестандартный подход к выполнению задания
<i>Воспитательный</i>	самодисциплина, самопознание, самовоспитание



<i>момент</i>	
<b>40. Название игры</b>	<b>Бүркүт тумшук (клюв орла)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; разделить участников по парам.</p> <p><b>Содержание игры:</b> это детская игра. Двое участников игры встают лицом друг к другу и пальцами рук изображают клюв орла. Начинаящий игрок щиплет руки соперника за внешнюю сторону поднятой вверх ладони, стараясь достать повыше, приговаривая: «Менин буркутум бийик учат!» («Мой орёл летит выше!»). Тот в свою очередь должен ущипнуть его руки повыше, приговаривая так же: «Менин буркутум андан бийик!» («Мой орёл лети выше!»). Таким образом, они щиплют друг друга до тех пор, пока хватает роста. Выигрывает тот, кто ущипнул повыше. И игра начинается вновь.</p> <p><b>Игровая единица:</b> ущипнуть как можно выше</p> <p><b>Правила игры:</b> игру начинать по сигналу.</p> <p><b>Методические указания:</b> игроков лучше разделить на пары.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытный участник
<i>Стратегия игры</i>	коллективные взаимоотношения
<i>Этнические принципы</i>	развлечение, точность движения
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	координация движений, меткость, быстрота, ловкость, сила. Развивает мышцы тела, мышцы верхних и нижних конечностей
<i>Развитие сознания</i>	мышление
<i>Социальные навыки</i>	комплексные, ситуационные, индивидуально-групповые
<i>Этические нормы</i>	укрепляет и позволяет дорожить дружбой между игроками
<i>Креативность</i>	точность попадания
<i>Воспитательный момент</i>	коллективизм, всесторонность, активность, сознательность
<b>41. Название игры</b>	<b>Үн жаңыртмай (эхо)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 2-4; место - предгорье, ущелье, зал. Игроки обговаривают условия игры и

	<p>очередность.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки по очереди произносят «ааааааааааууууу» и т.д., игра может повторяться 2-3 раза</p> <p><b>Игровая единица:</b> громко произносить звук</p> <p><b>Правила игры:</b> выигрывает игрок, сумевший лучше других произнести «ааааууууу» и получить (эхо), отзвук на свой голос.</p> <p><b>Методическое указание:</b> местность должна быть просторной.</p>
Организаторы	под руководством опытного участника или руководителя
Стратегия игры	выявить активных
Развитие физических качеств и состав движений	развивает легкие, движения качественного значения
Развитие сознания	готовность нести ответственность за неудачу
Социальные навыки	элементарные, индивидуально-групповые, развлекательные
Этические нормы	уважение партнеров, самоуправление, саморегуляция эмоций
Креативность	проявлять индивидуальность
Воспитательный момент	целеустремленность
<b>42. Название игры</b>	<b>Үн чыгармай (издание звуков)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 4-6, место – поле, лужайка, площадка.</p> <p><b>Содержание игры:</b> выбирается водящий, остальные становятся в 2-3 шагах от него, образуя полукруг. Водящий, набрав полную грудь воздуха, создает звук мычания до тех пор, пока хватит воздуха. Сидящие игроки определяют продолжительность мычания водящего ведением счета. Затем, то же самое делают другие игроки. Выигрывает игрок, сумевший дольше всех издавать мычание. Игра может продолжаться 2-3 раза.</p> <p><b>Игровая единица:</b> как можно дольше произносить звук</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя во время мычания делать остановку и снова продолжать издавать звук, мешать друг другу, создавать шум.</p> <p><b>Методическое указание:</b> площадка должна быть просторной, избегать кучности.</p>
Организаторы	под руководством опытного участника



<i>Стратегия игры</i>	как можно дольше издавать звук
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает легкие, грудную клетку
<i>Развитие сознания</i>	работа мышления и силы воли
<i>Социальные навыки</i>	элементарные, индивидуально - групповые, развлекательные
<i>Этические нормы</i>	спортивная этика - честность, сознательная дисциплина
<i>Креативность</i>	проявлять индивидуальность
<i>Воспитательный момент</i>	целеустремленность, самостоятельность
<b>43. Название игры</b>	<b>Шар уйломой (надувание шаров)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-4; место – площадка, двор, комната, зал; инвентарь – таварсык (шары). Участники, взяв в руки по «таварсыку», становятся в круг; договариваются об очередности.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде одного из них все начинают надувать шары. Побеждает тот, кто раньше других сумеет надуть шар. Упражнение может продлиться до обусловленного времени.</p> <p><b>Игровая единица:</b> быстрее всех надуть шар</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя раньше и после команды продолжать надувание.</p> <p><b>Методические указания:</b> создать равные условия для победы всем участникам.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника
<i>Стратегия игры</i>	использовать навык задержки дыхания
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	быстрота, специальная выносливость. Развивает мышцы грудной клетки, легких; движения качественного значения
<i>Развитие сознания</i>	логика, мышление
<i>Социальные навыки</i>	сложные, индивидуальные, комплексные, ситуационные
<i>Этические нормы</i>	правильно реагировать на успехи и неудачи свои и своих товарищей
<i>Креативность</i>	готовность к неожиданным ситуациям

Воспитательный момент	воспитываются критерии честной и нечестной игры, добиваться победы только честным путем
<b>44. Название игры</b>	<b>Үйлөп жылдыруу (сдвигание сдуванием)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 2-4; место – площадка, двор, комната, зал, инвентарь – камешки, косточки от фруктов и т.д.</p> <p>На стол кладется инвентарь, договариваются об очередности.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки по очереди подходят к столу и после глубоко вдоха сдуванием стараются как можно дальше отодвинуть камешки с места расположения. Выигрывает игрок, сумевший сдуванием отодвинуть камешки дальше других.</p> <p><b>Игровая единица:</b> сдвинуть предмет как можно дальше</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя трогать косточку руками, делать сдувание более одного раза, мешать друг другу.</p> <p><b>Методические указания:</b> элементарные, индивидуально-групповые; развивает грудную клетку, легкие, развлекательная, движения качественного значения.</p>
Организаторы	наиболее опытные лица
Стратегия игры	сдувание предметов
Этнические принципы	воспитание воображения
Развитие физических качеств и состав движений	ловкость, быстрота реакции. Развивает мышцы груди.
Развитие сознания	мышление, сообразительность
Социальные навыки	ситуационные, сложные, индивидуальные. Развитие дыхательных мышц.
Этические нормы	взаимопомощь
Креативность	формирование навыков предусмотрительности. Приобщение к новому ощущению
Воспитательный момент	целеустремленность, настойчивость
<b>45. Название игры</b>	<b>Сууну алыстыкка бүркүү (брызгание водой изо рта на дальность)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.



Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 2-4; место – площадка, двор, берег водоема, речки и арыка; инвентарь – посуда с водой. Участники, набрав воду в посуду, становятся в один ряд.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по очереди, набрав воду в рот, они брызгают на дальность. Выигрывает брызнувший дальше всех.</p> <p><b>Разновидности:</b> «сууну бийиктикке бурку» (брызгание водой изо рта в высоту); «алыстыкка тукуруу» (плевки на дальность); «бийиктикке тукуруу» (плевки в высоту).</p> <p><b>Игровая единица:</b> брызнуть водой дальше остальных</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу, брызгать без инерции туловища.</p> <p><b>Методические указания:</b> выполнять по очереди. Выявить победителя.</p>
<i>Организаторы</i>	старшие по возрасту
<i>Стратегия игры</i>	набирать в рот не слишком много воды
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	координация движений, ловкость. Развивает мышцы тела, мимические мышцы, движения качественного значения
<i>Развитие сознания</i>	целеустремленность, умение быстро оценивать обстановку, быстрое принятие решений, интуиция, эмоции, интеллект
<i>Социальные навыки</i>	воля к победе, развитие чувства соперничества. Умение управлять собой, принятие решений
<i>Этические нормы</i>	уважение партнеров, чувство справедливости, управление настроением, самоуправление, саморегуляция эмоций
<i>Креативность</i>	проявлять индивидуальность
<i>Воспитательный момент</i>	умение распределять силы, общий эмоциональный настрой, умение действовать в полную силу. Уважение соперника, честность, самопознание, самовоспитание, умение сделать выводы, выработка тактики, стратегии
<b>46. Название игры</b>	<b>Ак сандык-көк сандык (белый сундук-синий сундук)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; разделить участников по парам.</p> <p><b>Содержание игры:</b> это детская забава, в которую играют дети дошкольного и младшего школьного возраста. Встав спиной, друг другу, они цепляются руками в локтевом сгибе и попеременно поднимают друг-друга к себе на спину, приговаривая «ак сандык» - первый и «көк сандык» - второй. Игра доставляла детям особое удовольствие.</p> <p><b>Игровая единица:</b> отрыв партнера большее количество раз</p> <p><b>Правила игры:</b> поднимая партнера, произносить слова речевки.</p> <p><b>Методические указания:</b> учитывать рост и вес партнеров.</p>

Организаторы	под руководством опытного участника
Стратегия игры	аккуратно поднять и опустить партнера
Этнические принципы	сохранение исконно народной традиции, умение управлять телом
Развитие физических качеств и состав движений	быстрота, ловкость, сила. Развивает мышцы тела, приводит в движение все суставы и позвоночный столб
Развитие сознания	интеллект
Социальные навыки	сложные, индивидуальные, комплексные, ситуационные, вырабатывается координация движения
Этические нормы	умение побеждать, уважать других людей
Креативность	быть примером
Воспитательный момент	взаимоуважение, дружба
<b>47. Название игры</b>	<b>Сарымсак термей (сбор чеснока)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 5-10; место – поле, склоны гор; инвентарь - заостренные палки, ножи. Игроки договариваются об условиях.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде участники стараются собрать большее количество головок чеснока. Побеждает тот, кто сумеет за определенное время собрать наибольшее количество головок дикого чеснока.</p> <p><b>Игровая единица:</b> собрать наибольшее количество головок дикого чеснока</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу.</p> <p><b>Методические указания:</b> заранее объявить контрольное время и после сигнала водящего прекратить выполнение задания.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	использовать скоростные способности
Этнические принципы	умение пользоваться предметами быта, не забывать традиции, развлечения
Развитие физических качеств и состав движений	развивает двигательные способности, быстроту. Развивает мышцы тела, мышцы верхней конечности, движения качественного значения
Развитие сознания	внимание, координация
Социальные навыки	взаимодействие с другими людьми



Этические нормы	умение ориентироваться в пространстве, чувство предметов на расстоянии, ориентация в пространстве
Креативность	проявление творческих способностей
Воспитательный момент	целеустремленность, сосредоточенность
<b>48. Название игры</b>	<b>Орто топ (игра с мячом)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; поделиться на две команды.</p> <p><b>Содержание игры:</b> орто топ - командная групповая игра с мячом. Участники игры делятся на две команды. По жребию определяется водящая команда, которая занимает место в центре площадки, и выбираются два метких игрока из другой команды. Они, встав на разных концах площадки, начинают выбивать игроков из круга.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точное попадание</p> <p><b>Правила игры:</b> если мяч попал в игрока, он выходит из круга. Если игрок, изловчившись, поймает мяч, то продолжает игру. Затем команды меняются местами.</p> <p><b>Методические указания:</b> мяч должен попасть в туловище игрока.</p>
Организаторы	под руководством главного судьи
Стратегия игры	воспитание личности
Этнические принципы	сохранение народной традиции
Развитие физических качеств и состав движений	точность, координация движения, сила, устойчивость. Развивает мышцы тела
Развитие сознания	сноровка, глазомер
Социальные навыки	ситуационные, комплексные, индивидуально-командные
Этические нормы	высокая степень самообладания, умение подавить в себе отрицательные эмоции
Креативность	развивать менеджерские способности
Воспитательный момент	настойчивость, целеустремленность, мужество, упорство, самоуверенность личности, коллективизм
<b>49. Название игры</b>	<b>Уку (сова) типа день-ночь</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф. 2003г.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.

Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> групповая детская игра. Участники игры выбирают ведущего и «сову», остальные выполняют роль маленьких пернатых.</p> <p><b>Содержание игры:</b> ведущий громко кричит: «Тан атты!», «Утро!», и все птенцы начинают порхать и летать. «Сова» застывает на месте. Ведущий снова кричит: «Тун кирди», «Наступила ночь!», все пернатые застывают, а сова начинает обходить игроков, стараясь рассмешить их.</p> <p><b>Игровая единица:</b> запутать игроков</p> <p><b>Правила игры:</b> если кто-то зашевелится или засмеётся, то они меняются ролями с совой и игра продолжается вновь.</p> <p><b>Методические указания:</b> ведущий должен громко и точно произносить команды.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	развитие тактических действий ведения игры
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	координация движения, ловкость, быстрота. Развивает мышцы тела, рук, ног
<i>Развитие сознания</i>	интеллект, логика, мышление, внимание
<i>Социальные навыки</i>	Индивидуально-командные, комплексные
<i>Этические нормы</i>	помогает накоплению положительного нравственного опыта
<i>Креативность</i>	умение предугадать действия
<i>Воспитательный момент</i>	находчивость, взаимообучение по решению простейших задач, общительность, коммуникативность, коллективизм, находчивость
<b>50. Название игры</b>	<b>Даам тату (узнавание вкуса)</b>
<i>Источник знания</i>	Олия Дуйшебай
<i>Носитель знания</i>	Население села Чолпон, Ак-суйского района
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 4-10, место – поле, лужайка, площадка, спортзал, комната.</p> <p><b>Содержание игры:</b> выбирается водящий, остальные становятся в 5-6 шагах от него, образуя полукруг. Водящий предлагает игроку, сидящему с закрытыми глазами, попробовать еду и спрашивает «что это?». Игрок по вкусу должен узнать предмет. Сидящие игроки определяют, узнал ли он еду правильно или нет. Затем то же самое делают другие игроки. Выигрывает игрок, сумевший больше всех узнать разновидностей еды. Игра может продолжаться 2-3 раза.</p> <p><b>Игровая единица:</b> отгадать как можно больше разновидностей еды</p>



	<b>Правила игры:</b> нельзя во время узнавания издавать звуки, мешать друг другу, создавать шум. <b>Методическое указание:</b> площадка должна быть просторной, избегать кучности
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица
<i>Стратегия игры</i>	навык отгадывания
<i>Этнические принципы</i>	воспитание воображения
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, развивает сенсорные способности, сообразительность
<i>Развитие сознания</i>	мышление
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, комплексные, сложные, индивидуальные
<i>Этические нормы</i>	забота по отношению к другим людям
<i>Креативность</i>	формирование навыков предугадать
<i>Воспитательный момент</i>	приобщение к новому ощущению
<b>51. Название игры</b>	<b>Алма үзмөй (срывание яблока)</b>
<i>Источник знания</i>	Олия Дуйшебай
<i>Носитель знания</i>	Население села Чолпон, Аксуйского района
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; определить водящего. Игроки стоят произвольно по площадке. На высоте 1-го метра завязываются яблоки в 4-5 местах, в зависимости от количества игроков. <b>Содержание игры:</b> игроки по команде водящего стараются сорвать как можно больше яблок. Побеждает игрок, который сорвал большее количество яблок. <b>Игровая единица:</b> сорвать больше яблок <b>Правила игры:</b> нельзя толкать друг друга, перехватывать друг у друга яблоки. <b>Методические указания:</b> количество сорванных яблок не ограничено.
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица
<i>Стратегия игры</i>	навык скорости движения
<i>Этнические принципы</i>	формирование навыков предугадать
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, гибкость, быстрота реакции. Развивает сенсорные способности, мышцы рук, ног, туловища.
<i>Развитие сознания</i>	мышление, внимание
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, индивидуальные. Предусмотрительность.

Этические нормы	взаимоуважение
Креативность	приобщение к новому ощущению
Воспитательный момент	воспитание смекалки

## Подвижные этнические игры для школьников

Арыкова Ч.Н.

<b>1. Название игры</b>	<b>«Чыбык -ат» (палочка-лошадка)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.2003
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о. доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культур	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 10-16; место - площадка, поле, стадион, зал; инвентарь – тонкие прутки по 1,5-2 метра. Выбирается водящий, остальные делятся на две равные команды и становятся в шеренги на расстоянии 5 метров друг от друга. Обозначается дистанция с отметкой старта и финиша. От каждой команды на старт выходят по два человека. Впереди стоящий садится на «лошадку» и готовится к бегу до определенной отметки, затем возвращается и передает «лошадку» следующему игроку.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки начинают передвигаться по дистанции. Как только первый игрок проходит дистанцию, «лошадка» передается другому игроку и т.д.</p> <p><b>Игровая единица:</b> управление лошадкой</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать передвигаться без команды водящего, передавать «лошадку» другому игроку, не пройдя дистанцию</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной. Игроки не должны сбивать друг друга. Необходимо соблюдать очередность.</p>
Организаторы	под руководством опытного участника или руководителя.
Стратегия игры	выявление активных и лидеров
Этнические принципы	умение ладить с лошадкой, взаимопонимание с животным (другом), езда
Развитие физических	развивает координацию движений, скорость. Развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса,



качеств и состав движений	устойчивость положения, поддержание осанки, красоту движений при управлении лошадью, развивает мышцы ног.
Развитие сознания	сообразительность, быстрота принятия решений
Социальные навыки	взаимодействие с животным, с окружающей средой, навык управления лошадью
Этические нормы	понимание ценности коня, любовь к природе, дисциплина
Креативность	манера езды, выработка красоты осанки и движения
Воспитательный момент	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь
1. Название игры	<b>Ак-терек – көк терек (Белый тополь- синий тополь) Авторы Анаркулов Хабибула Файзулаевич- г. Бишкек -1991 г.</b>
Источник знания	кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.2003
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о. доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 16-20; место — площадка, поле, лужайка, двор. Игроки, разделившись на две равные команды, располагаются лицом друг другу на расстоянии 15-25м., взявшись за руки.</p> <p>Каждая команда по договоренности получает игровое название. Игра начинается по договоренности или по жребию.</p> <p><b>Содержания игры:</b> игроки одной команды под рифму хором говорят: « Ак-терек -кок терек, сизге бизден ким керек? ( белый тополь, синий тополь, кого вам от нас нужно?» Игроки другой команды кричат: нам никого, кроме Темирбека не нужно». После чего названный игрок бежит с целью разорвать цепь соперничающей команды. Если это ему удастся, он выбирает одного из двух игроков, где была разорвана цепь, в свою команду. Если нет, он сам остается в команде соперников. Затем те же действия производит другая команда. Игра продолжается до обусловленного времени, или пока в одной из команд не останется не более одного игрока.</p> <p><b>Игровая единица:</b> разорвать цепь на бегу корпусом из рук соперника игрока</p> <p><b>Разновидности речитатива:</b> « Элден элден эл чабар ( «от одного народа к другому бежит оповеститель»).</p> <p>Капитан одной команды у капитана другой команды спрашивает: « Элден,элден эл чабар, бизден сизге ким чабар?» ( от одного народа к другому бежит вестник с вопросом: От нашего народа кого к вам прислать?», укажут, кого он хотел бы.</p> <p>Далее действие происходит согласно описания содержания игры « Ак терек-кок терек».</p> <p>Если игра проводится в начальных классах, тогда отвечает один капитан команды, назвав кого-либо по порядковому номеру, например “ нам нужен третий справа».</p> <p>Обучение этническим принципам действий: уважать достоинство участников игры; толерантность и солидарность игры.</p> <p><b>Правила игры:</b> побеждает та команда, у которой будет больше пленников.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя начинать бег, не назвав имя игрока.</li> <li>2. Нельзя держаться за руки в замок.</li> </ol>

	<p>3. Соблюдать технику безопасности во время разбивания цепи.</p> <p><b>Подведение итогов игры:</b> побеждает та команда, у которой больше пленников.</p> <p><b>Методические указания:</b> количество игроков в командах равное. Распределение игроков в командах равное по силам.</p> <p>Соблюдать технику безопасности во время разбивании цепи.</p>
<i>Этнические принципы</i>	привитие этничности, связь с культурой и интернациональный характер
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает мышцы ног, корпуса, навыки бега, координацию движений, быстроту, ловкость, скорость
<i>Развитие сознания.</i>	сообразительность, решительность, смелость, красота осанки и движения
<i>Социальные навыки</i>	умение работать в команде, умение соблюдать культуру игрового стиля, бережное отношение к окружающей природе, умение любить природу
<i>Этические нормы</i>	
<i>Креативность</i>	манера уметь встречать соперника, выработка осанки и движение рук и ног
<i>Воспитательный момент</i>	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь товарищу по команде
<b>2. Название игры</b>	<b>Каркыра турна желе тарт (журавли , выстраивайтесь в ряд). Арстанбек Касен Анаркулов Х.Ф. г.Бишкек-1991г.</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i> <i>Возраст участников игры:</i> <i>Для младшего школьного возраста.</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 20-24; место проведения - спортивная площадка, поле, лужайка, двор.</p> <p>Выбирается водящий, остальные игроки, взявшись за руки, становятся вокруг.</p> <p><b>Содержания игры:</b> по команде водящего хором говорят речитатив:</p> <p><b><i>Каркыра турна желе тарт – Журавли, выстраивайтесь в ряд.</i></b></p> <p><b><i>Желе тартсан узун тарт- Выстраивайтесь в длинный ряд.</i></b></p> <p><b><i>Жездекеме салам айт - передайте привет моему жездеке.</i></b></p> <p><b><i>Желе албасан, кайра тарт- если не долетите, разворачивайтесь обратно.</i></b></p> <p>После этих слов дети бегут в след за улетающими журавлями, водящий - имитируя руками полет журавля.</p> <p><b>Игровая единица:</b> имитация полета журавля</p> <p><b>Обучение этническим принципам действий:</b> уважать достоинство играющих, толерантность и соперничество</p> <p><b>Правила:</b></p>



	<p>1.Игроки должны громко произносить речитатив.</p> <p>2. Имитировать движение крыльев журавлей в сочетании с бегом.</p> <p><b>Подведение итогов игры:</b> побеждает тот, кто правильно будет повторять речитатив и имитацию полета журавля</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной. Игроки должны догонять водящего, соблюдать технику безопасности.</p>
Организаторы	под руководством преподавателя и опытных игроков
Стратегия игры	выявление активных
Этнические принципы	бережное отношение к окружающей природе и птицам
Развитие е физических качеств и состав движений	элементарные, индивидуально –групповые, развивает мышцы рук, ног, координацию движений, развлекательные, ситуативные
Развитие сознания	быстрота, ловкость
Социальные навыки	решительность, сообразительность
Этические нормы	уважение к родственникам и окружающей природе
Креативность	понимание ценности птицы, любовь к окружающей природе, дисциплина
Воспитательный момент	манера летать, как птица; выработка осанки и движений
3. Название игры	взаимопонимание, решительность, смелость, дисциплинированность
Источник знания	<b>Ала-кучук ( пестрый щенок). Авторы Арстанбек Касен ,Анаркулов Х.Ф.- г. Бишкек-1991 г.</b>
Носитель знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Исследователь	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Подано от Кыргызской Государственной медицинской академии и Кыргызской Государственной академии физической культуры и спорта	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Описание игры Возраст участников игры: младшего и среднего возраста.	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 10-20; место — площадка, поле, лужайка, спортивный зал. Выбираются 2 водящих; один из них по договоренности будет « ала кучук», а другой –«козу» ( « ягненок). Остальные игроки становятся в круг, держа за руки друг друга.» Козу» становится внутри кружка, а «ала кучук» -снаружи.</p> <p><b>Описание содержания игры:</b> «Ала-кучук» начинает догонять «козу», если « козу» окажется в кругу, то игроки опускают руки так, чтобы « козу» смогла безопасно выбежать из круга. «Козу» становится внутри круга, а «ала кучук» - снаружи. «Ала кучук» начинает догонять « козу», если « козу» окажется в кругу, то игроки опускают руки так, чтобы « козу» смогла выбежать из круга. Если « ала кучук» старается забежать в круг, то игроки снова опускают руки, и «ала кучук» не может преследовать « козу», пока они не поднимут руки. Когда « козу» будет поймана ,то игрок в роли «козу» становится в круг. «Ала кучук» становится вместо « козу», т.е. меняются ролями.</p>

	<p><b>Игровая единицы:</b> бег с увертыванием от щенка. Ускоряющий бег с осаливанием ягненка</p> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя поднимать и опускать руки медленно.</li> <li>2. Специально помогать «ала кучуку» и «козу», убежать и догонять только в пределах круга.</li> <li>3. Нельзя сокращать расстояние круга.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> побеждает тот, кто в роли «ала кучук» за короткое время догонит « козу».</p> <p><b>Методические указания:</b> ровная площадка, без кочек и пенечков. Если «ала кучук» не может долгое время догнать и поймать « козу», любой из играющих может заменить его.</p>
Организаторы	под руководством руководителя
Стратегия игры	выявлении активных и лидеров
Этнические принципы	уважать достоинство играющих, соперничество
Развитие ф.к. и состав движений	быстрота, координация движений, скорость, ловкость, развивает мышцы тела. Комплексные, ситуативные
Развитие сознания.	целеустремленность, решительность, смелость
Социальные навыки	умение обращаться к домашним животным
Этические нормы	понимание ценности животных и окружающей среды
Креативность	красота осанки и движений
Воспитательный момент	дисциплина, целеустремленность и взаимовыручка
4. Название игры	<b>Ашбы же ташбы ( ягоды или камень). Автор Анаркулов Х.Ф.г. Бишкек-1996 г.</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской Государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<p>Описание игры</p> <p>Возраст участников</p> <p>игры: для младшего возраста</p>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 8-12 человек; место проведения – площадка: инвентарь - ягоды, конфеты, камушки.</p> <p><b>Описание 1 варианта игры:</b></p> <p><b>Подготовка:</b> игроки, взяв в одну руку ягоды или конфеты, а в другую - камушки, разделяются по парам, становятся друг другу лицом. Один по договоренности закрывает глаза, широко открыв рот.</p> <p><b>Содержания игры:</b> игрока, стоящего с закрытыми глазами, соперник, стоящий с ягодами или конфетами , громко</p>



	<p>спрашивает -« ашбы же ташбы?», игрок с закрытыми глазами должен, не открывая глаз, ответить» аш» или «таш». После ответа партнер должен положить в рот угаданный предмет, и только после этого открывают глаза. Если игрок угадал правильно, то игра продолжается без изменения очередности, а если нет, тогда они меняются ролями.</p> <p><b>Игровая единица</b> : скорость, сообразительность и ловкость движения</p> <p><b>Правила игры</b> :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя раньше времени открывать глаза.</li> <li>2. Самостоятельно менять предметы ( сладости, камушки).</li> </ol> <p><b>Описание 2 варианта игры:</b></p> <p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - неограниченное. Место проведения - площадка. Инвентарь - резиновый детский мяч. Игроки становятся в одну шеренгу и выбирается 1 водящий. Задача водящего - выполнять передачу мяча каждому из игроков и называть съедобные и несъедобные овощи или фрукты. Если несъедобные, тогда при передаче мяча мяч не ловить. Если съедобные - тогда ловить.</p> <p><b>Правила:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Называть заранее и громко.</li> <li>2. Если неправильно поймал мяч, тогда становится водящим.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> кто больше всего правильно поймал мяч при ответной реакции</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством учителя или руководителя игры
<i>Стратегия игры</i>	выявление внимательных, сообразительных и находчивых
<i>Этнические принципы</i>	сообразительность, уважение друг другу участников игры
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	индивидуальный, развивает координацию движений тела, рук и тела,
	быстроту, координацию движений.
<i>Развитие сознания</i>	сообразительность, решительность, смелость
<i>Социальные навыки</i>	умение обращаться с со съедобными продуктами
<i>Этические нормы</i>	понимание и различие съедобного и несъедобного продукта
<i>Креативность</i>	реакция на движущийся объект
<i>Воспитательный момент</i>	Дисциплина, сознательное и бережное отношение к пище
<b>5. Название игры</b>	<b>Бүркүт тумшугу ( клюв беркута). Анаркулов Х.Ф.-г. Бишкек-1991 г.</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.

Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской Государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<p><i>Описание игры</i></p> <p><i>Возраст участников игры для младшего школьного возраста</i></p>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 8-12; место – площадка, двор, зал. Игроки, разделившись по парам, становятся рядом друг с другом и посредством большого и указательного пальцев изображают клюв беркута.</p> <p><b>Содержания игры:</b> один из игроков нежно шиплет « клювом» другого за внешнюю сторону ладони, поднятой рукой вверх руки, приговаривая: «Менин буркутум бийк учат»( мой беркут выше летит). Второй, освободив руку первого, говоря то же самое, шиплет его до тех пор, пока хватает роста.</p> <p>Затем игроки меняются партнерами и игра продолжается снова.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение координировать движение пальцев правой и левой руки в качестве клюва</p> <p><b>Обучение этническим принципам действий:</b> уважение достоинства соперника</p> <p><b>Правила:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Нельзя передвигаться .</li> <li>2.Выполнять прыжки.</li> <li>3.Нельзя отводить руки в сторону.</li> <li>4.Нельзя больно щипать.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> победит тот, кто больше и дольше не больно будет щипать « клювом» соперника</p> <p><b>Методические указания:</b> физическое развитие и физическая подготовленность должны быть равны</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством руководителя
<i>Стратегия игры</i>	выполнить действия нападающего и защитника
<i>Этнические принципы</i>	выявить смелых и ловких
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	быстрота и координация движений, развивает мышцы ладоней, координацию движений, комплексный и ситуативный состав движений
<i>Развитие сознания</i>	целеустремленность, решительность, смелость
<i>Социальные навыки</i>	умение обращаться с животными, соблюдение техники безопасности
<i>Этические нормы</i>	умение обращаться с животными, уметь осторожно обращаться с хищными животными
<i>Воспитательный момент</i>	дисциплина, целеустремленность и соперничество
<b>6. Название игры АХФ</b>	<b>Каз-ордок ( гуси-утки). Анаркулов Х.Ф.- г. Бишкек-1991 г.</b>



Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской Государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i> <i>Возраст участников</i> <i>игры - для учеников</i> <i>среднего школьного</i> <i>возраста</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> игра – командная, в ней могут участвовать как девочки, так и мальчики.</p> <p>Количество играющих - 16-24, место проведения - спортивный зал, площадка, инвентарь – мяч.</p> <p>Играющие делятся на 2 равные команды, чертится круг диаметром в 10-15 метров.</p> <p><b>Содержания игры:</b> по жребию одна из команд садится в круг, где один из игроков становится сторожем ( карочуу). Игроки противоположной команды располагаются за кругом по всей ширине круга, не переступая черту круга. Команда за внешним кругом, выполняя друг другу передачи, стараются попасть мячом в сидящих в кругу игроков, но их спасает и оберегает сторож. Сторож охраняет круг, отражает удары, отбивает мячи. Как только ему удастся отразить и отбить удары мячом, команды меняются ролями. Любое нарушение правил игры считается поражением и команда занимает место в кругу.</p> <p><b>Игровая единица:</b> ударные движения мячом корпуса «уток».</p> <p>Обучать этическим принципам действий - уважать товарищей по команде, уважение достоинства соперника.</p> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нападающим нельзя передавать, пасовать друг другу мяч.</li> <li>2.Одному игроку постоянно быть сторожем нельзя.</li> <li>3. Сидящие в кругу игроки могут укрываться от ударов, не отрываясь от земли.</li> <li>4. Разрешается передвигаться игрокам в кругу.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> побеждает команда, которая выбивала гусей и уток за кратчайшее количество времени.</p> <p><b>Методическое указание:</b> игроки имеют право на замену сторожа по ходу игры.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством руководителя игры
<i>Стратегия игры</i>	стратегия и тактика нападения и самозащиты, оборона команды
<i>Этнические принципы</i>	научить защищаться от ударов соперника, уважать товарищей по команде, уважение достоинства соперника, защищать свою территорию земли
<i>Развитие физических качеств и состав движений.</i>	элементарные, индивидуально - групповые; развивает ловкость, меткость, комплексные, ситуативные. Физические качества - ловкость, сила, быстрота реакции на движущий объект
<i>Социальные навыки</i>	умение обращаться с животными и бережное отношение к окружающей природе
<i>Этические нормы</i>	уметь беречь свою родную землю, стремление помочь товарищу по команде
<i>Воспитательный</i>	целеустремленность, решительность, воля к победе

<i>момент</i>	
<b>7. Название игры</b>	<b>Качмай топ ( лапта). Анаркулов Х.Ф.-г. Бишкек- 1991 г.</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской Государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i> <i>Возраст участников</i> <i>игры - для среднего и</i> <i>старшего школьного</i> <i>возраста</i>	<p><b>Подготовка к игре</b> .количество играющих - 10-20 человек, если команды смешанные, то количество девушек и юношей в командах должно быть одинаковое. Размер площадки в зависимости от числа играющих - 80-100 м в длину и 40-60 м в ширину. На обоих концах площадки чертой обозначены маары ( верхний и нижний концы площадки). В результате жеребьевки одна из команд бьет мяч, а другая ловит его ( стережет), располагаясь на площадке. Капитан или один из участников по поручению капитана подает мяч для удара. Первая команда по очереди выходит на место – круг для удара, имея в руках палку метровой длины ( примерно).</p> <p><b>Содержание игры:</b> по готовности судья дает сигнал. Подавальщик подбрасывает мяч, обычно скатанный из шерсти коровы, вверх перед бьющим получает право на очередной удар в том случае, если успевает сбегать до верхней маары и обратно. Добежав до верхней маары, можно возвращаться до исходного положения после очередного удачного удара партнера. В случае опасности можно вернуться назад к нижней мааре, но без права на очередной удар.</p> <p>Игроки в поле, схватив мяч с земли, пытаются осалить мячом пробегающих. Если кого-либо осалят, сами бегут на линию для удара, а игроки, стоящие у линии для удара, бегут в поле и стремятся попасть мячом в игрока, не успевшего убежать с поля. Команда, успевшая в полном составе стать у линии для удара, остается там и начинает отбивать мяч в поле. Если полевой игрок поймает его в воздухе, вся его команда переходит на линию для удара, а игроки с линии удара идут в поле. Побеждает та команда, которая больше находилась у линии для удара. Команды играют до обусловленного времени или счета.</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ударное движение по мячу битой , левой и правой рукой.</li> <li>2. Осаливание игрока мячом.</li> </ol> <p><b>Правила:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игроки у линии для удара отбивают мяч в поле по очереди, установленной капитаном.</li> <li>2. Каждый игрок бьет по мячу один раз, при промахе удар по мячу не повторяется.</li> <li>3. Промахнувшийся все равно должен бежать через поле и обратно за правом на следующий удар.</li> <li>4. Падающий должен подбрасывать мяч так, чтобы было легко ударить по нему, иначе он обязан повторить подбрасывание. И так – 3 раза, если 3 раза он подбросит плохо, его меняют. Перебегающий должен оставить палку у линии для удара. Попадание мячом засчитывается лишь в том, случае если оно непосредственно.</li> </ol>



	<p>5. Если игрок пробил мяч слабо, он может не бежать до «мары», а ждать хорошего удара, выполняемого затем кем-нибудь из игроков.</p> <p>6. Поэтому одновременно могут бежать несколько игроков, пробивших мяч неудачно.</p> <p>7. Подающий имеет право осалить перебегающих, как и игроки в поле.</p> <p>8. Перебегать можно только до тех пор, пока мяч находится в поле, игрокам при перебежке нельзя выходить и отбивать мяч за боковые линии.</p> <p>9. Если это случилось, команда меняется ролями. Если не окажется, что после удара предпоследнего игрока никто из команды бьющих не успел добежать до «мары» и обратно, подавальщик производит три подачи последнему бывшему, если и в этом случае никто не успел сходить за правом бить, бывшая команда проиграла и команды меняются местами.</p> <p><b>Подведение итогов игры:</b> побеждает та команда, которая выполнила больше перебежек и получила больше очков.</p> <p><b>Методические указания :</b> участники делятся на две равные по количеству команды. Если команды смешанные, то количество девушек и юношей и их возраст в командах должен быть одинаковым. При отсутствии теннисного мяча для игры можно использовать тряпочный. Длина палки - 70-80 см, толщина 3-3,5 см, с одного конца ее немного стачивают, чтобы легче было держать в руках, на другом конце она остается круглой.</p>
Организаторы	под руководством руководителя игры или старших товарищей во дворе
Стратегия игры	умение разрабатывать стратегию и тактику нападения и защиты
Развитие физических качеств и состав движений.	сложный, индивидуально-командный; развивает мышцы тела, координацию движений, ловкость, меткость, комплексный, ситуативный
	сила, выносливость
Развитие сознания	сообразительность, гибкость ума
Социальные навыки	целестремленность, выдержка воля к победе
Этические нормы	Уважать достоинство соперника, уметь достойно проиграть
Креативность	способность правильно и точно выполнить подбрасывание и осуществить удар по мячу
Воспитательный момент	самостоятельность, сообразительность, выдержка, взаимопонимание
8. Название игры	<b>Аксак кемпир бапалак(хромая и горбатая, одетая в лохмотья бабушка) Анаркулов Х.Ф.- г. Бишкек- 1991 г.</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-2005с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.

<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре.</b> количество участников - 5-30; место - площадка, поле, лужайка, двор. Выбирают водящего и «аксак кемпир» («бабку»); остальные игроки садятся в один или два ряда на корточках. Устанавливают пределы площадки для игры.</p> <p><b>Содержания игры:</b> к сидящим подходит «аксак кемпир» и спрашивает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Как мне переправиться через речку?</li> <li>- Можно вплавь, а можно и вброд, - отвечает один из играющих. «Аксак кемпир» подходит совсем близко к ним и начинает дуть в ладони, как бы раздувая огонь.</li> <li>- Кто это в темноте раздувает огонь? — спрашивает один из играющих.</li> <li>- Это я, «аксак кемпир бапалак», - отвечает «бабка».</li> <li>- А что ищешь?</li> <li>- Не видели вы моего ребенка?</li> <li>- Твой ребенок вон там, в речке. После этих слов рассерженная «аксак - кемпир» бросается догонять и ловить игроков, те быстро разбегаются. Если «бабке» удастся поймать кого-либо из игроков, то он по договоренности поет или исполняет фант, после чего заменяет «бабку», которая присоединяется к остальным игрокам. Если «бабке» не удастся поймать игрока, игра продолжается.</li> </ul> <p><b>Игровая единица:</b> ловко увернуть от водящего и быстро догнать убегающего игрока</p> <p><b>Правила:</b> нельзя разговаривать, кричать, мешать другим игрокам и «бабке», убегать за пределы площадки, помогать «бабке».</p> <p><b>Подведение итогов игры:</b> побеждает тот, кто ни разу не был пойман « аксак кемпир».</p> <p><b>Методическое указание:</b> площадка для игры должна быть ровной, без ям и кочек, нельзя допускать кучности игроков</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника или руководителя
<i>Стратегия игры</i>	выявление самых ловких
<i>Этнические принципы</i>	привить привычку с уважением относиться к старшим
<i>Развитие физических качеств и состав движений.</i>	элементарные, массовые с ведущим; развивает мышцы тела, быстроту реакции, ловкость; готовность нести ответственность за неудачу; скоростно-силовые, ситуационные. Для детей младшего возраста и подростков - координация движений, скоростная выносливость, координация движений
<i>Развитие сознания</i>	сообразительность, быстрота принятия решений
<i>Социальные навыки</i>	взаимодействие, взаимовыручка, целеустремленность



Этические нормы	уважать достоинство соперника
Креативность	обращение к старшим, учитывать превосходство соперника
Воспитательный момент	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь
<b>9. Название игры</b>	<b>Учту-учту ( летели-летели). Анаркулов Х.Ф.-1993 г.</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 10-15 человек; место – площадка, зал. Выбирается водящий, остальные участники игры становятся полукругом. Водящий становится впереди так, что бы ему хорошо было видно игроков.</p> <p><b>Содержания игры:</b> водящий произносит « учту-учту» и, подняв руку, называет какую-нибудь птицу. За водящим все участники тоже поднимают руки, тем самым подтверждая, что эта птица действительно может летать. Затем водящий быстро называет то птицу, то что-либо в рифму, но нелетающее, тем самым стараясь сбить с толку играющих.</p> <p><b>Игровая единица:</b> имитация полета птицы</p> <p><b>Правила:</b> нельзя кроме водящего другим игрокам произносить « учту-учту».</p> <p><b>Подведение итогов игры:</b> проигрывает тот, кто поднял руку тогда, когда были названы нелетающие предметы или живое существо. Проигрывает тот, кто, там, где надо было, не поднял рук.</p> <p><b>Методические указания:</b> водящий выбирается из числа наиболее опытных игроков или старший по возрасту</p>
Организаторы	под руководством руководителя игры или опытных игроков
Этические нормы	бережное отношение к природе, птицам
Связь с традициями и обрядами	привитие этничности и бережного отношения к птицам
Развитие физических качеств и состав движений.	элементарные, индивидуально-групповые с водящим: развивает мышцы рук; развлекательные,
	ловкость, гибкость
Развитие сознания	сообразительность, знание о птицах, знание биологии
Социальные навыки	целеустремленность, взаимопомощь и взаимодействие
Этические нормы	уважать достоинство соперника
Креативность	выполнение полета птицы, создавая красивый образ птицы

Воспитательный момент	дисциплина, умение соблюдать очередность
10. Название игры	Орто топ. (Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 10-20 человек, спортивный зал, площадка, двор. Инвентарь - мяч. Игроки делятся на 2 команды. Игроки одной команды по жребию располагаются на двух линиях параллельно друг другу на расстоянии 10-20 м. Игроки другой команды - на середине площадки, так, что бы занять примерно площадку в 1-2м длины и ширины.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки одной команды располагаются на концах площадки, по очереди бросают мячом по группе соперников, стоящих в середине площадки, которые всячески увиваются, спасаясь от мяча, не выходя из занятой ими площадки. Участники, в которых попал мяч, выходят из игры, и так далее до конца. После этого команда меняется местами.</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ударное движение по мячу левой и правой рукой.</li> <li>2. Осаливание игрока мячом.</li> </ol> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выбывшему игроку нельзя снова входить в игру или заменять другого игрока, выходить в зону игры.</li> <li>2. Если игроку, стоящему в середине площадки, удалось поймать в воздухе мяч противника, он получает право на лишний бросок после смены или на ввод в игру одного из выведенных игроков.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> команда – победительница определяется по наименьшему числу затраченных ударов и времени.</p>
Организаторы	под руководством руководителя или опытных игроков
Стратегия игры	умение разрабатывать стратегию тактики нападения и защиты
Этнические принципы	уважать достоинство соперника, уметь достойно проиграть
Развитие физических качеств состав движений	развивает мышцы рук, ног, координацию движений, меткость; силовые, ситуативные
Развитие сознания.	развитие сознательного отношения во время игры, гибкость ума.
Социальные навыки	Социальные навыки



Этические нормы	дисциплина и взаимовыручка
Креативность	умение выполнить ударное движение мячом
Воспитательный момент	Воспитательный момент
11.Название игры	Топ - таш. ( Пять камешков). Д.Омурзаков ,Ю.Мусин.-1973 г.
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н.,профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры Возраст участников игры: Для учащихся младших классов	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 4-6 человек. Площадка, двор, кабинет или класс. Инвентарь - пять камешков одинаковой формы и окружности.</p> <p><b>Содержание игры. Игра проводится в трех вариантах.</b></p> <p><b>Первый вариант игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 4 камешка лежат на земле. Один камешек подкинуть вверх и до его опускания вниз успеть той же рукой поднять с земли еще один камешек и поймать подброшенный. В руке два камешка.</li> <li>2. Подбросить оба камешка и успеть поднять еще один и поймать. В руке 3 камешка.</li> <li>3. Подбросить 3 камешка и успеть поднять еще 1 и присоединить к тем трем, поймав их в воздухе. В руке 4 камешка.</li> <li>4. Подбросить 4 камешка, поднять с земли последний, пятый и присоединить его к четырем.</li> <li>5. Подбросить все 5, успеть ладонью хлопнуть о землю и поймать камешки. Во всех случаях играют только одной рукой.</li> </ol> <p><b>Второй вариант игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разбросать камешки перед собой так, что бы каждый упал отдельно.</li> <li>2. Подбрасывая 1 камешек, поднять каждый раз по одному ( за 4 раза- 4 шт).</li> <li>3. Разбросать камешки так же и поднять их парно.</li> <li>4. Разбросать камешки и поднять за 1 раз 3 камешка.</li> <li>5. Разбросать камешки и поднять 4 лежащих камешка ( отдельно) за 1 раз. При этом, беря нужные камешки рукой, не задевать остальные.</li> </ol> <p><b>Третий вариант игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разбросать камешки.</li> <li>2. Большой и указательный пальцы левой руки упереть о землю, изобразив « арку» ( ворота).</li> <li>3. Правой рукой подбросить 1 камешек и пока н находится в воздухе, пропустить через арку еще 1 из лежащих камешков. После этого успеть поймать подброшенный камешек.</li> <li>4. То же самое проделать с двумя, а затем с тремя камешками.</li> </ol>

	<p>5. И, наконец, пропустить через арку сразу 4 камешка. Игра продолжается. Выполняются все более сложные упражнения. Сбившийся при выполнении приема или нарушений условия игры « теряет ход» и ждет своей очереди. Игру он продолжает с того момента, на котором до этого сбился.</p> <p><b>Игровая единица:</b>  1.Ловко взять один камень, подбрасывая камень вверх в течении полета камня уметь взять второй камень. 2.Побрасывание и ловкое подбирание камешков.  Обучать этническим принципам действий: уважать достоинство соперника, взаимовыручка, выдержка.  <b>Подведение итогов игры:</b> побеждает тот, у кого не будет ошибок во всех вариантах игры и кто пройдет все коны игры.  <b>Методические указания:</b> обычно можно эту игру проводить зимой. Когда нет спортивного зала, то в классе, можно на ковре.</p>
<i>Организаторы</i>	учитель ф.к., старшие товарищи, опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	уважать достоинство соперника, взаимовыручка, выдержка
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает мышцы рук , корпуса тела. Навыки жонглирования пальцами. Сложный, требует быстроты реакции на движущий объект.
<i>Развития сознания</i>	сообразительность, целеустремленность, сосредоточенное внимание
<i>Социальные навыки</i>	умение работать с соперником.; умение соблюдать культуру стиля; уметь правильно подобрать камешки по соответствующей фигуре или окружности
<i>Этические нормы</i>	соблюдать очередность, уважать достоинство соперника
<i>Креативность</i>	умение ловко подбрасывать и ловить камешки одновременно
<i>Воспитательный момент.</i>	дисциплинированность, самопознание, самостоятельность при принятии решения
<b>12.Название игры</b>	<b>Чикит ( чижик).Д.Омурзаков, Ю.Мусин.-1973 г.</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н.,профессор Анаркулов Х.Ф.
<i>Исследователь</i>	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры. Для учащихся и среднего и старшего возрастов.</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 10-12 человек. Место проведения - площадка, поле. Инвентарь- 2 палки. Первая палка ( эне таяк) длиной 1м. Вторая палка бала ( чижик)- 15-20см. Для игры на ровной площадке обозначается круг диаметром 3-4м. В середине круга- ямка диаметром несколько меньше, чем бала ( чижик). Игроки делятся на две команды, определяется очередность.</p>



**Содержание игры:** в результате жеребьевки одна из команд по очереди выбивает чирик, а вторая команда, расположившись в рассыпную на площадке ( как при игре в лапту), старается упавший на площадь чирик поднять и бросить так, чтобы он упал обратно в круг. В случае попадания в круг бьющий лишается права удара и его сменяет очередной из его же команды.

Каждый игрок за 1 выход производит 3 удара. Для удара чирик кладется концами за края ямки. Игрок концом палки, подsunутым под чирик, подбрасывает его вверх и в удобный момент при его опускании вниз бьет так, чтобы чирик отлетел и упал на площадку как можно дальше. В случае промаха при ударе или если чирик упал внутри круга, этот удар считается использованным и бьющий использует свой следующий удар, а если это был его третий удар, передает палку очередному партнеру. В начале игры капитаны договариваются, до какого счета будут соревноваться ( например, до 300,400.500 и т.д.палок)

А счет складывается из замеров палки чикитом от линии круга до места падения чирика после каждого удачного удара. На официальных соревнованиях этот счет устанавливает организация, проводящая соревнования. Также договаривается о количестве кругов ( оно зависит от количества участников). При меньшем числе участников можно установить соревнования в 2-3 круга, при большей численности – в 1-2 круга.

Проводится это так: по определению капитана один из победителей производит дополнительно 3 удара. Складываются расстояния. Например, 1-й чирик отлетел на 15 м+2-й раз – 20м + 3-й раз -10м равняется 45м. Вот теперь один из побежденных по назначению своего капитана должен пробежать это или самое большое из трех расстояний, при этом, глубоко вздохнув, произносить:

Ак бакай	белый богач
Ток бай	сытый богач
Уяттары жок бай	бесстыдные богачи
Кату жорго	быстрый иноходец
Кашка тай	лысый стригунок
Кадик болгон	быстрым оказался
Башка тай	другой стригунок
Кату чапса чарчаба	скачи, не уставай
Жеткирбегин башкага	не уступай другим
Устундогу жаш бала	юного всадника
Уруп кетип аскага	под откос не спускай
Чабалекей, чам-чум	чирик, чиж-пыж-ж
Чабалекей, чам-чум	чирик, чиж-пыж-ж

**Игровая единица:**

1. Ударное движение палкой, при помощи палки эне поднять из ямки чирика.
2. Отбить как можно дальше.

	<p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя в момент удара находиться ближе 15 метров.</li> <li>2. Если команда, стоящая в поле, поймает выбитый другой командой «чижик» на лету, команды меняются местами.</li> <li>3. Если во время отбивания « чижик» отлетел назад или игрок промахнется, то бьет другой игрок той же команды.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> команда, набравшая установленное количество очков, становится победительницей и заставляет побежденную команду « жужжать».</p> <p><b>Методические указания:</b> в игре участвуют игроки одинакового возраста. Строго равное количество в командах.</p>
<i>Организаторы.</i>	под руководством учителя ф.к., опытных игроков и старших по возрасту товарищей
<i>Стратегия игры</i>	стратегия нападения и защиты
<i>Этнические принципы</i>	соперничество, толерантность и взаимовыручка, взаимопомощь
<i>Развитие физических качеств и состав движений.</i>	командный, развивает мышцы рук, ног, корпуса тела, координацию движений, комплексный
<i>Развитие сознания.</i>	решительность, целеустремленность, взаимовыручка и взаимопомощь
<i>Социальные навыки</i>	умение работать в команде, умение соблюдать культуру игрового стиля
<i>Этические нормы</i>	уважение к старшим , толерантность, уважать достоинство соперника
<i>Креативность</i>	самообладание, уметь ловко наносить удар палкой; уметь вывести из ямы палочки; соблюдать технику безопасности
<i>Воспитательный момент</i>	дисциплина, сознательное отношение при соблюдении правил игры.
<b>13. Название игры</b>	<b>Урмай топ. (Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).(Д.Омурзаков, Ю.Мусин-1973 г.).</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры: Для среднего и старшего возраста.</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 10-20 человек или 2 команды; место - спортивный зал, площадка, двор.</p> <p>Инвентарь - мяч, камушки. На ровной площадке выкапываются лунки такого размера, чтобы в них мог свободно уместиться мяч. Лунки располагаются на дистанции 10-15 см одна от другой. Задача игроков заключается в том, чтобы прокатить мяч по линии расположения лунок, что бы он упал в любую из них. Количество лунок – по числу играющих.</p> <p><b>Содержание игры:</b></p> <p><b>1 вариант:</b> все свободные от броска участники стоят в ряду, каждый около своей лунки. Первый по жребию, став на расстоянии 70-80 см от первой лунки, катит мяч так, чтобы он упал в любую из лунок. Если мяч не упал в лунку, катит</p>



	<p>следующий по очереди. Если же мяч упал в лунку, то все соперники ( команда) убегают. А хозяин лунки, быстро подняв мяч из лунки, старается догнать любого из убегающих и ударить мячом. В случае попадания мячом в одного из убегающих в лунку осаленного кладется маленький камушек, означающий проигрышное очко. При промахе камушек кладется в лунку бьющего. В дальнейшем ведется по очереди. Проигрывает тот, в чьей лунке раньше, чем у других, окажется обусловленное количество проигрышных камушков. Тогда проигравший отходит на определенное расстояние и становится спиной к остальным, а те по очереди бросают в него мяч.</p> <p><b>2 вариант:</b> если игра в 2 команды, то при игре в 2 команды лунки располагаются в 2 ряда. Проигрывает та команда, в лунках которой окажется обусловленное количество проигрышных камушков.</p> <p>Команде победителя назначить дополнительное очко победителю.</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ударное движение по мячу левой и правой рукой.</li> <li>2. Попадание игрока мячом в лунку.</li> </ol> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. При промахе мяча по лунке в нее строго кладется камушек.</li> <li>2. Если команда выиграла, тогда ей можно начислить одно дополнительное очко.</li> <li>3. Если игрок попадал в ближние лунки подряд более 2 раз, счет не записывается.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> побеждает та команда, которая наберет наименьшее количество камешков в лунках.</p>
Организаторы	под руководством руководителя или опытных игроков
Стратегия игры	умение разрабатывать стратегию тактики нападения и защиты
Этнические принципы	уважать достоинство соперника, уметь достойно проиграть
Связь с традициями и обрядами	уметь защищать свою территорию
Развитие физических качеств и состав движений	развивает глазомер, чувство ориентации; развивает мышцы рук, ног, координацию движений, меткость; силовой, ситуативный
Развитие сознания.	развитие сознательного отношения во время игры, гибкость ума
Социальные навыки	умение работать в команде
Этические нормы	соблюдать очередность, соблюдать технику безопасности
Креативность	уметь хорошо наносить удар по мячу, ловко и быстро бегать и увернуться от мяча
Воспитательный момент	честность, взаимовыручка и сознательное отношение при соблюдении правил игры
14. Название игры	Чакан атмай ( метание камешков). (Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).

Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской медицинской академии и Кыргызской государственной академии по физической культуре и спорта	
Описание игры: Для среднего и старшего возраста.	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 20-30 человек; место - спортивный зал, площадка, двор. Инвентарь - камушки размером 10х7см. Первый игрок ставит свою бабку на расстоянии 20м от линии броска. Второй игрок ставит бабку на 1,5 м ближе, чем бабка первого, но и линия его броска отмечается на 1,5 и ближе, чем линия броска первого. Третий, четвертый и пятый игроки ставят свои бабки на 1,5и ближе ( третий от второго, четвертый от третьего, пятый от четвертого), вынося на столько же и свои линии броска. В результате расстояние от линии броска каждого игрока до его бабки составляет 20м. Право первого удара получает команда, представитель которой первым попадает битой в бабку, поставленную на 20 метровой отметке.</p> <p><b>Содержание игры:</b> в порядке очередности игроки производят удары битой по своим бабкам. При попадании получают 5 очков. Биты и попавших, и промахнувшихся остаются на месте падения. Все промахнувшиеся издали и в том же порядке бьют по бабке, не поднимая биты с земли, пружинистым ударом любого пальца руки( отводить или пружинить палец помогает другая рука). При попадании игрок получает 1 очко. В случае промаха игрок лишается права удара в этом кругу (потеря хода). После того, как игроки, не использовавшие свои вторые удары, опять промахнутся, на помощь приходит игрок, который попал в свою бабку еще при ударе издали ( на 20м). Он выбивает оставшиеся бабки своих партнеров. Бить он может, пока не промахнется. Если же промахнется, его сменяет следующий игрок, не потерявший право на удар. После первой команды с этих же линий, в таком же порядке приступает к игре вторая команда.</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ударное движение битой по « бабке» , левой и правой рукой.</li> <li>2. Попадание игрока камушком в «бабку».</li> </ol> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Если бита, направленная в « бабку», на своем пути задела любую из лежащих бит, то попадание в « бабку» не засчитывается.</li> <li>2. Если у 2-х партнеров биты лежат на одинаковом расстоянии от « бабки», первым бьет тот, кто раньше бросал свою бабку в кон.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> побеждает команда , первая набравшая обусловленное количество очков ( 30 -40)</p>
Организаторы	под руководством руководителя или опытных игроков
Стратегия игры	умение разрабатывать стратегию и тактику нападения и защиты
Этнические	уважать достоинство соперника, уметь достойно проиграть



<i>принципы</i>	
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	меткость, развивает мышцы рук, координацию движений, ациклическим видам
<i>Развитие сознания.</i>	развитие сознательного отношения при соблюдении правил во время игры; соперничество между игроками
<i>Социальные навыки</i>	умение работать в команде
<i>Этические нормы</i>	соблюдать очередность и технику безопасности
<i>Креативность</i>	уметь наносить удар битой по мячу
<i>Воспитательный момент</i>	целеустремленность, выдержка, самостоятельность
<b>15. Название игры</b>	<b>Чакан таш ( жонглирование камешками). (Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской медицинской академии и Кыргызской государственной академии по физической культуры и спорта	
<i>Описание игры: Для среднего и старшего возраста.</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 10-12 человек, место проведения - площадка, спортивный зал. Инвентарь - камешки. Участники, взяв в руки 2-3 камешка, свободно располагаются на площадке.</p> <p><b>Содержание игры:</b> играющие подбрасывают и ловят камешки, жонглируя ими. Выигрывает тот, кто не допустит ошибки при подбрасывании и ловле камешков.</p> <p>Существуют и другие варианты игры - подбрасывание камчы ( жонглирование руками от нагаек); баш кийм ойномой ( жонглирование головным убором).</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Подбрасывание и ловля камешка.</li> <li>2. Правильная работа кисти рук и пальце, при ловле.</li> </ol> <p>Обучать этническим принципам действий: Соблюдать очередность с уважением к сопернику.</p> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя выполнять сразу всем.</li> <li>2. Строго по очереди.</li> <li>3. Одинаковый инвентарь.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> выигрывает тот, кто больше всех наберет очки за качественное выполнение жонглирования.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством руководителя или опытных игроков
<i>Этнопедагогическое</i>	умение вовремя поймать и подбросить инвентарь

<i>представление цели</i>	
<i>Связь с традициями и обрядами</i>	уметь бережно относиться к природе, полезным ископаемым
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, меткость, развивает мышцы рук, координацию движений
<i>Развитие сознания.</i>	развитие сознательного отношения при соблюдении правил во время игры, соперничество между игроками
<i>Социальные навыки</i>	умение работать в команде
<i>Воспитательный момент</i>	целеустремленность, выдержка, самостоятельность
<b>16. Название игры</b>	<b>Чакмак таш ( постукивание камешками). (Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры: Для среднего и старшего возраста.</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество игроков - 15-20; место проведения – спортивная площадка,; инвентарь - камешки, платочки. Выбирается водящий, отмечается круг диаметром 7-9 метров. Игроки, разделившись на две команды, располагаются вокруг круга. По договоренности от каждой команды выходят по одному игроку и по жребию одному из них завязывают глаза платком, а другому дают 2 камня; его отводят от первого на расстояние в 3-4 м.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игрок с камнем, делая остановки, несколько раз ударяет камнем о камень. После этого игрок с завязанными глазами старается найти его в течении обусловленного времени. Если ему это удастся, он получает выигрышное очко. Если нет, выигрышное очко дается его партнеру. Затем в круг выходят следующие игроки.</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Подбрасывание и ловля камешка.</li> <li>2.Правильная работа кисти рук и пальцев при ловле.</li> </ol> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя выполнять сразу всем.</li> <li>2. Строго по очереди.</li> <li>3. Одинаковый инвентарь.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> По наибольшему количеству набранных очков определяется команда – победительница.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством руководителя или опытных игроков



<i>Стратегия игры</i>	уметь разработать и рассчитать силы при ударе камешков
<i>Этнические принципы</i>	соблюдать очередность, относиться с уважением к сопернику
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, развивает мышцы рук, координацию движений
<i>Развитие сознания.</i>	развитие сознательного отношения при соблюдении правил во время игры
<i>Социальные навыки</i>	умение работать с соперником
<i>Этические нормы</i>	соблюдать очередность, безопасность в процессе проведения игры
<b>17. Название игры</b>	<b>Чоо ( шакал ).(Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
<i>Исследователь</i>	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры: Для среднего и старшего возраста.</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количеств играющих - 30-40 играющих; место – площадка, спортивный зал. Игроки делятся на команды « шакалов» ( «чоо»), « кой» ( овец), пастухов («койчу»),» мергенчи» (охотников) и « детей (балдар). Затем выбирается игрок, который выполняет роль « отца» («Ата).</p> <p><b>Содержание игры:</b> «отец» занимается хозяйством. В это время около дома появляется «шакал», который одет в вывернутый в изнанку тулуп и к голове привязаны сложные вдвое тибетейки, обозначающие уши. Увидев «шакала», « пастухи» разбегаются в разные стороны; за ними разбегаются и «овцы».» Шакал старается поймать «овец». Другой «шакал» старается поймать детей, которые также убегают к « ата» и говорят , что « шакалы» напали на них и на «овец». « Ата», в свою очередь, бежит за « охотниками» и просит переловить « шакалов». «Охотники» гонятся за « шакалами», загоняют их в западню, обозначенную сложенной одеждой. Затем они меняются ролями и т.д. Игра заканчивается тогда, когда будут переловлены все «шакалы».</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Бег и увертывание от соперника.</li> <li>2. Во время увернуть от соперника.</li> </ol> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Кроме « пастухов» никому нельзя давать сигнал о появлении « шакалов», « пастухам» и « овцам» - разбежаться за территорию площадки.</li> <li>2. Пойманным игрокам не сопротивляться.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> победителем считается тот, кто поймает всех шакалов</p>

<i>Организаторы</i>	под руководством руководителя или опытных игроков
<i>Стратегия игры</i>	соблюдение тактики нападения и защиты
<i>Этнические принципы</i>	обращение к старшим по возрасту уважением
<i>Связь с традициями и обрядами</i>	уважительное отношение к старшим товарищам, отличать хищных животных, вовремя подать сигнал о беде
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	быстрота реакции, развивает мышцы рук, ног. координацию движений
<i>Развитие сознания.</i>	развитие сознательного отношения при соблюдении правил во время игры
<i>Социальные навыки</i>	умение работать с соперником
<i>Этические нормы</i>	уважение к старшим по возрасту
<i>Креативность.</i>	увернуться ловко и быстро от хищника
<i>Воспитательный момент</i>	целеустремленность, выдержка, воля к победе
<b>18. Название игры</b>	<b>Чыбык ат( Игра в лошадки ).(Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н.,профессор Анаркулов Х.Ф.
<i>Исследователь</i>	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры: Для младшего и среднего возраста.</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 20-30 учеников; место проведения - спортивная площадка, спортивный зал.</p> <p>Инвентарь – ветки длиной примерно в 1,5-2 метра. Выбирается водящий; остальные игроки, взяв в руки ветки, делятся на две команды и становятся в одну линию в 4-5 метров друг от друга в колонну. Отмечается дистанция длиной в 30-40 м.с линиями старта и финиша. Направляющие выходят на линию старта; ветки, придерживаемые одной рукой за конец, пропускаются между ног ( на них как бы садятся верхом).</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки, восклицая «ЧУ!», поочередно скачут верхом по дистанции. Команда, пробежавшая быстрее других, считается победительницей. Игра может повторяться 2-3 раза.</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Скачок попеременный правой и левой ногой.</li> <li>2. Подпрыгивание и подскок ногой левой и правой.</li> </ol> <p>Обучать этническим правилам игры: Соблюдать технику безопасности. Уважать достоинство соперника.</p>



	<p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Начинать строго по команде руководителя игры.</li> <li>2. Нельзя приближаться к партнеру по команде.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> команда, прибежавшая первой и быстрее других, считается победительницей.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством руководителя или опытных игроков
<i>Стратегия игры</i>	выявление активных лидеров
<i>Этнические принципы</i>	бережное отношение к животным, сноровка
<i>Связь с традициями и обрядами</i>	навыки при обучении сноровке лошади; умение обращаться с лошадыю
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, быстрота, прыгучесть, развивает мышцы рук, ног, координацию движений
<i>Развитие сознания.</i>	развитие сознательного отношения при соблюдении правил во время игры
<i>Социальные навыки</i>	умение работать с соперником
<i>Этические нормы</i>	понимать ценность и бережное отношение к животным
<i>креативность</i>	управление уздой, выработка красоты и сноровки
<i>Воспитательный момент</i>	выдержка, целеустремленность, самосознание
<b>19. Название игры</b>	<b>Чыгырык менен дөңгөлөөктү дөңгөлөтүү (катание колеса).(Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
<i>Исследователь</i>	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры: Для младшего и среднего возраста.</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 10-20 человек; место проведения - спортивная площадка; инвентарь –колеса, проволока, веревка. Выбирается водящий, остальные игроки, взяв проволоку длиной 50-80см, делают для себя приспособления, изгибая один конец проволоки для подталкивания колеса, другой – для ручки, Затем они делятся на две команды и становятся в одну линию в 3-4 метрах друг от друга в колонну. Отмечается дистанция длиной 30-40 метров с линией старта и финиша. Затем направляющие игроки выходят на линию старта, придерживая одной рукой колесо, а другой – проволоку.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки поочередно начинают катить колеса по дистанции. Играют несколько раз. Игра может повториться до обусловленного количества раз.</p>

	<p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Навыки ведения кольца по прямой в процессе бега.</li> <li>2. Научиться держать проволоку и вести кольцо в нужном направлении..</li> </ol> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Нельзя направляющим игрокам начинать передвигаться раньше команды водящего.</li> <li>2.Двигаться остальным, пока не пересек линию финиша предыдущей игрок, мешать друг другу, финишировать, не пройдя всю дистанцию.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> победительницей считается команда, которая пройдет дистанцию первой большее число раз.</p>
Организаторы	под руководством руководителя или опытных игроков
Стратегия игры	умение рассчитать скорость и управлять колесом
Этнические принципы	навыки и умение быстро выполнять ведение колеса, навыки обращаться с колесом
Развитие физических качеств и состав движений	скоростно-силовой, ловкость, быстрота реакции на движущий объект, прыгучесть, развивает мышцы рук, ног, координацию движений
Развитие сознания.	соблюдение технику безопасности; развитие сознательного отношения при соблюдении правил во время игры
Социальные навыки	умение работать в команде
Этические нормы	умение самостоятельно готовить инвентарь, соблюдать технику безопасности
Креативность	умение ловко и расчетливо управлять колесом
Воспитательный момент	целеустремленность, решительность, взаимопомощь, выдержка
<b>20. Название игры</b>	<b>Чолок тоок (хромая курица).(Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры: Для младшего и среднего возраста.	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих -10-20 человек; место проведения – площадка, поле, спортивный зал. Выбирается водящий, остальные игроки, разделившись на 2 команды, располагаются в перенги друг от друга на расстоянии 2-3 м. Отмечается дистанция 20-25м с отметками старта и финиша. Направляющие игроки, взяв правой рукой стопу правой ноги, левой рукой обхватывают за спиной локоть правой руки и становятся у линии старта.</p> <p><b>Содержание игры:</b> По команде водящего игроки прыжками на левой ноге передвигаются по дистанции, и как только</p>



	<p>пересекают финишную линию, следующие игроки начинают передвижение по дистанции. Игру можно повторять несколько раз.</p> <p><b>Игровая единица:</b> подскок на левой и правой ноге.</p> <p>Обучать этническим правилам действий: умение управлять собой в безвыходной ситуации</p> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Нельзя начинать передвижение раньше времени.</li> <li>2.Без захвата рукой стопы ноги передвигаться со строго указанного исходного положения.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> выигрывает команда, первой закончившая передвижение подскоками.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством руководителя или опытных игроков
<i>Стратегия игры</i>	уметь рассчитать скорость передвижения на скаку
<i>Этнические принципы</i>	умение управлять собой в без выходной ситуации
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	скоростно-силовой, ловкость, гибкость тела, прыгучесть, развивает мышцы рук, ног. координацию движений
<i>Развитие сознания.</i>	соблюдение техники безопасности; развитие сознательного отношения при соблюдении правил во время игры
<i>Социальные навыки</i>	умение работать в команде
<i>Этические нормы</i>	бережное отношение к животным
<i>Креативность.</i>	самообладание, умение ловко и быстро передвигаться на скаку, выработка осанки
<i>Воспитательный момент</i>	взаимопомощь, взаимовыручка, целеустремленность, решительность, воля к победе
<b>21. Название игры</b>	<b>Аңкилдек(Метание палки).(Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры: Для и среднего и старшего возраста.</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих -10-20 человек; место проведения – площадка, поле спортивный зал.</p> <p>Инвентарь – палка длиной в 1метр. Участники делятся на несколько команд в зависимости от количества участников.</p> <p>Становятся параллельно друг другу на расстоянии 4-6 м. В каждой команде число членов не должно превышать 6 человек.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде судьи направляют участники каждой команда берут палки, выходят на линию метания, которая находится в 4-6 м.от команд и выполняют метание с места, так, чтобы палка, ударяясь о землю то одним, то другим концом, каждый раз подскакивая, двигалась вперед, делая кольцообразный пережат. После этого</p>

	<p>участник идет в поле и, соблюдая технику безопасности, приносит палку и к месту метания. Становится в колонну за последним участником. Как личные, так и командные победители определяются по наибольшему количеству переворотов палок после каждого раза и серии метания.</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ударное движение кисти рук.</li> <li>2. Круговые движения рук.</li> </ol> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя начинать метание раньше времени.</li> <li>2. Соблюдать дистанцию указанную руководителем игры.</li> <li>3. Подбирать палку после команды можно.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> выигрывает команда, первой закончившая метание палками и направляющий встанет первым в своей колонне.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством руководителя или опытных игроков
<i>Стратегия игры</i>	выявление самых сильных и ловких
<i>Этнические принципы</i>	навыки использования орудия труда и снаровка
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает силу кисти рук, глазомер; скоростно-силовой, ловкость, гибкость тела, прыгучесть, развивает мышцы рук, ног, координацию движений
<i>Развитие сознания.</i>	соблюдение техники безопасности; развитие сознательного отношения при соблюдении правил во время игры
<i>Социальные навыки</i>	умение работать в команде
<i>Этические нормы</i>	уважительное отношение к сопернику, уважать достоинство каждого игрока
<i>Креативность</i>	умение правильно и точно выполнить метание палки; соблюдение безопасности во время игры
<i>Воспитательный момент</i>	взаимопомощь, взаимовыручка, целеустремленность, решительность, воля к победе
<b>22. Название игры</b>	<b>Ара жана балта (Топор и пила).(Анаркулов Х,Ф.-1993 г. авторы).</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.: 2003-205с.
<i>Носитель знания</i>	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
<i>Исследователь</i>	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры:</i>	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 15-20. Место проведения - спортивная площадка, спортивный зал.
<i>Для среднего и</i>	<b>Содержание игры:</b> выбирается водящий, остальные игроки становятся в полукруг лицом к нему в 3-4 метрах; водящий



старшего возраста.	<p>объясняет условия игры. По команде водящего участники одновременно начинают выполнять одной рукой, будто в ней пила, и другой – как с топором. Участники, не сумевшие выполнить имитационные движения, выбывают из игры.</p> <p><b>Игровая единица:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ударное движение кисти рук.</li> <li>2. Движения рук вперед назад, как бы придерживая пилу.</li> </ol> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя начинать имитацию раньше времени.</li> <li>2. Соблюдать дистанцию, указанную руководителем игры.</li> <li>3. Соблюдать технику безопасности.</li> <li>4. Подбирать палку после команды можно.</li> </ol> <p><b>Подведение итогов игры:</b> выигрывает тот, кто быстро и правильно выполнит имитацию пилы или топора.</p>
Организаторы	под руководством руководителя или опытных игроков
Стратегия игры	уметь создать силовое движение орудия труда
Этнические принципы	навыки использования орудия труда и сноровка
Развитие физических качеств и состав движений	развивает силу кисти рук; скоростно-силовой состав движений, ловкость, гибкость тела, прыгучесть, развивает мышцы рук, ног, координацию движений
Развитие сознания.	соблюдение техники безопасности; развитие сознательного отношения при соблюдении правил во время игры
Социальные навыки	умение правильно противостоять сопернику
Этические нормы	бережное и правильное отношение к орудию труда
Креативность	умение выполнять имитационные движения орудия труда
Воспитательный момент	взаимопомощь, взаимовыручка, целеустремленность, решительность, воля к победе
<b>23. Название игры</b>	<b>«Арыктан секирип отүү» (прыжки через арык)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения Б.:
Носитель знания	д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф.
Исследователь	и.о.доцента Арыкова Ч.Н.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 20-40; место - площадка, поле, стадион, зал; условный «арык». Участники делятся на две - четыре группы, каждая из которых выстраивается в шеренгу по одному. Все шеренги становятся</p>

	<p>параллельно одна другой на расстоянии 2-3 метра от арыка.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде ведущего игроки команд с разбега начинают выполнять прыжки через арык. Длина прыжков может быть увеличена путем расширения «арыка»(ямы). Участник, выполняющий прыжок, возвращается и становится в строй, ждет свою очередь для повторного прыжка. Победитель определяется по наибольшему количеству игроков, успешно преодолевших препятствие.</p> <p><b>Игровая единица:</b> прыжок через препятствие, отталкивание и приземление</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать прыгать без команды, неудачно выполнившим прыжок не разрешается выполнять его повторно.</p> <p><b>Методические указания:</b> ширина арыка или ямы должна быть посильной для участников. Место разгона, толчка и приземления должны быть мягкими</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника или руководителя
<i>Стратегия игры</i>	выявление активных, лидеров
<i>Этнические принципы</i>	умение и навыки хорошо владеть своим телом, бережное отношение к окружающей природе
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений, силу, скорость; развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красота движений при выполнении прыжка, развивает мышцы ног
<i>Развитие сознания</i>	сообразительность, быстрота принятия решений
<i>Социальные навыки</i>	взаимодействие с окружающей природой, с окружающей средой, навык управлять волей
<i>Этические нормы</i>	понимание ценности природы, а так же любовь к природе, дисциплина
<i>Креативность</i>	выработка красоты осанки и движения
<i>Воспитательный момент</i>	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь
<b>24. Название игры</b>	<b>«Аттамай» (прыжки в длину)</b>
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 20-40; место - площадка, поле, стадион, зал; условный «овраг». Участники делятся на две - четыре группы, каждая из которых выстраивается в шеренгу по одному. Все шеренги ставятся параллельно одна другой на расстоянии 2-3 метра от инвентаря.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участники становятся в шеренги. Один из них, сняв с себя пояс, кладет на землю для обозначения места для отталкивания для прыжка.</p> <p><b>Описание игры:</b> участники по очереди начинают с разбега, отталкиваясь одной ногой и приземляясь на другую, прыгать способом перешагивания. После прыжка на месте приземления участник кладет свой пояс параллельно поясу, лежащему на месте отталкивания. Выигрывает тот, кто смог дальше всех прыгнуть.</p> <p><b>Игровая единица:</b> разбег, отталкивание, прыжок через арык, приземление</p>



	<p><b>Правила игры:</b> нельзя наступать на пояс, лежащий на месте отталкивания</p> <p><b>Методические указания:</b> ширина места для прыжка или ямы должна быть посильной для участников; место разгона, толчка и приземления должны быть мягкими</p>
Организаторы	под руководством опытного участника или руководителя
Стратегия игры	выявление активных, лидеров
Этнические принципы	умение и навыки хорошо владеть своим телом, бережное отношение к окружающей природе
Развитие физических качеств и состав движений	развивает координацию движений, силу, скорость; развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красоту движений при выполнении прыжка, развивает мышцы ног.
Развитие сознания	сообразительность, быстрота принятия решений
Социальные навыки	взаимодействие с окружающей природой, с окружающей средой, навык управлять волей
Этические нормы	понимание ценности вещей, а так же любовь к природе, дисциплина
Креативность	выработка красоты осанки и движения
Воспитательный момент	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь
<b>25. Название игры</b>	<b>«Таяк менен узундука секирүү» (прыжки в длину с палкой)</b>
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 20-40; место - площадка, поле, стадион, зал; условный «овраг». Участники делятся на две - четыре группы, каждая из которых выстраивается в шеренгу по одному. Все шеренги ставятся параллельно одна другой на расстоянии 2-3 метра от инвентаря.</p> <p><b>Содержание игры:</b> участники становятся в шеренги. Один из них, сняв с себя пояс, кладет на землю для обозначения места для отталкивания для прыжка. Участники по очереди начинают с разбега, отталкиваясь одной ногой и приземляясь на другую, прыгать способом перешагивания. После прыжка на месте приземления участник кладет свой пояс параллельно поясу, лежащему на месте отталкивания. Выигрывает тот, кто смог дальше всех прыгнуть.</p> <p><b>Игровая единица:</b> разбег, отталкивание, прыжок, приземление</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя наступать на пояс, лежащий на месте отталкивания</p> <p><b>Методические указания:</b> ширина места для прыжка или ямы должна быть посильной для участников; место разгона, толчка и приземления должны быть мягкими</p>
Организаторы	под руководством опытного участника или руководителя
Стратегия игры	выявление активных, лидеров
Этнические принципы	умение и навыки хорошо владеть своим телом, бережное отношение к окружающей природе
Развитие физических качеств и состав движений	развивает координацию движений, силу, скорость; развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красоту движений при выполнении прыжка, развивает мышцы ног

<i>Развитие сознания</i>	сообразительность, быстрота принятия решений
<i>Социальные навыки</i>	взаимодействие с окружающей природой, с окружающей средой, навык управлять волей
<i>Этические нормы</i>	понимание ценности вещей, а так же любовь к природе, дисциплина
<i>Креативность</i>	выработка красоты осанки и движения
<i>Воспитательный момент</i>	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь
<b>26. Название игры</b>	<b>«Донгэ жүгүрүп чыгуу» ( бег в гору)</b>
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 20-40; место - площадка, холмистая местность поле, стадион. Участники ложатся лицом к подъему. Договариваются о том. кто будет подавать команды о начале выполнения упражнения.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде участники передвигаются ползком вверх</p> <p><b>Игровая единица:</b> восхождение на гору с разбега, спуск с возвышенной местности</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя отрывать тело от земли при передвижении, мешать друг другу</p> <p><b>Методические указания:</b> обязательно нужно подготовить место с подъемом, очищенное от камней и травы</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника или руководителя
<i>Стратегия игры</i>	выявление активных, лидеров
<i>Этнические принципы</i>	умение и навыки хорошо владеть своим телом, бережное отношение к окружающей природе
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений, силу, скорость; развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красоту движений при выполнении прыжка, развивает мышцы ног
<i>Развитие сознания</i>	сообразительность, быстрота принятия решений
<i>Социальные навыки</i>	взаимодействие с окружающей природой, с окружающей средой, навык управлять силой воли
<i>Этические нормы</i>	понимание ценности любви к природе, дисциплина
<i>Креативность</i>	выработка красоты осанки и движения
<i>Воспитательный момент</i>	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь и самообладание
<b>27. Название игры</b>	<b>«Тизилип туруп күрөшмөй» ( борьба на коленях)</b>
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 8-16; место - площадка, спортивный зал. Выбирают водящего, остальные игроки, разделившись на две команды, свободно располагаются по площадке и завязывают друг друга за пояс.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки в борьбе стараются положить соперника на спину. Игра может повторяться 2-5 раз. Выигрывает команда. одержавшая наибольшее количество побед.</p> <p><b>Игровая единица:</b> выполнение приема захвата и сваливания на спину</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя опускать захваты, вставать на ноги</p>



	<b>Методические указания:</b> обязательно нужно подготовить места с очерченной линией или границей
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника или руководителя
<i>Стратегия игры</i>	выявление активных, лидеров
<i>Этнические принципы</i>	умение и навыки хорошо владеть своим телом
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений, силу, скорость; развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красоту движений при выполнении прыжка, развивает мышцы ног
<i>Развитие сознания</i>	сообразительность, быстрота принятия решений, целеустремленность
<i>Социальные навыки</i>	взаимодействие с окружающей природой, с окружающей средой; навык управлять силой воли
<i>Этические нормы</i>	уважать достоинства соперника
<i>Креативность</i>	выработка красоты осанки и движения
<i>Воспитательный момент</i>	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь и самообладание
<b>28. Название игры</b>	<b>«Жап бермей же тирилтмей» (осаливание)</b>
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 8-16; место - площадка, спортивный зал. Выбирают водящего, остальные игроки делятся на две равные команды.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки одной команды начинают ловить (осаливать) игроков другой команды в обусловленное время, затем меняются ролями</p> <p><b>Подведение итогов игры:</b> побеждает команда, сумевшая поймать наибольшее количество игроков</p> <p><b>Игровая единица:</b> увернуть на бегу от бегущего соперника</p> <p><b>Правила игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Убегающим игрокам нельзя выходить за черту площадки.</li> <li>2. Пойманным игрокам нельзя двигаться с места «осаливания», пока кто-нибудь из игроков своей команды снова «не осалит», т.е. «оживит»</li> </ol> <p><b>Методические указания:</b> для игры выбирается ровная площадка; в игре могут принимать участие учащиеся обоих полов</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника или руководителя
<i>Стратегия игры</i>	выявление активных, лидеров
<i>Этнические принципы</i>	умение хорошо владеть навыками и умением быстро бегать
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений, гибкость, скорость; развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красоту движений при выполнении прыжка, развивает мышцы ног
<i>Развитие сознания</i>	сообразительность, быстрота принятия решений, целеустремленность
<i>Социальные навыки</i>	взаимодействие с окружающей природой, с окружающей средой, навык управлять силой воли

Этические нормы	уважать достоинства соперника
Креативность	выработка красоты осанки и движения
Воспитательный момент	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь и самообладание

Альчиковые игры		Джаманкулов К.Д.
1.Название игры	Упай	
Источник знания	Физкультура жана спорт: Энциклопедия. Бишкек, 2002.194-195ст.	
Носитель знания	к.п.н. профессор Саралаев.М.К.	
Исследователь	и.о. доцента Джамангулов. К.	
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта		
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество игроков - от одного до пяти, возраст не ограничивается. Место проведения -площадка, застеленная кошмой или в домашних условиях на ковре, шырдаке. Инвентарь - отборные альчики барана. Количество альчиков - 10 басым. В каждом басыме по три альчика и 1 альчик, покрашенный в красный свет, который выполняет роль “хана”. Всего 31альчика. Жребий проводится чиканием “хана” . У кого первый стант ”айкур” или” таа” , тот игрок получает право начинать игру, очередность остальных игроков также определяется чиканием.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки садятся в круг, не мешая друг другу. “Уй-мүйүз”, начинающий игрок, соединив ладони рук, набирает альчики, при этом другие игроки могут помочь. После чего игрок бросает альчики так, чтобы альчики располагались друг от друга недалеко. Первоначально удар осуществляется по “хану” с учетом того, в каком положении он находится (бок, чик, айкур или таа) другим альчиком такого же положения. Удар осуществляется кончиком указательного пальца внутренней и наружной части. При попадании игра продолжается. Игрок, набравший пять басымов (15альчиков) или более, имеет право оставить” хана” у себя. Если игрок не смог выбить 5 басымов и получил “жыдыкей” , то все альчики и “хан” возвращаются. Так же при непопадании игру продолжит следующий игрок. Игра продолжается до последнего басыма.</p> <p><b>Игровая единица:</b> удар указательным пальцем правой или левой руки по альчику так, чтобы первый альчик вызвал удар второго альчика.</p> <p><b>Правила игры:</b> игра начинается после определения очередности, удары осуществляются по одинаковому положению альчиков(чик-чиком, бок-боком, таа-таа, айкур-айкуром). Если альчики принимают положение “онко” , “ тонко” или “жанты”, то эти альчики чикаются, после принятия других положений альчик ставится на то место, где он лежал. После попадания альчика ударенный альчик забирается аккуратно, чтобы пальцы рук не касались других альчиков, при касании</p>	



	<p>объявляется “жыдыкей”. Выигранные альчики собираются до одного басыма в той руке, которая выполняет удары. При непопадании в другой альчик тоже объявляется “жыдыкей”. В этих случаях игра переходит следующему игроку. В ряде источников альчик, с которой выполняется удар, называется “ок” (пуля), а альчик по которому бьют – “кийик” (дичь). Игрокам при выполнении ударов не разрешается передвигаться с места, дальние альчики можно бить вытянутой рукой. Победитель тот, у кого большее количество “басымов” или все альчики. Игроки, в процессе игры не набравшие одного “басыма”, выходят из игры. В ходе игры, если все альчики не выиграны одним игроком, то игра продолжается заново. В кон альчики ставятся с учетом того, у кого самое минимальное число ” басымов” . Если у одного игрока два басыма, то другие игроки тоже ставят в кон по два “басыма” и “хана” В этом случае игру начинает тот игрок, кто добавил “хан”.</p> <p><b>Методические указания:</b> игровая площадка должна быть из ковролина или шырдака. Альчики должны быть одинаковой формы (бараньи, хан должен быть красного цвета).</p>
<i>Организаторы</i>	тренер, учитель физкультуры или родители.
<i>Стратегия игры</i>	прививать детям последовательность удара альчиков, чтобы после удара альчик “ок” принял необходимое положение для выполнения следующего удара. Стремиться выиграть больше количество басымов(альчиков).
<i>Этнические принципы</i>	честность в игре, уважать партнеров независимо от возраста, не создавать помехи играющему.
<i>Развитие физических качеств.</i>	развитие ловкости и гибкости пальцев рук, координация движения и силы мышц .
<i>Развитие сознания.</i>	активизируется мышление, гибкость ума, а также координация сознательного движения; умение принять правильное решение, тактические действия в игре.
<i>Социальные навыки</i>	уважение старших и партнеров, овладение навыками равноправного действия в игре.
<i>Этнические нормы</i>	традиция предков; правовое воспитание.
<i>Воспитательный момент</i>	дисциплинированность, активность, решительность, честность.
<b>2. Название игры</b>	<b>Айкур</b>
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> игра проводится среди детей среднего и старшего возраста (10-15 лет). Количество игроков - от одного до пяти. Игра индивидуальная. Каждый игрок должен иметь не менее 5-10 альчиков и одного “сака” (альчик с объемом чуть больше и удобный для захвата). Чаще всего “сака” выбираются из альчиков кочкора, горного барана, козла и элика. Место проведения игры - ровная грунтовая площадка размером 10х10 метров. Для проведения игры чертятся две параллельные линии длиной 1 метр, расстояние между ними 4-5 метров.</p> <p><b>Содержание игры:</b> на первую линию (кону) каждый игрок ставит по одному альчику. Если в игре участвуют два игрока, то альчики ставятся на линию. Один в положение “айкур”, другой в положение “таа”, при участии трех игроков альчики ставятся треугольником, двое на линии в положение “айкур”, третий на середину, отступая от линии на 10-15 см. в сторону второй линии в положение “таа”. При участии четырех игроков четвертый альчик ставится в положение “таа” на</p>

	<p>противоположные стороны линии( виде ромбика). Когда пять игроков - пятый альчик ставится на линию в середине четырех альчиков в положение “айкур”. В случае, если все альчики ставятся в положение “айкур” или “таа”, то наблюдающий или проходящий человек может быстро собрать все альчики и сказать в слух “чурум”. Когда объявлен чурум, то игроки подходят к этому человеку и каждый, показывая свои альчики, называет одно положение, после чего этот человек чикает альчик, если альчик принимает то положение, альчик возвращается, в другом случае он альчик оставляет себе. Начало игры определяется чиканием “сака”, у кого первый станет “айкур” или “таа” получает право начинать игру. Очередность остальных игроков определяется таким же образом. Начинаящий игрок наступая на вторую линию выполняет удар “сакой” по кону, при попадании сака или если альчик принимает положение “бок” и” чик”, то альчик считается выигранным. В случае принятия одинакового положения альчик остается на том месте, где он остановился. Если после попадания “сака” по альчику он принимает положение “айкур”, то все альчики считаются выигранными, игру начинают заново. В случае непопадания всех игроков игра продолжится , право первого удара предоставляется тому игроку, у кого “сака” расположен дальше от альчиков, очередность остальных игроков определяется так же. В процессе игры любой игрок может отказаться от игры и выйти, так же войти в игру при желании. В ходе игры каждый игрок имеет право выполнять по одному разу “алып-урмай”. Это выполняется в процессе игры, когда “сака”, попадая по альчику, принимает одинаковое положение “бок” -“бок”. Следующий игрок, стоя около своего “сака”, делает шаг вперед другой ногой и достает альчик. Попавший первым игрок, возвращаясь в исходное положение, берет “сака” и выполняет удар по альчику. Если “сака” попал и альчик по отношению к третьему альчику принимает положение бок-чик, то игра считается выигрышной и игрок продолжит игру.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точное попадание по альчикам, принятие”сака” и альчиками разного положения - бок-чик или “сака”-“айкур”.</p> <p><b>Правила игры:</b> если при попадании “сакой” по альчику тот принимает положение” бок” и” чик”,то этот альчик считается выигранным и игрок забирает этот альчик. Если при попадании “ сака” в альчик он станет “айкур”, то этот игрок забирает все выставленные альчики на кону и игра начинается заново. Игрокам в ходе игры разрешается по одному разу “алып урмай”. Если при попадании сака и альчик принимают одинаковое положение или сака станет “таа”, то объявляется “жыды”. Игру продолжит следующий игрок. Игра продолжится до проигрыша альчиков или по назначенному времени.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной; расстояние от кона до линии удара не менее 3 метров</p>
<i>Организаторы</i>	тренер, учитель физкультуры или самостоятельно.
<i>Стратегия игры</i>	прививает детям точность удара по альчикам, стремиться выиграть большее количество альчиков.
<i>Этнические принципы</i>	строго соблюдать правила игры; уважительно относиться друг другу, не обманывать партнера в игре.
<i>Развитие физических качеств</i>	развитие ловкости и точности удара, координации движения, силы мышц ног и рук.
<i>Развитие сознания.</i>	умение принимать правильное решение, дисциплинированность, тактическое мышление.



Социальные навыки	уважение старших и партнеров, овладение навыками равноправного действия в игре.
Этнические нормы	традиция предков, правовое воспитание. Соодада достук жок, ойунда кастык жок (В торговле нет друзей, в игре нет врагов).
Воспитательный момент	дисциплинированность, активность и решительность, честность, равноправие .
<b>3. Название игры</b>	<b>Үч тапан.</b>
Источник знания	Өспүрүмдөр оюндары. г. Бишкек. 1991г. 58ст.
Носитель знания	Токторбаев С.
Исследователь	И.о.доцента Джамангулов.К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта.	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество игроков - от одного до пяти, возраст - от 10 до 15 лет. Иногда возраст не ограничивается, место проведения - ровная грунтовая площадка размером 5-10 метров, инвентарь - альчики. На середине площадки чертится линия длиной одного метра. Игроки должны иметь при себе не менее 5-10 альчиков и “сака”, желательнее крупнее и тяжелее, чем альчики. Кто выполняет удары правой рукой, у того “сака” должна быть правосторонней. Игрокам-левшам рекомендуются левосторонние “сака” .</p> <p><b>Содержание игр:</b> каждый игрок на линию ставит по одному альчику в положении “таа” и “айкур” . Последовательность играющих определяется чиканием “сака”, у кого первый станет “айкур” или “таа” тот начинает игру, очередность остальных игроков определяется тем же способом. Начинаящий игрок чикает свою “сака” на расстоянии от альчиков 1-2 метров, если станет “айкур” или “таа”, то имеет право бить по альчикам. Если при ударе выбивается альчик на расстоянии более трех “тапанов” (ступней), то этот альчик считается выигранным и игрок забирает его себе. Игра продолжится до тех пор, пока игрок не попадет по альчикам. Если выбитый альчик находится от линии менее трех ступеней, в этих случаях в игру вступает следующий игрок по жребию . В ходе игры разрешается выбивать ближлежащий “сака” игроков, в случае, если “сака” противника улетит больше трех ступеней, то этот игрок выходит из игры до следующей игры, выигранные альчики игрока передается тому, кто выбил “сака”. Игра продолжается до проигрыша альчиков или до определенного времени. Проигравший выходит из игры. Победителем игры является тот, кто выиграл больше альчиков.</p> <p><b>Игровая единица:</b> выбивание альчика или “сака” более трех ступеней .</p> <p><b>Правила игры:</b> очередность следующей игры определяется по количеству выигранных альчиков в предыдущей игре. Удары по альчикам выполнять с того места, где лежала “сака”. Если после удара по альчику “сака” не попала, но приняла положение “айкур” или “таа”, то игрок может продолжить игру. В процессе игры проигрывающий игрок может подойти ближе одного метра и чикать своего “сака”. Если он станет в положение “айкур” или “таа”, он получает возможность выбить “сака” выигрывающего игрока. В случае удачного удара выигранные альчики забираются.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной; при замере “Үч тапана” необходимо осуществлять, исходя из начального места расположения альчика.</p>
Организаторы	тренер, учитель физкультуры или сами игроки.

<i>Стратегия игры</i>	играть умело, стремится выиграть большее количество альчиков; осуществлять точные и сильные удары.
<i>Этнические принципы</i>	уважать партнеров в игре, уметь достойно проигрывать.
<i>Развитие физических качеств</i>	развитие силы мышц рук, ног, меткость и координация движений.
<i>Развитие сознания.</i>	умственное развитие, сознательное отношение к игре и активизация мышления.
<i>Социальные навыки</i>	уважение партнеров в игре, равноправные отношения(игровая солидарность).
<i>Воспитательный момент</i>	активность в игре, уважение партнеров и честность.
<b>4. Название игры</b>	<b>Үчүм.</b>
Источник знания	Өспүрүмдөр оюндары.г.Бишкек.1991г. 59ст.
Носитель знания	Токторбаев.С.
Исследователь	и.о. доцента Джамангулов. К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта.	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> место проведения игры - ровная площадка, класс или в домашних условиях на шырдаке, паласе. В игре применяются три альчика хорошего качества. В игре принимают участие дети младшего и среднего возраста в количестве от двух до десяти игроков.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки садятся в круг, очередность игры определяется по жребию под руководством учителя или тренера. Начинаящий игрок берет в одну руку все альчики и бросает на пол, если альчики принимают одинаковые положения, то он имеет право приказывать игроку, сидящему в стороне правой руки спеть песни, танцевать или сходить принести предмет. В случае принятия альчиков разного положения игра переходит к следующему игроку, сидящему справа.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умело бросить альчики в одинаковое положение</p> <p><b>Правила игры:</b> игра продолжается слева направо по кругу; если при бросании альчики принимают разное положение, то объявляется “жыды”, игра переходит следующему игроку</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной, застелена кошмой; строго соблюдать очередность игры.</p>
<i>Организаторы</i>	тренер, учитель физкультуры, старшие по дому.
<i>Стратегия игры</i>	прививать детей с младшего возраста к умению обращаться с альчиками; стремится выиграть, умело отдавать приказы, весело проводить время
<i>Этнические принципы</i>	приказы не должны задевать честь игроков; уважительное отношение друг к другу, дисциплинированность
<i>Развитие физических качеств</i>	развивать ловкость рук, гибкость луче-запястного сустава



Развитие сознания	активизируется мышление, гибкость ума, а также координация сознательного мышления; умение принять правильное решение, дисциплинированность
Социальные навыки	уважение старших и партнеров, овладение навыками равноправного действия в игре
Воспитательный момент	дисциплинированность, активность, исполнительность и решительность.
5. Название игры	Таа
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> игра проводится среди детей среднего и старшего возраста (10-15 лет). Количество игроков - от одного до пяти, игра индивидуальная, каждый игрок должен иметь не менее 5-10 альчигов и один "сака" (альчик с объемом чуть больше и удобный для захвата), чаще выбираются альчики кочкора или горного барана. Место проведения игры - ровная грунтовая площадка размером 10x10 метров. Для проведения игры чертятся две параллельные линии длиной 1 метр, расстояние между ними - 4-5 метров.</p> <p><b>Содержание игры:</b> на первую линию каждый игрок ставит по одному альчику. Если в игре участвуют два игрока, то альчики ставятся на линию один в положение "таа", другой в положение "айкур". При участии трех и более игроков, альчики ставятся в один ряд чередуя положение "айкур" "таа". В случае, если все альчики ставятся в положение "айкур" или "таа", то наблюдающий или проходящий человек может быстро собирать все альчики и сказать вслух "чурум". Когда объявлен чурум, то игроки подходят к этому человеку, и каждый, показывая свои альчики, называет одно положение, после чего этот человек чикает альчик. Если альчик станет в то положение, которое было названо, то альчик возвращается, в других случаях альчики оставляют себе. Начало игры определяется чиканием "сака". У кого первым встанет "айкур", тот получает право начинать игру, у кого "таа", - будет вторым, "бок" и "чик" - следующими. Если одинаковое положение, то перекидываются между собой. Начинаящий игрок, наступая на вторую линию, выполняет удар "сакой" по выставленным альчикам. При попадании сака, если альчики принимают положения "бок" и "бок" или "чик" и "чик", то альчик считается выигранным. В случае принятия разного положения альчик остается на том месте, где он остановился. При принятии "сака" положение "таа" все альчики считаются выигранными. Игра начинается заново. В случае непопадания всех игроков игра продолжится с того места, где находятся "сака". Право следующего удара предоставляется тому игроку, у кого "сака" расположена дальше от альчигов, чем у других игроков, очередность остальных игроков определяются так же. В процессе игры любой игрок может отказаться от игры и выйти.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точное попадание по альчикам, принятие "сака" и альчиком одинакового положения или "сака" принял положение "таа".</p> <p><b>Правила игры:</b> если при попадании "сакой" по альчику они принимают положение "бок" и "бок", то альчик считается выигранным и игрок забирает этот альчик. Если, попадая, "сака" принимает положение "таа", то этот игрок забирает все выставленные альчики, игра начинается заново. Если при попадании сака в альчик тот принимает разное положение или сака станет "айкур", то объявляется "жыды". Игру продолжит следующий игрок.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной, расстояние от кона до линии удара - не менее 3 метров.</p>
Организаторы	тренер, учитель физкультуры или самостоятельно.

<i>Стратегия игры</i>	прививать детям с младшего возраста точность удара по альчикам; стремиться выиграть большее количество альчиков; умело ориентироваться в расстоянии до альчика; точность глазомера.
<i>Этнические принципы</i>	строго соблюдать правила игры; уважительное отношение друг другу, не обманывать партнера в игре.
<i>Развитие физических качеств</i>	развитие ловкости и точности удара, координации движения, силы мышц ног и руки.
<i>Развитие сознания.</i>	умение принимать правильное решение, дисциплинированность, тактическое мышление.
<i>Социальные навыки</i>	овладение навыками равноправных действий в игре, уважения партнеров.
<i>Воспитательный момент</i>	дисциплинированность, активность и решительность, честность; уважение старших и партнеров.
<b>6. Название игры</b>	<b>Канымдат.</b>
<i>Источник знания</i>	Физкультура жана спорт: Энциклопедия. Бишкек 2002г.207ст.
<i>Носитель знания</i>	Кадыров Ы.
<i>Исследователь</i>	и.о. доцента Джамангулов.К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта.	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> место проведения - класс, спортзал или в домашних условиях. Возраст участников не ограничивается, от детей младшего возраста до возраста дедушек. Количество игроков - 3 и более. Инвентарь -альчик.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки по очереди чикают альчики. В процессе игры у кого станет “айкүр”, тот игрок принимает роль “хана” (правителя), у кого станет “таа”, он выполняет роль “вазира” (прокурора), игрок альчика, принявшего положение “чик”, попадает в роль “вора”. В этих случаях “вазир” задерживает вора за руку и обращается к “хану” Канымдат! (О правитель), хан спрашивает, с чем пожаловал, тогда “вазир” начинает доказывать вину “вора”. Вору дает возможность оправдаться, если аргументы будут правдивые, то “хан” приказывает отпустить, в случае неправдивости приказывает наказать. Виды наказания - спеть, потанцевать или выполнить физические упражнения, иногда приказывает брать “шап алуу” от одного до пяти (объединив указательные и средний пальцы, выполнить удары в области запястья “вора”). После чего право чикания переходит вору. В процессе игры игроки могут меняться ролями. Продолжительность игры определяется тренером, учителем или организатором игры.</p> <p><b>Игровая единица:</b> принятие социальной роли в зависимости от положения альчика.</p> <p><b>Правила игры:</b> строго соблюдать очередность игры, выполнять удары несильно, не давать задание оскорбительного характера личности; после выполнения задания “хана” игрок, выполняющий роль “вора”, получает право чикать первым.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной и покрыта кошкой или коврином; удар осуществлять не сильно</p>
<i>Организаторы</i>	тренер, учитель физкультуры или родители.
<i>Стратегия игры</i>	прививает детям с младшего возраста честность, справедливость; овладение юридическими навыками, умело выполнять



	роли судьи, прокурора и вора.
<i>Этнические принципы</i>	объективно оценивать ситуацию в игре, не превышать данные полномочия, придерживаться народных традиций.
<i>Развитие физических качеств</i>	развитие ловкости и быстроты.
<i>Развитие сознания.</i>	активизируется мышление, гибкость ума, умение принять правильное решение, дисциплинированность; прививает любовь к труду и четности.
<i>Социальные навыки</i>	уважение старших и партнеров, овладение навыками равноправных действий в игре; чувство сострадания; правильно выполнять полученную роль.
<i>Воспитательный момент</i>	дисциплинированность, активность и решительность; умение правильно оценивать ситуацию; честно выполнять роли судьи, прокурора и вора.
<b>7.Название игры</b>	<b>Сасыдым (протух).</b>
Источник знания	Кыргызские игры и развлечения Бишкек 2004г. 131ст.
Носитель знания	Арстанбек Касен.
Исследователь	и.о. доцента Джамангулов. К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта.	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> в игре принимают участие от 2 до 10 игроков, место проведения - класс, площадка, спортивный зал или в домашних условиях. Каждый игрок должен иметь не менее 10 альчигов. Игроки садятся в круг. Очередность игры определяется чиканием альчика. У кого альчик первым принимает положение “айкүр” или “таа”, тот игрок начинает игру.</p> <p><b>Содержания игры:</b> каждый игрок в середину круга выбрасывает по 2 альчика, начинающий игрок, собирая в ладонь все альчики, подбрасывает их вверх. Если альчики, падая на пол, принимают положение “айкүр” и “чик”, засчитывается выигрыш, если альчики приняли положение “чик” и “бөк”, ход переходит к следующему игроку. В случае, если хоть один из этих альчиков один принимает положение “айкүр” и другой “таа”, то тот, кто первым заметил это, с криком “ойун сасыды” (игра протухла), старается быстро собрать альчики. В сборе альчиков принимают участие все игроки. Набранные альчики игроки оставляют себе.</p> <p><b>Игровая единица:</b> быстрое ориентирование в положение альчиков.</p> <p><b>Правила игры:</b> следующий игрок начинает игру после того, когда каждый игрок положит на середину по два альчика. В ходе игры игроки не должны толкать друг друга, ложно объявлять “ойун сасыды”, подправлять положение альчика руками. Игроки, проигравшие все альчики, выходят из игры. Игра заканчивается по желанию игроков.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной и покрыта кошкой; строго запрещается объявлять ложно “ойун сасыды” (игра протухла).</p>
<i>Организаторы</i>	тренер, учитель физкультуры или родители.
<i>Стратегия игры</i>	прививать у детей с младшего возраста честность, справедливость, быстроту мышления, зрительную реакцию.

<i>Этнические принципы</i>	строго соблюдать правила игры; уважительное отношение друг другу, не обманывать партнера в игре.
<i>Развитие физических качеств</i>	развитие быстроты, ловкости и координации.
<i>Развитие сознания.</i>	активизируется мышление, гибкость ума; умение принять правильное решение, дисциплинированность.
<i>Социальные навыки</i>	уважение старших и партнеров, овладение навыками равноправного действия в игре.
<i>Воспитательный момент</i>	дисциплинированность, активность и решительность.
<b>8. Название игры</b>	<b>Жедирмек</b>
Источник знания	Кыргызские игры и развлечения. Бишкек. 2004г.
Носитель знания	Арстанбек Касен.
Исследователь	и.о. доцента Джамангулов. К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> в игре принимают участие от 2 до 10 игроков, место проведения - класс, площадка или спор-тивный зал, или в домашних условиях. Каждый игрок должен иметь не менее 10 альчи́ков. Игроки садятся в круг. Очередность игры определяется чиканием альчика. У кого альчик первым принимает положение “айкур” или “таа”, тот игрок начинает.</p> <p><b>Содержания игры:</b> каждый игрок в середину круга выбрасывает по 1 альчику, который он должен безошибочно знать или угадывать. Начинаящий игрок собирает в ладонь все альчики и подбрасывает их вверх. Чей альчик, падая на пол, принимает положение “айкур”, то хозяин этого альчика забирает все альчики. Игроки вновь выставляют в кон по одому альчику, игра продолжается. Если выпало два альчика “айкур”, то игра проходит между двумя участниками, пока кто-нибудь из них не окажется победителем.</p> <p><b>Игровая единица:</b> быстро ориентироваться в положении своего альчика.</p> <p><b>Правила игры:</b> следующую игру начинает тот игрок, кто выиграл предыдущую игру. Игра начинается, когда каждый игрок положит на середину по одному альчику. В ходе игры игроки не должны поправлять положение альчика руками. Игроки, проигравшие все альчики, выходят из игры. Игра заканчивается по желанию игроков.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной и покрыта кошкой. Подбрасывать альчики вверх на расстояние одного метра.</p>
<i>Организаторы</i>	тренер, учитель физкультуры или родители.
<i>Стратегия игры</i>	прививать у детей с младшего возраста честность, справедливость; быстрого мышления, зрительной реакции.
<i>Этнические принципы</i>	строго соблюдать правила игры и народные традиции, уважительное отношение друг другу, не обманывать партнера по игре.



<i>Развитие физических качеств</i>	развитие быстроты, ловкости и координации, гибкости суставов верхних конечностей .
<i>Развитие сознания.</i>	активизируется мышление, быстрая ориентация.
<i>Социальные навыки</i>	уважение старших и партнеров, овладение навыками равноправного действия в игре.
<i>Воспитательный момент</i>	дисциплинированность, активность и решительность.
<b>9.Название игры</b>	<b>Ордо.</b>
Источник знания	Физкультура жана спорт: Энциклопедия. Бишкек . 2002г. 139ст.
Носитель знания	к.х.н. Кудайбергенов Т. Т.
Исследователь	и.о. доцента Джамангулов.К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> игра командная, в каждой команде по 6-9 человек, один игрок в запасе. Место проведения - ровная площадка размером 15 на 15 метров. Для проведения игры чертится круг диаметром 12 метров для старшего возраста. Круг диаметром 10 метров - для школьного возраста. Каждая команда должна иметь не менее 70 альчигов и 3-4“томпой” (профессионал ордоист свой томпой не передает другим игрокам). Для проведения игры назначаются судьи. Инвентарь судии - “чен таяк” (палочка) размером 40 см., также желтая и красная карточка (для объявления наказания).</p> <p><b>Содержание игры:</b> игра проводится среди школьников и старшего возраста (17 и старше). В середине круга, где расположен “жыдымык”, ставится “хан” размером диаметра 6 мм и толщиной 2мм. Он может быть из металла или из кости. И ставится 3 альчика, “хан” и на каждого игрока по 5 альчигов (всего 68 альчигов), если 7 игроков в команде. Все альчики расставляются вокруг хана в положении “бөк”. Для начало игры проводится жребий. Капитаны команд выходят в центр и выбирают ат (скакуна) из числа лежащих альчигов левосторонне. Право начального выбора предоставляется той команде, которые не ложили альчики в кон. После чего судья берет выбранные альчики и выбрасывает вверх на высоту 2-3 метра. Чей “ат” (альчик) первый примет положение “таа” или “айкур”, та команда начинает игру. Каждый игрок в процессе игры выполняет по три удара, удары выполняются, наступая на линию круга и строго по центру. При попадании в “топ” (в кон) и выбивания альчика из круга игрок имеет право продолжить игру до нерезультативного удара (жыдыкей). При непопадании или невыбитии альчика из круга игру продолжит следующий игрок команды. После использования всех ударов игроками команды (7 человек - 21 удар) игра переходит в следующую команду. Выигрывает та команда, которая набирает в конце игры большее количество альчигов. Продолжительность игры - 1, 5 часа для взрослых и один час для школьников. В ходе игры применяют следующие удары: “ура атуу”, “кынкай атуу”, “кадамак”, “тоорумак” “бай чертмек” и “чертмек” . Ура атуу – это выполнение удара с дальнего расстояния. Чаше всего выполняется удар по центру. Кынкай атуу – выполняется после выбивания одного альчика из круга в близлежащий альчик не по направлению центра. Кадамак – этот удар выполняется, когда альчик располагается около метра от линии круга. Тоорумак – этот удар выполняется, когда альчик располагается ближе к кругу (до 50 см. ). Удар осуществляется в сторону линии, вставая на одной ноге, вторую ногу</p>

	<p>скрешивает в области икроножных мышц опорной ноги, левая рука находится за спиной. Бай чертмек – выполняется на расстоянии до 2 метров от круга. Чертмек – выполняется непосредственно внутри круга. Данный удар выполняется после выбития альчика из круга и томпой останется внутри круга не более 40 см. от альчиков, хана или центра. В процессе игры если игроки команд выбьют из круга 63 альчика, то игра прекращается и выполняется “хан чертмек”. В случае выбивания хана из круга игра начинается заново с учетом оставшегося времени. Проигрывающая команда ставит все альчики, а выигрывающая команда - с учетом выставленных альчиков выставляет недостающие в центр другой команды. Остальные альчики оставляют себе. Эта игра называется салып “бермей”.</p> <p><b>Игровая единица:</b> выбивание альчика из круга с различного расстояния.</p> <p><b>Правила игры:</b> удар осуществляется строго по направлению центра (топ). Выполняет не более 3 ударов. В случае результативного удара удар продолжается до жыдыкея (непопадания в альчик или невыбивания из круга). Не разрешается одновременно выполнять удара двумя и более игроками. В случае удара выбитые альчики засчитываются, но удар объявляется жыдыкей. После выбития альчиков из круга не разрешается проходить между альчиками, в случае чего объявляется жыдыкей. Так же перекладывать томпой с рук в руки. В случае передачи томпой игроком из числа команды также является жыдыкей. То же самое в случае двух раз наступания на линии. В случае выбития альчика и если томпой останется внутри круга ближе альчикам 40 см., игрок считается вошедший в центр. В этом случае игрок заходит в круг и, не переступая через алчики, встает на корточки, берет томпой и начинает выполнять чертмек. После выбития одного альчика игроку разрешается “сабап чертуу” (без отрыва томпой от руки). Разрешается выполнять этот удар не ограниченно до того момента, когда игрок не достанет до следующего альчика. В этом случаи разрешается “байлап чертмей” (привязывать). В процессе выполнения чертмек игроку не разрешается выходить из круга. В случае чего объявляется жыдыкей.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной, размером не менее 15 метров. Томпой не должен быть обтесанным. Во время игры ожидающая команда не должна мешать играющей команде.</p>
<i>Организаторы</i>	тренер, учитель физкультуры или проводящие организации.
<i>Стратегия игры</i>	прививать детям в младшем возрасте честность и справедливость, быстроту мышления, зрительную реакцию; чувство расстояния, тактические действия и мышление.
<i>Этнические принципы</i>	строго соблюдать правила игры и народные традиции, уважительное отношение друг другу, уважать соперника независимо от уровня подготовленности; во время удара не мешать.
<i>Развитие физических качеств</i>	развитие быстроты, ловкости и координации движения, силы мышц руки и ног.
<i>Развитие сознания.</i>	активизируется мышление, точность координации; умение принять правильное решение, дисциплинированность, игровая активность.
<i>Социальные навыки</i>	уважения старших и партнеров, овладение навыками равноправного действия в игре .



	<p>скрещивает в области икроножных мышц опорной ноги, левая рука находится за спиной. Бай чертмек – выполняется на расстоянии до 2 метров от круга. Чертмек – выполняется непосредственно внутри круга. Данный удар выполняется после выбития альчика из круга и томпой останется внутри круга не более 40 см. от альчиков, хана или центра. В процессе игры если игроки команд выбьют из круга 63 альчика, то игра прекращается и выполняется “хан чертмек”. В случае выбивания хана из круга игра начинается заново с учетом оставшегося времени. Проигрывающая команда ставит все альчики, а выигрывающая команда - с учетом выставленных альчиков выставляет недостающие в центр другой команды. Остальные альчики оставляют себе. Эта игра называется салып “бермей” .</p> <p><b>Игровая единица:</b> выбивание альчика из круга с различного расстояния.</p> <p><b>Правила игры:</b> удар осуществляется строго по направлению центра (топ). Выполняет не более 3 ударов. В случае результативного удара удар продолжается до жыдыкея (непопадания в альчик или невыбивания из круга). Не разрешается одновременно выполнять удара двумя и более игроками. В случае удара выбитые альчики засчитываются, но удар объявляется жыдыкей. После выбития альчиков из круга не разрешается проходить между альчиками, в случае чего объявляется жыдыкей. Так же перекладывать томпой с рук в руки. В случае передачи томпой игроком из числа команды также является жыдыкей. То же самое в случае двух раз наступания на линии. В случае выбития альчика и если томпой останется внутри круга ближе альчикам 40 см., игрок считается вошедший в центр. В этом случае игрок заходит в круг и, не переступая через алчики, встает на корточки, берет томпой и начинает выполнять чертмек. После выбития одного альчика игроку разрешается “сабап чертуу” (без отрыва томпой от руки). Разрешается выполнять этот удар не ограниченно до того момента, когда игрок не достанет до следующего альчика. В этом случаи разрешается “байлап чертмей” (привязывать). В процессе выполнения чертмек игроку не разрешается выходить из круга. В случае чего объявляется жыдыкей.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной, размером не менее 15 метров. Томпой не должен быть обтесанным. Во время игры ожидающая команда не должна мешать играющей команде.</p>
<i>Организаторы</i>	тренер, учитель физкультуры или проводящие организации.
<i>Стратегия игры</i>	прививать детям в младшем возрасте честность и справедливость, быстроту мышления, зрительную реакцию; чувство расстояния, тактические действия и мышление.
<i>Этнические принципы</i>	строго соблюдать правила игры и народные традиции, уважительное отношение друг другу, уважать соперника независимо от уровня подготовленности; во время удара не мешать.
<i>Развитие физических качеств</i>	развитие быстроты, ловкости и координации движения, силы мышц руки и ног.
<i>Развитие сознания.</i>	активизируется мышление, точность координации; умение принять правильное решение, дисциплинированность, игровая активность.
<i>Социальные навыки</i>	уважения старших и партнеров, овладение навыками равноправного действия в игре .

Воспитательный момент	дисциплинированность, активность, решительность и смелость в игре.
10. Название игры	Даттикем.
Источник знания	Кыргызские игры и развлечения Бишкек 2004г. 124ст.
Носитель знания	Арстанбек Касен.
Исследователь	и.о. доцента Джамангулов.К.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество игроков - от 2 до 5, возраст не ограничивается. Игроки должны иметь не менее 10 альчиков. Место проведения - площадка, спортивный зал или в домашних условиях. Для проведения игры натягивается шнур на высоту 50см от пола.</p> <p><b>Содержания игры:</b> начало игры определяется методом чикания “сака”. У кого альчик первым принимает положение “айкур” или “таа”, тот игрок начинает. Участник, которому выпало играть кон, собирает у остальных по одному альчику, подходит к натянутой веревке, садится на корточки и на ладонке вытянутой руки выстраивает все собранные альчики. Поднимая и опуская руки с альчиками несколько раз, он перебрасывает альчики через веревку, крикнув “Даттикем”. Он забирает все альчики, которые упали на “айкур”. За тем игру продолжает следующий игрок. В случае, если все альчики упадут на “айкур”, он забирает весь выигрыш, снова собирает по одному альчику и продолжает игру. Победителем становится игрок, выигравший наибольшее количество альчиков.</p> <p><b>Игровая единица:</b> перебрасывание альчиков через вытянутые веревки для принятия ими одинакового положения на полу.</p> <p><b>Правила игры:</b> игроки выполняют “даттикем” только один раз. Очередность следующего игрока - по жребью. Победителем является тот, кто выиграл больше альчиков. В ходе игры игроки не должны мешать друг другу, подправлять положение альчиков руками. Игроки, проигравшие все альчики, выходят из игры. Игра заканчивается по желанию игроков или до назначенного времени.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной; высота натянутой веревки у взрослых должна быть не менее 70 см.; строго соблюдать очередность.</p>
Организаторы	тренер, учитель физкультуры или родители.
Стратегия игры	прививать детям в младшем возрасте честность и справедливость .
Этнические принципы	строго соблюдать правила игры и традиции народа; уважительное отношение друг другу, не обманывать партнера в игре; не исправлять положение альчика руками.
Развитие физических качеств	ловкость руки, гибкость кисти .
Развитие сознания.	активизируется мышление, умение принять правильное решение.
Социальные навыки	уважение старших и партнеров, овладение навыками равноправных действий в игре .



Воспитательный момент	дисциплинированность, активность и решительность.
-----------------------	---

Этнические игры для людей предпенсионного возраста 50-55 лет		Абдырахманова Д.О.
1. Название игры	Ат минип алыс жерге баруу (длительная верховая езда)	
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.	
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003	
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.	
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта		
Описание игры	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 2-10. Участники перехода, уточнив маршрут движения и приготовив необходимое снаряжение, продукты, приступают к нему. <b>Содержание игры:</b> разновидность: «Төө минип алыс жерге баруу» (путешествие на верблюде). По команде участники начинают движение на лошади до обусловленного места. Участники держатся вместе и едут строго по маршруту. Задача каждого участника доехать верхом до места назначения. <b>Игровая единица:</b> пройти максимальное расстояние, не отрываясь от группы <b>Правила игры:</b> нельзя отрываться от группы, самостоятельно изменять маршрут движения. <b>Методические указания:</b> перед началом, во время отдыха, остановки и после перехода проводить дополнительный инструктаж и подводить итоги.	
Организаторы	переход осуществляется под руководством опытного участника или руководителя	
Стратегия игры	пройти расстояние, предусмотренное группой	
Этнические принципы	чем выше социальный статус, тем больше требований к качеству верховой езды (одежда, атрибуты, порода лошади). Умение ладить с конем, взаимопонимание с животным (другом)	
Развитие физических качеств и состав движений	развивает выносливость, координацию движений. Развивает мышцы тела, тазобедренные суставы и суставы верхнего пояса, устойчивость положения, поддержание осанки, красоту движений при управлении лошадей	
Развитие сознания	сообразительность, быстрота принятия решений	
Социальные навыки	взаимодействие с животным, с окружающей средой	

Этические нормы	понимание ценности коня, любовь к природе
Креативность	манера езды
Воспитательный момент	самодисциплина, самопознание, самовоспитание
<b>2. Название игры</b>	<b>Ат чабыш (скачки)</b>
Источник знания	Киргизские народные игры. - Фрунзе; Кыргызстан, 1973; Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Мусин Ю.М., 1973; Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 2-30; место - ровное поле, прямая грунтовая дорога, ипподром. Определяется дистанция в пределах от 120 до 5000 метров. Возраст спортсменов - от 14 лет и старше. Очередь выступления участников определяется жеребьевкой. Согласно итогам жеребьевки участники выстраиваются в шеренгу на линии старта.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде участники устремляются вперед. Соответственно занятому месту участники получают очки. Если проводится не один заезд, а больше, то места определяются по показанному каждым участником времени. Командные места определяются по итогам выступлений всех членов команды. Разновидности: Тай чабыш (скачки на 1,5-летках); кунан чабыш (скачки на лошадях до 3-х лет); бышты чабыш (скачки на 4-летках); бука чабыш (скачки на быках); эшек чабыш (скачки на ишаках); төө чабыш (скачки на верблюдах). Различия состоят в разности дистанций.</p> <p><b>Игровая единица:</b> за минимальное время пройти дистанцию</p> <p><b>Правила игры:</b> на соревнованиях одна и та же лошадь может участвовать только под одним участником; в ходе скачек нельзя сокращать дистанцию, и бить камчой коня другого всадника.</p> <p><b>Методические указания:</b> к соревнованиям допускаются спортсмены, имеющие достаточную подготовку к скачкам. Женщины допускаются на общих основаниях, наравне с мужчинами. Место соревнований должно быть ровным, без ям, камней и т.д.</p>
Организаторы	судьи, представители айыл өкмөтү, спорткомитет
Стратегия игры	выявление самых активных, так же выявление лидеров
Этнические принципы	воля к победе, развитие чувства соперничества. Сохранение традиций.
Развитие физических качеств и состав движений	развивает ловкость, координацию движений, гибкость, выносливость. Укрепляет мышцы тела, устойчивость осанки, красоту движения. Движения сложные, командно-индивидуальные, комплексные, ситуационные.
Развитие сознания	целеустремленность, умение быстро оценивать обстановку, быстрое принятие решений, интуиция, эмоции, интеллект
Социальные навыки	умение управлять лошадью, принятие решений, завоевательский характер



<i>Этические нормы</i>	бережное отношение к лошади, уважение партнеров, чувство справедливости, управление настроением, самоуправление, саморегуляция эмоций
<i>Креативность</i>	умение распределять силы лошади, общий эмоциональный настрой ездока и лошади, умение действовать в полную силу, выработка тактики, стратегии
<i>Воспитательный момент</i>	испытать самого себя, лошадь. Уважение соперника, честность, самопознание, самовоспитание, умение сделать выводы.
<b>3. Название игры</b>	<b>Басты-басты (куча мала)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 3-5; место - лужайка, зал для борьбы. Играющие садятся в круг диаметром 5-7 метров. Двое становятся лицом друг к другу в середине круга на коленях.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде игроки, стоящие в середине круга, начинают бороться в партере. Как только одному из них удастся свалить партнера на живот или спину, сидящие по кругу игроки, подбегая к ним, ложатся сверху на другого. Задача нижнего игрока - быстро вылезти и уйти из «давки». Если это ему удастся, игроки меняются ролями, если нет, они снова становятся в середине круга и игра возобновляется.</p> <p><b>Игровая единица:</b> уметь вылезти из давки</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя держать игрока, оказавшегося внизу, начинать «давку», пока одному игроку не удалось свалить другого; долго находиться на лежащем партнере. Игроки, нарушившие правила, становятся в середине круга.</p> <p><b>Методические указания:</b> в игре участвуют физически хорошо подготовленные участники.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного руководителя
<i>Стратегия игры</i>	выявить самого ловкого игрока, освободившегося как можно быстрее
<i>Этнические принципы</i>	выявить сильнейших. Сохранение традиций
<i>Развитие физических качеств и состав движений.</i>	развивает быстроту реакции, выдержку, силу, волю гибкость, стойкость, мышцы тела.
<i>Развитие сознания</i>	логика мышления
<i>Социальные навыки</i>	умение принимать быстрые решения
<i>Этические нормы</i>	спортивная этика- честность, сознательная дисциплина

<i>Креативность</i>	совершенство тела
<i>Воспитательный момент</i>	формирование черт характера, норм правил поведения, определенный характер их действия по отношению к другим людям и обществу
<b>4. Название игры</b>	<b>Бүйүрмө же ууртка чертмей (игра в альчики)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 8-10; место - площадка, двор; инвентарь – альчики. Чертится круг 6-8 метров в радиусе. Игроки становятся вокруг круга. Посередине круга в один ряд становятся альчики по одному на каждого участника игры. Жеребьевкой определяется очередность ударов.</p> <p><b>Содержание игры:</b> очередной игрок становится на линию круга в любой его точке и производит удар битой с целью выбить любой из альчиков за линию круга. В случае удачи броски им продолжают до промаха. Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из участников не выбьет за круг обусловленное количество альчиков. Тогда все побежденные, вдохнув воздух, сжав губы, надувают щеки.</p> <p>Победитель шелкает по ним пальцем (ууртка чертмей).</p> <p><b>Игровая единица:</b> выбить из круга большее количество альчиков</p> <p><b>Правила игры:</b> в случае неудачной попытки нельзя делать повторно</p> <p><b>Методические указания:</b> игру можно проводить как соревнование между группами, определяя как личные, так и командные места.</p>
<i>Организаторы</i>	под руководством опытного участника
<i>Стратегия игры</i>	выявить лидера, выбившего из круга обозначенное количество альчиков.
<i>Этнические принципы</i>	обусловленные правилами, приемами и служащие для заполнения досуга, развлечения. Сохранение древней игры.
<i>Развитие физических качеств и состав движений.</i>	развивает координацию движений, меткость, четкость. Укрепляет мышцы рук.
<i>Социальные навыки</i>	умение организовать игроков
<i>Этические нормы</i>	правильно реагировать на успехи и неудачи свои и своих товарищей
<i>Креативность</i>	комплексная, развлекательная
<i>Воспитательный момент</i>	взаимообучение, укрепляет дружбу между игроками



<b>5. Название игры</b>	<b>Капкан коюп аң уулоо (охота с выставлением капкана)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 2-3; место – горы, поля, лесистое место, предгорье; инвентарь - капканы.</p> <p><b>Содержание игры:</b> определив место и время обитания зверей, животных, птиц и их маршруты передвижения, выбирается удобное место, где закрепляются капканы. Затем они маскируются тонким слоем травы. Рядом с ними ставится приманка. После выставления капканов охотники отходят в сторону, маскируются, ведут наблюдение. Как только дичь попадает в капкан, охотники выбегают и ловят ее.</p> <p><b>Игровая единица:</b> правильно ставить капкан</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя шуметь, кричать, издавать звуки, пугать зверей, выскакивать раньше времени</p> <p><b>Методические указания:</b> капканы должны быть хорошо закреплены и замаскированы.</p>
Организаторы	наиболее опытный участник
Стратегия игры	сидя в засаде и ведя наблюдение, ожидать свою добычу
Этнические принципы	сохранение навыка охоты, передача этого навыка потомкам
Развитие физических качеств и состав движений.	развивает ловкость, мышцы тела, выдержку, тактику выставления капкана, ловкость лазания на скалы
Развитие сознания	комплексное, ситуационное, внимание, психологическая подготовка
Социальные навыки	терпение, самообладание
Этические нормы	уважение друг к другу
Креативность	умение читать мысли добычи
Воспитательный момент	настойчивость, решительность, самообладание, устойчивость
<b>6. Название игры</b>	<b>Кап менеп урушуу (бой мешками)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	

<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 4-12; место – площадка, зал; инвентарь – мешки, повязки.</p> <p><b>Содержание игры:</b> выбирается водящий, остальные игроки делятся на группы и становятся лицом друг к другу на расстоянии 5-6 метров. В середине между ними чертится круг диаметром 3-4 метра. От каждой группы в круг выходит по одному игроку, водящий завязывает им глаза, дает в руки мешки. По команде водящего игроки, не выходя из круга, стараются ударить друг друга мешочками. Выигрывает игрок, нанесший наибольшее количество ударов по сопернику и не вышедший из круга. Затем в бой вступают следующие игроки.</p> <p><b>Игровая единица:</b> держать удобно мешок и выбивать из круга</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя снимать повязки с глаз, выходить из круга, наносить удары рукой и ногой, держаться за мешок противника, другим игрокам подсказывать</p> <p><b>Методические указания:</b> нанести большее количество ударов сопернику, не выходя из круга.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытный игрок
<i>Стратегия игры</i>	не снимая повязки с глаз и не выходя из круга, наносить удары
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций воспитания воина, защитника, смелого человека. Навык сильного защитника
<i>Развитие физических качеств и состав движений.</i>	развивает координацию движений, силу, стойкость, быстроту, ловкость. Развивает мышцы рук.
<i>Развитие сознания</i>	настойчивость, целеустремленность, психологическая подготовка
<i>Социальные навыки</i>	развлекательные, привыкание к новой ситуации
<i>Этические нормы</i>	сознательность, дисциплина, честность
<i>Креативность</i>	навык охоты
<i>Воспитательный момент</i>	коллективизм, уважение к сопернику, сознание, понимание
<b>7. Название игры</b>	<b>Кар атышмай (игра в снежки)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 4-16; место – площадка, двор. Подготовка. Выбирается водящий, остальные игроки, разделившись на две группы, становятся лицом друг к другу на расстоянии 25-30 метров и готовят по несколько снежков.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки одной команды стараются попасть снежками в игроков другой группы. Затем то же самое делают игроки другой команды. Игра может повторяться 2-4 раза. Выигрывает группа, чьи игроки оказались более точными.</p>



	<p><b>Игровая единица:</b> быть более точными, попасть снежками как можно большее количество раз в группу соперников</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя одновременно метать снежки двумя и более игроками; игрокам противоположной группы двигаться с места, какому-либо игроку мстить за товарища.</p> <p><b>Методические указания:</b> быть более меткими, метать снежки по очереди.</p>
Организаторы	наиболее опытный участник
Стратегия игры	метание снежков в противоположную команду по очереди
Этнические принципы	развлечение, умение бросать метко. Коллективные взаимоотношения.
Развитие физических качеств и состав движений.	развивает координацию движений, меткость, быстроту, ловкость, силу. Развивает мышцы тела, мышцы верхних и нижних конечностей.
Развитие сознания	мышление, сообразительность
Социальные навыки	точность попадания, индивидуально-групповые, комплексные, ситуационные
Этические нормы	укрепляет и позволяет дорожить дружбой между игроками
Креативность	приобщение людей к природе
Воспитательный момент	коллективизм, всесторонность, активность, сознательность
Воспитательный момент	настойчивость, решительность, самообладание, устойчивость
<b>8. Название игры</b>	<b>Кар менен уруу (удары фигур снежками)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 4-8; место – площадка, двор, поле. Игроки из снега изготавливают различные фигуры и небольшие сооружения, отходят на обусловленное расстояние, приготавливают снежки, договариваются о правилах игры, очередности.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки поочередно стараются своими снежками поражать фигуры. Выигрывает игрок, поразивший больше фигур. Игра может продлиться до обусловленного времени.</p> <p><b>Игровая единица:</b> стараться попасть по фигуре не сокращая дистанции броска</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя сокращать дистанцию для нанесения броска, производить бросок вне очереди, мешать друг другу, использовать снежки, изготовленные другими игроками.</p> <p><b>Методические указания:</b> изготавливать снежки самому и метать по фигурам.</p>

Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	попасть метко в цель
Этнические принципы	коллективные взаимоотношения, взаимопонимание
Развитие физических качеств и состав движений.	развивает координацию движения, меткость, силу, ловкость. Развивает мышцы тела, мышцы верхних и нижних конечностей.
Развитие сознания	комплексное, ситуационное, внимание
Социальные навыки	Точность
Этические нормы	укрепляет и позволяет дорожить дружбой между игроками
Креативность	приобщение людей к природе
Воспитательный момент	целеустремленность
<b>9. Название игры</b>	<b>Коркок баатыр (пугливый богатырь)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 2-15; место – площадка, двор, лужайка, зал, комната. Игроки, разделившись на пары, становятся лицом друг к другу. По жребию или договоренности определяется очередность.</p> <p><b>Содержание игры:</b> одни игроки, согласно очередности, кладут руки за спиной, затем неожиданно делают взмах рукой перед лицом партнеров. Если игрок моргнет, он считается проигравшим. Затем они меняются ролями и партнерами. Игра проводится до определения абсолютного победителя.</p> <p><b>Игровая единица:</b> ни разу не моргнуть</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя при взмахе задевать рукой лицо партнера другому игроку</p> <p><b>Методические указания:</b> не махать руками перед лицом соперника, тем самым заставляя его моргнуть.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	выявить устойчивого игрока
Этнические принципы	воспитать смелого человека. Народное развлечение
Развитие физических качеств и состав движений.	развивает быстроту реакции. Движения качественного значения.



<i>Развитие сознания</i>	внимание
<i>Социальные навыки</i>	развлекательные, точность, терпение, настойчивость
<i>Этические нормы</i>	помогает накоплению положительного нравственного опыта
<i>Креативность</i>	умение предугадать действия соперника
<i>Воспитательный момент</i>	коллективизм, повышает личную ответственность
<b>10. Название игры</b>	<b>Куреш (борьба)</b>
<i>Источник знания</i>	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 2-20; место - зал, стадион, площадка, лужайка; инвентарь - борцовский ковер, спортивное снаряжение. Назначается судейская коллегия, уточняются сроки и время проведения соревнования.</p> <p><b>Содержание игры:</b> продолжительность схватки для мужчин - 6 минут; для юношей 16-18 лет - 4 минуты. Схватка начинается и кончается по свистку арбитра. Исходом схватки является победа одного и поражение другого борца, а также ничья. Выиграть схватку борец может в результате чистой победы, победы по баллам, снятия противника с соревнования после трех предупреждений за пассивность, нарушение правил, невыхода противника на ковер, отказа от продолжения схватки из-за травмы и др. Борец, получивший в итоге всех схваток наименьшее количество проигрышных очков, считается победителем данной весовой категории.</p> <p><b>Игровая единица:</b> правильно осуществлять хват за пояс и перевалить соперника на лопатки</p> <p><b>Правила игры:</b> в борьбе разрешается проводить подсечки, подножки, зацеп, подсад, подхват, захват за руки, шею, пояс, дожим с полумоста. Запрещается проводить броски противника за голову, болевые приемы, удушающие захваты, захваты ниже пояса, наносить удары.</p> <p><b>Методические указания:</b> соревнования проводятся на общепринятых борцовских коврах, в ямках с опилками и на травяных лужайках с рабочей площадью диаметром 7-9 метров. Ковер должен быть гладким с равномерной и достаточно плотной набивкой. Юноши 16-18 лет в течение одного дня могут участвовать не более чем в 3 схватках, мужчины - в 4.</p>
<i>Организаторы</i>	судьи, наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	побороть максимальное количество соперников
<i>Этнические принципы</i>	прославляет свою Родину! Пропаганда вида спорта. Национальный вид спорта
<i>Развитие физических</i>	развивает выносливость, силу, быстроту, ловкость, гибкость. Развивает мышцы тела, верхний плечевой пояс.

качеств и состав движений.	
Развитие сознания	память, внимание, мышление, целеустремленность
Социальные навыки	ситуационные, коммуникабельность
Этические нормы	уважение к сопернику
Креативность	готовность к неожиданным ситуациям
Воспитательный момент	выдержка, высокой степени самообладание, развитие морально-волевых качеств
<b>11. Название игры</b>	<b>Мылтык менен ан уулоо (охота с ружьем)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество охотников - 2-5; место - горы, поля, лесистое место; инвентарь - ружья. Охотники, заранее определив и уточнив места обитания животных, маршруты их передвижения, договариваются об условиях охоты.</p> <p><b>Содержание игры:</b> наиболее опытные охотники, выбрав удобное место, ждут появления животных. Другие охотники с приученными собаками обманными выстрелами вынуждают животных передвигаться по тем тропам, где их ждут замаскированные охотники. При появлении животных начинается их отстрел. Побеждает более всех удачливый охотник.</p> <p><b>Игровая единица:</b> отстрелять большее количество животных</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя шуметь, кричать, издавать звуки, появляться в месте отстрела</p> <p><b>Методические указания:</b> охотники на место охоты должны добраться до рассвета. Практикуется ведение одиночной охоты.</p>
Организаторы	наиболее опытные лица
Стратегия игры	отстрелять максимальное количество зверей, не мешая друг другу
Этнические принципы	забота о семье. Навык охоты
Развитие физических качеств и состав движений.	развивает двигательные способности, ловкость, быстроту реакции, выносливость. Развивает мышцы тела, верхние и нижние конечности.
Развитие сознания	внимание, сообразительность, быстрота принятия решений
Социальные навыки	меткость, терпение
Этические нормы	заботливость по отношению к другим людям
Креативность	приобщение людей к прекрасному в природе и обществе



Воспитательный момент	стойкость, настойчивость
12. Название игры	Найза менен ан уулоо (охота с пикой)
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 2-5; место - горы, поля, лесистое место; инвентарь – найза (пика). Подготовка. Охотники, определив место обитания животных, договариваются об обязанностях и условиях охоты.</p> <p><b>Содержание игры:</b> наиболее опытные охотники, замаскировавшись, ждут появления животных. Другие сильными криками с разных сторон вынуждают животных передвигаться по тем тропам, где ждут охотники.</p> <p><b>Игровая единица:</b> попасть пикой в показавшееся животное</p> <p><b>Правила игры:</b> при близком появлении животных охотники неожиданными бросками найзы стараются попасть в них. Побеждает наиболее удачливый. Нельзя раньше времени показываться, преграждать путь животным, подавать звуки.</p> <p><b>Методические указания:</b> охотники с учетом особенностей местности заранее должны обговорить условия охоты. Для охоты можно привлекать начинающих охотников.</p>
Организаторы	наиболее опытные лица
Стратегия игры	заманить животных в место засады и попасть пикой в животного. Выявить самого удачливого игрока.
Этнические принципы	забота о семье. Навык охоты
Развитие физических качеств и состав движений.	развивает выносливость, меткость, ловкость, двигательные способности
Развитие сознания	ситуационное, комплексное, целеустремленность
Социальные навыки	быстрота принятия решений, внимание, терпение
Этические нормы	заботливость по отношению к другим людям
Креативность	приобщение людей к прекрасному в природе и обществе
Воспитательный момент	формирование трудовых навыков
13. Название игры	Найза ыргытмай (метание копьа)
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.

Носитель знания	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 4-8; место - поле, стадион; инвентарь - палки с отточенными концами, копья. Отмечаются коридор и линия для метания. Игроки, взяв в руки копье, согласно очередности становятся в одну шеренгу.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки, входя в коридор, поочередно метают копья. Побеждает игрок, метнувший его дальше всех. Игра может повторяться 2-3 раза.</p> <p><b>Игровая единица:</b> метнуть копье дальше всех</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу, в момент метания находиться на поле, менять инвентарь</p> <p><b>Методические указания:</b> инвентарь у каждого игрока должен быть одинаковым, к игре приступать после разминки и выполнения пробных попыток.</p>
Организаторы	под руководством опытного руководителя или участника
Стратегия игры	метать копья поочередно на дальность
Этнические принципы	забота о семье, становление личности. Навык броска, защитника
Развитие физических качеств и состав движений.	развивает ловкость, силу. Развивает мышцы рук, нижних конечностей, туловища.
Развитие сознания	точность, внимание
Социальные навыки	мсткость
Этические нормы	сознательная дисциплина, выполнять обязанности по страховке друг друга
Креативность	смелость человека, стойкость
Воспитательный момент	целеустремленность, физическое совершенство, самоутверждение личности
<b>14. Название игры</b>	<b>Соок сындырмай (ломание кости)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 2-4; место - площадка, комната; инвентарь - кости. Игроки договариваются о способах ломания.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки по очереди стараются разломать кости. Выигрывает игрок, сумевший разломать кость при наименьшей затрате времени.</p> <p><b>Игровая единица:</b> сломать кость, затратив меньше времени</p>



	<b>Правила игры:</b> нельзя использовать топор, применять другие предметы, мешать друг другу <b>Методические указания:</b> ломать кость по очереди, передавая другу другу.
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	сломать кость как можно быстрее
<i>Этнические принципы</i>	эффективность действий. Дифференцированное использование предмета
<i>Развитие физических качеств и состав движений.</i>	развивает мышцы тела, силу, быстроту
<i>Развитие сознания</i>	творчество, воображение, мышление
<i>Социальные навыки</i>	развлекательные
<i>Этические нормы</i>	уважение к сопернику, не нарушать правила игры
<i>Креативность</i>	знание анатомии кости
<i>Воспитательный момент</i>	общительность, коммуникативность
<b>15. Название игры</b>	<b>Тоого чыгуу жана түшүү (подъем в гору и спуск с горы)</b>
<i>Источник знания</i>	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 5-10; место - горы. Игроки выбирают водящего, определяют маршрут следования. <b>Содержание игры:</b> игроки за водящим по одному друг за другом передвигаются строго по маршруту. Поднявшись, игроки спускаются также за водящим. <b>Игровая единица:</b> точная ходьба за водящим по маршруту <b>Правила игры:</b> нельзя нарушать дистанцию между игроками, выходить из строя, нарушать маршрут следования. <b>Методические указания:</b> маршрут следования должен быть хорошо знаком водящему.
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные участники
<i>Стратегия игры</i>	передвигаться по маршруту за водящим
<i>Этнические принципы</i>	уметь ориентироваться на местности, использовать местность с пользой
<i>Развитие физических</i>	выносливость, ловкость, двигательные способности, физическая работоспособность. Развивает мышцы тела, ног

<i>качеств и состав движений</i>	
<i>Развитие сознания</i>	внимание, мышление
<i>Социальные навыки</i>	прикладные, ситуационные, научиться ходить по пересеченной местности
<i>Этические нормы</i>	выполнять обязанности по страховке друг друга, ответственность, серьезность
<i>Креативность</i>	чувство взаимопомощи
<i>Воспитательный момент</i>	настойчивость, целеустремленность, самоуправление, настойчивость преодолевать трудности на пути достижения цели
<b>16. Название игры</b>	<b>Тор жайып аң уулоо (охота с выставлением сети)</b>
<i>Источник знания</i>	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - 2-5; место – поле, ущелье, горы; инвентарь – сеть. Уточняется место обитание хищных птиц, на видном месте привязывают голубя за лапу. Сверху натягивают сетку. Охотники прячутся недалеко от местонахождения голубя.</p> <p><b>Содержание игры:</b> хищная птица, увидев голубя, бросается на него и запутывается в сети. Увидев это, охотник освобождает ее из сети и приступает к дрессировке.</p> <p><b>Игровая единица:</b> поймать птицу с использованием сети</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя до попадания птицы в сетку появляться, создавать шум.</p> <p><b>Методические указания:</b> сетка выставляется до наступления рассвета тогда, когда птица отсутствует.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные участники
<i>Стратегия игры</i>	поймать добычу
<i>Этнические принципы</i>	навык охоты, развивает охотничью сноровку
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	выносливость, ловкость, гибкость, быстрота реакции, сила, воля, принципиальность, целеустремленность. Развивает мышцы тела, двигательные действия
<i>Развитие сознания</i>	внимание, зоркость, логика мышления, ориентир, формирует мировоззрение, логику мышления
<i>Социальные навыки</i>	комплексные, ситуационные, сложные, индивидуально – групповые
<i>Этические нормы</i>	спортивная этика - вырабатывает критерии честной спортивной игры, добиваться победы только честным путем, сознательная дисциплина
<i>Креативность</i>	развитие способностей и интересов, общение с живой природой
<i>Воспитательный</i>	дорожить честью коллектива, мужество, упорство, морально-волевые качества, личная ответственность, стойкость, трудовое



момент	воспитание, самореализация,
<b>17. Название игры</b>	<b>Сууну таш менен уруп чачыратуу (брызганье ударом камня по воде).</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 4-6; место - канал, водоем, речка, арык; инвентарь - камни. Выбирается место для игры. Игроки берут камни и становятся в один ряд.</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки поочередно своими камнями бьют по воде так, чтобы как можно дальше летели брызги. Выигрывает игрок, которому лучше других удалось сделать это. Затем игра может повторяться.</p> <p><b>Игровая единица:</b> бросание камня для получения большого количества брызг</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу, бросать камни тогда, когда игроки находятся в воде</p> <p><b>Методические указания:</b> выполнять бросание поочередно.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	использовать наиболее удобное положение
Этнические принципы	воспитание самостоятельной личности. Взаимодействие с коллективом
Развитие физических качеств и состав движений	сила, ловкость, меткость. Развивает мышцы рук, тела
Развитие сознания	сознание, ответственность, совесть, понимание
Социальные навыки	элементарные, индивидуально-групповые, научиться бросать камни
Этические нормы	сознательная дисциплина
Креативность	определение лучшего игрока
Воспитательный момент	взаимопонимание, самореализация
<b>18. Название игры</b>	<b>Тузак коюп аң уулоо (охота с выставлением петли)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников 2-3 место - поле, горы, степь, инвентарь – петли из тонкой проволоки или аркана

	<p>из конских волос. Уточняется место обитания птиц, мелких диких животных, иногда и крупных. С одного конца веревки делается петля, другой конец прикрепляется к колу, дереву или большому камню. Петля маскируется. Сами охотники удаляются.</p> <p><b>Содержание игры:</b> охотники временами приходят проверить исправность петли. Когда добыча делает мах ногой, петля натягивается, и она попадает в тузак (петлю).</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение ставить петли, поймать больше дичи</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя находиться близ тузака, создавать шум</p> <p><b>Методические указания:</b> тузак выставляется заблаговременно.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	охота на птицу с помощью петли
<i>Этнические принципы</i>	развивает охотничью сноровку. Забота о ближних
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, быстрота реакции. Развивает мышцы тела
<i>Развитие сознания</i>	внимание, сосредоточенность
<i>Социальные навыки</i>	сложные, индивидуально-групповые, комплексные, ситуационные
<i>Этические нормы</i>	уважение
<i>Креативность</i>	предугадать действия птиц
<i>Воспитательный момент</i>	эстетический эффект в общении с природой, экологическое воспитание, трудовое, физическое
<b>19. Название игры</b>	<b>Укурук салмай (ловля коня петлей)</b>
<i>Источник знания</i>	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих - 2-3; место – пастбище; инвентарь – палка, аркан. На конец палки длиной примерно 4-5 метров прикрепляется аркан, на другом конце аркана делается петля в середине палки так, чтобы она при затягивании легко передвигалась.</p> <p><b>Содержание игры:</b> наездник садится на коня, готовит «укурук» и преследует выбранного коня для ловки в табуне. Как только петля будет накинута на шею коня, всадник делает сильное затягивающее движение к себе и ловит коня, после чего к игре приступают по очереди следующие игроки. Выигрывает игрок, поймавший коня за наименьшее время.</p>



	<p><b>Разновидность:</b> жөө укурук салмай (ловля коня петлей пешим).</p> <p><b>Игровая единица:</b> правильно использовать петли и умение их затягивать</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу, отгонять выбранного коня</p> <p><b>Методические указания:</b> к игре следует допускать игроков, имеющих навыки общения с «укуруком», с хорошей физической подготовкой, навыками верховой езды. После закидывания «укурук» на шею коня другим игрокам разрешается помогать в его затягивании.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	поймать коня
<i>Этнические принципы</i>	навык охоты. Вести пропаганду здорового образа жизни, умение ладить с конем
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, сила, физическая работоспособность. Развивает мышцы рук, корпуса тела
<i>Развитие сознания</i>	интеллект, логическое мышление, внимание, сосредоточенность
<i>Социальные навыки</i>	сложные, индивидуально-групповые; комплексные, ситуационные, научиться ловить коня
<i>Этические нормы</i>	морально-волевые качества
<i>Креативность</i>	чувствовать инстинкты животного
<i>Воспитательный момент</i>	формирование трудовых навыков
<b>20. Название игры</b>	<b>Бел кармашып жерден көтөрүшмөй (отрывание друг друга от пола захватом за пояс)</b>
<i>Источник знания</i>	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 10–16; место – поле, площадка, лужайка, зал борьбы. Выбирают водящего, остальные, разделившись на две команды, захватывают друг друга за пояс.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего участники в сопротивлении стараются оторвать друг друга от земли. Выигрывает команда, наибольшее количество раз сумевшая оторвать своих партнеров от земли.</p> <p><b>Игровая единица:</b> оторвать противника от земли</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя сваливать друг друга, применять другие приемы борьбы</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.</p>

<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	оторвать соперника от пола, правильно взять захват
<i>Этнические принципы</i>	сохранение традиций. Навык борьбы
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	сила, развивает гибкость, ловкость, координацию движений, выносливость. Развивает мышцы тела
<i>Развитие сознания</i>	целеустремленность, настойчивость
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, преодоление трудностей
<i>Этические нормы</i>	укреплять дружбу между игроками, учит дорожить честью коллектива
<i>Креативность</i>	становление личности
<i>Воспитательный момент</i>	принципиальность, чувство сплоченности, умение подавлять отрицательные эмоции
<b>21. Название игры</b>	<b>Бел кармашып тартышуу (перетягивание друг друга, взявшись за пояс)</b>
<i>Источник знания</i>	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 8–16; место – площадь, двор. Выбирается водящий; остальные делятся на две команды. Проводятся две линии, обозначающие коридор шириной в 1 метр: участники берут друг друга за пояс крест на крест.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде участники начинают перетягивать партнеров на свою сторону. Выигрывает команда, перстянувшая наибольшее число членов противоположной команды.</p> <p><b>Разновидность:</b> кол кармашып тартышуу (перетягивание друг друга, взявшись за руки).</p> <p><b>Игровая единица:</b> перетянуть наибольшее число противников</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя отпускать захваты за руки, брать за одежду, руки и ноги, мешать или оказывать помощь друг другу.</p> <p><b>Методические указания:</b> площадка должна быть ровной, без посторонних предметов.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	правильно захватить за пояс
<i>Этнические принципы</i>	вести пропаганду здорового образа жизни. Навык борьбы
<i>Развитие физических качеств и состав</i>	сила, гибкость, устойчивость, ловкость, координация движений Развивает мышцы рук, ног.



<i>движений</i>	
<i>Развитие сознания</i>	логика, мышление
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, правильно использовать силу
<i>Этические нормы</i>	спортивная этика – честная игра
<i>Креативность</i>	становление личности, самовоспитание
<i>Воспитательный момент</i>	сознательная дисциплина и трудолюбие, ответственность, упорство, уважение к сопернику
<b>22. Название игры</b>	<b>Калмак көтөрүш (поднимание калмака)</b>
<i>Источник знания</i>	Киргизский национальный спорт и игры. Фрунзе: Госиздат, 1928; Киргизские народные игры. - Фрунзе; Кыргызстан, 1973; Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Рождественский А.П., 1928; Мусин Ю.М., 1973; Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников 2 и более; место-площадка, поле, лужайка. По договоренности один из участников ложится на землю, заложив руки за голову.</p> <p><b>Содержание игры:</b> другой, зажав ноги лежащего на уровне щиколоток своими ногами, берет его руками за ноги ниже колен и старается привести в вертикальное положение. После нескольких попыток участники меняются ролями.</p> <p><b>Игровая единица:</b> привести противника в вертикальное положение</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя делать рывковые движения, бросать партнера после приведения его в вертикальное положение</p> <p><b>Методическое указание:</b> лежащий должен держаться прямо, напрягая мышцы поясницы, ног и шеи.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	опередить соперника
<i>Этнические принципы</i>	вести пропаганду здорового образа жизни. Навык борьбы
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	сила, развивает двигательные способности, устойчивость, координацию движений. Развивает мышцы ног, рук, туловища
<i>Развитие сознания</i>	целеустремленность, настойчиво преодолевать трудности
<i>Социальные навыки</i>	умение перебороть себя, преодолеть трудность
<i>Этические нормы</i>	сознательная дисциплина, взаимоуважение

<i>Креативность</i>	становление личности, самовоспитание
<i>Воспитательный момент</i>	трудолюбие, упорство, уважение к сопернику
<b>23. Название игры</b>	<b>Куш салмай (охота с соколом или ястребом)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003; Кыргызские игры и развлечения. Бишкек: Илим, 2004.
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003; Арстанбек Касен, 2004.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> одно из древнейших развлечений. Существуют много разновидностей соколов: шумкар-кречет, ительги-балобан, ылачын – сапсан и др. Много зависит от саятчы (тренера). Тренировка соколов - сложная процедура, требует не менее трех месяцев.</p> <p><b>Содержание игры:</b> ловят соколов в сентябре-октябре, когда они летают в одиночку. Ставят сеть, посадив в него голубя, заметив которого, он камнем бросается на добычу. Несмотря на острое зрение, в азарте охоты он сам становится добычей. Кречет, настигая свою жертву, сильно бьет ногой от груди, если он падает, атакует следующего. Удары его так сильны, что переламывает спины, разламывает черепа, раздробливает кости жертвы. Сапсан отличается меньшими размерами. Считается более удачливым в охоте. Сказывается его быстрота и азарт. Он удачно сбивает в стаи свои жертвы. Может брать крупных птиц: лебедя, журавля, дрофу, гуся и др. Балобан и пустельги хватают свою жертву в воздухе и садятся вместе с ней. Охота с ними - одна из увлекательнейших забав.</p> <p><b>Игровая единица:</b> правильно направить сокола</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать другим птицам и игрокам</p> <p><b>Методическое указание:</b> соблюдать очередность выпуска птицы.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные игроки
<i>Стратегия игры</i>	охота с соколом
<i>Этнические принципы</i>	навык охоты, забота о ближних. Для заполнения досуга и для развлечения
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, выносливость, быстрота реакции. Развивает мышцы тела, верхней и нижней конечности, мышцы позвоночного столба
<i>Развитие сознания</i>	прозорливость, целеустремленность
<i>Социальные навыки</i>	приобретение навыка охоты
<i>Этические нормы</i>	взаимоуважение, самодисциплина
<i>Креативность</i>	предугадать события



<i>Воспитательный момент</i>	настойчивость, старание, упорство
<b>24. Название игры</b>	<b>Аркан тартыш же ит тартыш (перетягивание каната)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003; Кыргызские игры и развлечения. Бишкек: Илим, 2004.
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003; Арстанбек Касен, 2004.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> это игра, выявляющая силу и ловкость, она проводилась во время крупных тоев (торжеств, праздников) и аш (тризн). Принимали участие как мужчины, так и женщины, иногда в состязаниях участвовали старики и старухи.</p> <p><b>Содержание игры:</b> судья соревнований выдавал им кыл аркан – волосяной аркан или кендир жип – конопляную веревку длиной до 10 м. Концы связывались узлом, образуя кольцо. Цель забавы заключалась в том, чтобы перетянуть соперника на свою сторону. Имелись разнообразные его виды.</p> <p>На крупных торжествах или поминках участники состязания выходили от имени племени, в кожаных штанах, босиком или легкой обуви, обнаженные по пояс. Брала в руки аркан, надевали на шею и пропускали под мышками. Встав спиной, друг к другу, старались перетянуть аркан. Ровно на середине от равноудаленных соперников намечалась линия, середина аркана приходилась на нее и перевязывалась лентой. По положению этой ленты определялся победитель.</p> <p>Бытовал другой вариант, когда участники игры надевали аркан на шею и пропускали его между ног. Перетягивание шло на четвереньках, что добавляло больше веселья и забавляло зрителей, особенно когда один из игроков падал, и его затаскивали за отмеченную линию.</p> <p>Существовала командная игра, когда перетягивание каната происходило между группой людей одного или нескольких родовых объединений. Победители получали небольшие призы.</p> <p><b>Игровая единица:</b> перетянуть больше соперников.</p> <p><b>Правила игры:</b> начало игры точно по команде.</p> <p><b>Методическое указание:</b> сохранять расстояние между игроками.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные участники, судьи
<i>Стратегия игры</i>	перетягивание каната
<i>Этнические принципы</i>	добиться победы, сохранение традиций. Воспитание упорства, характера
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	выносливость, сила, быстрота реакции, ловкость. Развивает мышцы тела

Развитие сознания	мышление, умение быстро реагировать на ситуацию
Социальные навыки	индивидуально-групповые, ситуационные, научиться распределять силу
Этические нормы	уважение к сопернику, морально-волевые качества
Креативность	умение преодолевать трудности
Воспитательный момент	упорство, настойчивость, целеустремленность, сплоченность, собранность, согласованность ритма
<b>25. Название игры</b>	<b>Ашкабак чапмай (удар по тыкве)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003; Кыргызские игры и развлечения. Бишкек: Илим, 2004.
Носитель знания	Анаркулов Х.Ф., 2003; Арстанбек Касен, 2004.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> в южных районах республики <b>коон чапмай</b> – удар по дыне. Есть еще другое название этой игры – <b>конок чапмай</b> – удар по ведру. Подготовить палку и «тыкву».</p> <p><b>Содержание игры:</b> на определенное возвышенное место ставится тыква или забивается кол, который насаживается один из перечисленных предметов. Ведущий завязывает глаза очередному участнику игры, дает ему в руки палку, раскручивает его и тот, пройдя 3-4 метра до штрафной линии, должен ударом палки сверху попасть по поставленному предмету. Победителем считается тот, кто больше всех попал по цели.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точное попадание в тыкву</p> <p><b>Правила игры:</b> начало игры точно по команде.</p> <p><b>Методическое указание:</b> соблюдать очередность.</p>
Организаторы	наиболее опытные игроки
Стратегия игры	попадание в цель.
Этнические принципы	воспитание ловких. Умение пользоваться предметами быта, не забывать традиции, развлечения
Развитие физических качеств и состав движений	сила, выносливость, ловкость. Развивает мышцы тела, мышцы верхней конечности
Развитие сознания	внимание, координация
Социальные навыки	взаимодействие с другими людьми
Этические нормы	взаимоуважение, взаимопомощь
Креативность	умение ориентироваться в пространстве, чувство предметов на расстоянии, ориентация в пространстве
Воспитательный момент	целеустремленность, сосредоточенность



<b>26. Название игры</b>	<b>Доңгөк жаруу – (раскалывание чурки)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003; Кыргызские игры и развлечения. Бишкек: Илим, 2004.
Носитель знания	Анаркулов Х.Ф., 2003; Арстанбек Касен, 2004.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> развлечение, имеющее корни трудового происхождения, больше мужское. Подготовить место ровное, топор, дрова.</p> <p><b>Содержание игры:</b> на больших тоях или ашах, когда для многочисленных гостей готовилась трапеза в огромных котлах от ста и более штук, многое зависело и от людей, которые следили за огнём. Сжигались кубометры дров и от сноровки истопника зависело, вовремя ли будет готова трапеза. В древнем кыргызском быту эту роль выполнял отунчу (собиратель дров), бедный родственник или батрак. В этой роли мог быть и коншу (сосед), находящийся в более низком социальном положении. В его обязанности также входило носить воду и выполнять другую тяжёлую, черновую работу. Есть описания в эпосе «Манас»:</p> <p>«Отуз уйлуу нойгутту      «Тридцать семей нойгутов  Отун жарып кертишип»    Кололи в щепки дрова».</p> <p>И чтобы тяжёлая работа не казалось нудной, устраивались состязания по раскалыванию чурки. Победителя восхваляли за его сноровку и силу, угощали вкусной пищей, иногда дарили что-то из одежды</p> <p><b>Игровая единица:</b> точное раскалывание</p> <p><b>Правила игры:</b> начало игры точно по команде</p> <p><b>Методическое указание:</b> соблюдать очередность.</p>
Организаторы	наиболее опытные участники
Стратегия игры	раскалывание чурки
Этнические принципы	помощь ближнему, соблюдение традиций
Развитие физических качеств и состав движений	сила, выносливость, ловкость, быстрота реакции. Развивает мышцы тела, мышцы рук, туловища, физическую работоспособность
Развитие сознания	мышление, взгляды
Социальные навыки	позаботиться о себе и других людях
Этические нормы	сознание, понимание
Креативность	взаимовыручка
Воспитательный	Взаимопомощь, сплоченность, собранность

<i>момент</i>	
<b>27. Название игры</b>	<b>Жаңырык чакыруу – (вывоз эха)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003; Кыргызские игры и развлечения. Бишкек: Илим, 2004.
Носитель знания	Анаркулов Х.Ф., 2003; Арстанбек Касен, 2004.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> ровная местность, свободная от различных предметов</p> <p><b>Содержание игры:</b> игроки по команде поочередно громко кричат разные звуки, при этом прислушиваясь на звук эха. Побеждает тот, у кого получился самый громкий звук эха.</p> <p><b>Игровая единица:</b> добиться высокого отзвука</p> <p><b>Правила игры:</b> не сбивать соперников, начинать крик точно по команде.</p> <p><b>Методическое указание:</b> соблюдать очередность.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные участники
<i>Стратегия игры</i>	найти удобное место для крика
<i>Этнические принципы</i>	навык поиска кого-либо
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	быстрота реакции, развивает мышцы грудной клетки
<i>Развитие сознания</i>	мышление, сообразительность
<i>Социальные навыки</i>	позаботиться о себе и других людях
<i>Этические нормы</i>	сознание, понимание
<i>Креативность</i>	взаимовыручка
<i>Воспитательный момент</i>	взаимопомощь, сплоченность, собранность
<b>28. Название игры</b>	<b>Баш айланма (кружение)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003; Кыргызские игры и развлечения. Бишкек: Илим, 2004.
Носитель знания	Анаркулов Х.Ф., 2003; Арстанбек Касен, 2004.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 10- 20; место – площадка, поле. Выступают две команды, судят 2-3 человека. Около стены или забора обозначаются два круга диаметром по 50-60 сантиметров. Расстояние между кругами 5-6 метров. На</p>



	<p>расстоянии 10-15 метров от кругов вычерчивается еще два круга диаметром 1-2 метра. От каждой команды выходят по одному человеку и становятся в большие круги лицом к малым кругам.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по сигналу старшего судьи участники левой рукой, продетой под правую руку, берутся за ухо, наклоняются вперед так, чтобы веточками достать землю у носков ног. По второму сигналу участники выпрямляются (положение рук не меняется) и начинают кружиться по часовой стрелке 5-6 раз, и сразу идут к малым кругам и бьют в круг палочками, после чего освобождают левые руки. Выигрывает тот, кто, не переступая за круг, соблюдая все другие условия, первым осалит малый круг. Командное место определяется по количеству удачных попыток.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точное попадание в малый круг</p> <p><b>Правила игры:</b> при нарушении повторные попытки не разрешаются. Если участник, не доходя до цели, упал, он может, моментально поднявшись, дойти до финиша.</p> <p><b>Методические указания:</b> размеры кругов, количество оборотов и другие условия устанавливаются по договоренности с учетом возраста, пола участников. Упражнение может проводиться отдельно для девушек и юношей или смешанно.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные судьи
<i>Стратегия игры</i>	навык владения собой
<i>Этнические принципы</i>	воспитание воображения, ориентации в пространстве
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	развивает координацию движений, ловкость, быстроту реакции. Развивает сенсорные способности Развивает мышцы ног.
<i>Развитие сознания</i>	мышление, внимание
<i>Социальные навыки</i>	сложные, ситуационные, индивидуальные, комплексные. Умение ориентироваться в пространстве.
<i>Этические нормы</i>	самообладание, самовоспитание
<i>Креативность</i>	формирование навыков предусмотреть, предугадать ситуацию
<i>Воспитательный момент</i>	приобщение к новому ощущению
<b>29. Название игры</b>	<b>Тез атка минүү жапа түшүү (Быстрая посадка и высадка с коня)</b>
<i>Источник знания</i>	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
<i>Носитель знания</i>	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; определить водящего. Игроки стоят вокруг

	<p>коня и всадника. Определяется очередность выполнения задания между игроками. Выбранный игрок должен за 5 минут сделать как можно большее количество «посадок и высадок на коня».</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего всадник начинает выполнять движение. Водящий засекает время. Остальные игроки также занимаются подсчетом посадок и высадок с коня. После выполнения задания первым игроком к игре приступает другой игрок, и т.д. По итогам выполненного задания определяется победитель, кто большее количество раз выполнил задание за 5 минут. Затем игра может быть продолжена.</p> <p><b>Разновидности:</b> төөгө минүү, эшек минүү.</p> <p><b>Игровая единица:</b> за минимальное время выполнить большее количество посадок и высадок с коня</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать, шуметь. Все могут выполнять задание на одном коне.</p> <p><b>Методические указания:</b> участники должны соблюдать очередность.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица
<i>Стратегия игры</i>	навык всадника
<i>Этнические принципы</i>	умение ладить с конем, взаимопонимание с животным
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, быстрота, развивает мышцы тела
<i>Развитие сознания</i>	мышление, сообразительность
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, сложные, индивидуальные. Взаимодействие с животным, навык управления конем.
<i>Этические нормы</i>	понимание ценности коня, любовь к природе, дисциплина
<i>Креативность</i>	выработка красоты осанки, движения
<i>Воспитательный момент</i>	самодисциплина, самопознание, самовоспитание, взаимопомощь
<b>30. Название игры</b>	<b>Тыңшап буюмду тану (узнавание предмета по звуку)</b>
Источник знания	Олия Дуйшебай
Носитель знания	Население села Чолпон, Ак-Суйского района
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих 4-10, место – поле, лужайка, площадка, спортзал, комната</p> <p><b>Содержание игры:</b> выбирается водящий, остальные становятся в 5-6 шагах от него, образуя полукруг. Водящий постукивает предметами игроку, сидящему спиной к нему, спрашивает «какой это предмет?» игрок по звуку должен узнать предмет. Сидящие игроки определяют, узнал предмет правильно или нет. Затем, то же самое делают другие игроки. Выигрывает игрок, сумевший больше всех узнать предметов. Игра может продолжаться 2-3 раза.</p> <p><b>Игровая единица:</b> точно узнать предметы</p>



	<b>Правила игры:</b> нельзя во время узнавания издавать звук, мешать друг другу, создавать шум. <b>Методическое указание:</b> площадка должна быть просторной, избегать кучности.
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица
<i>Стратегия игры</i>	навык предугадывания
<i>Этнические принципы</i>	воспитание воображения
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, развивает сенсорные способности
<i>Развитие сознания</i>	мышление
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, комплексные, сложные, индивидуальные, комплексные
<i>Этические нормы</i>	забота по отношению к другим людям
<i>Креативность</i>	формирование навыков предугадать
<i>Воспитательный момент</i>	приобщение к новому ощущению
<b>31. Название игры</b>	<b>Тыңшап кишинин санын билүү (узнавание количества людей по звуку)</b>
<i>Источник знания</i>	Олия Дуйшебай
<i>Носитель знания</i>	Население села Чолпон, Ак-Суйского района
<i>Исследователь</i>	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; определить водящего. Игроки стоят на 10м дальше от площадки. Один игрок остается с водящим. <b>Содержание игры:</b> по команде водящего несколько игроков начинают топтать ногами. Игрок, который остался с водящим, прислушивается, приложив ухо к земле и должен отгадать, сколько человек топчет землю. <b>Разновидности:</b> изменение расстояния <b>Игровая единица:</b> быстро узнать сколько человек топчет землю <b>Правила игры:</b> нельзя во время узнавания издавать звук, мешать друг другу, создавать шум. <b>Методическое указание:</b> площадка должна быть просторной, избегать кучности.
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица
<i>Стратегия игры</i>	навык предугадывания
<i>Этнические принципы</i>	воспитание воображения
<i>Развитие физических качеств и состав</i>	ловкость, развивает сенсорные способности

<i>движений</i>	
<i>Развитие сознания</i>	мышление
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, комплексные, сложные, индивидуальные, комплексные
<i>Этические нормы</i>	забота по отношению к другим людям
<i>Креативность</i>	формирование навыков предугадать
<i>Воспитательный момент</i>	приобщение к новому ощущению
<b>32. Название игры</b>	<b>Житмей ойномой (Игра в исчезновение)</b>
Источник знания	Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Д.п.н., профессор Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
<i>Описание игры</i>	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников - неограниченное; место – площадка; определить водящего. Игроки разбиваются попарно.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки стараются незаметно исчезнуть из вида остальных игроков и водящего. Начинается счет от 20-30. Затем водящий ищет исчезнувшие пары. Найденные пары меняются местами с водящим. Ненайденные пары зарабатывают очко и продолжают игру. Ненайденные пары возвращаются на площадку после крика о поражении водящего.</p> <p><b>Игровая единица:</b> умение хорошо спрятаться</p> <p><b>Правила игры:</b> начинать игру строго по команде, не мешать другим игрокам.</p> <p><b>Методические указания:</b> физическая подготовленность игроков должна быть одинаковой.</p>
<i>Организаторы</i>	наиболее опытные лица
<i>Стратегия игры</i>	найти исчезнувших игроков
<i>Этнические принципы</i>	формирование навыков предугадать
<i>Развитие физических качеств и состав движений</i>	ловкость, быстрота реакции. Развивает сенсорные способности
<i>Развитие сознания</i>	мышление, внимание
<i>Социальные навыки</i>	ситуационные, комплексные, сложные, умение ориентироваться в пространстве
<i>Этические нормы</i>	забота по отношению к другим людям
<i>Креативность</i>	приобщение к новому ощущению
<i>Воспитательный момент</i>	воспитание воображения



<b>33. Название игры</b>	<b>Бука тартыш (перетягивание быка)</b>
Источник знания	Киргизские национальные виды спорта и народные игры. -Фрунзе; Кыргызстан, 1981; Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Л.: Наука, 1984; Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения, Б.: 2003.
Носитель знания	Омурзаков Д., Саралаев М., 1981; Симаков Г.Н., 1984; Анаркулов Х.Ф., 2003
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество играющих – 2-20; место - поле, площадка, лужайка; инвентарь - аркан диаметром 2-3 сантиметра. Играющие делятся на две команды, которые становятся друг к другу лицом в шеренгу на расстоянии 15 метров. Назначаются капитаны команд. От каждой команды выходят направляющие игроки на середину площадки и встают спиной друг к другу. Им на шею надевается аркан, который должен пройти подмышками и плотно обтянуть грудь.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде участники стараются перетянуть партнера. Если игрокам не удалось выполнить эту задачу в обусловленное время, поединок заканчивается вничью. Затем меряться силой выходят следующие игроки. По суммарному итогу определяется команда-победительница.</p> <p><b>Игровая единица:</b> перетянуть соперника за минимальное время</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя начинать перетягивать без команды; одному игроку нельзя выходить два раза на перетягивание; при равном количестве очков спор решается между капитанами в повторном поединке.</p> <p><b>Методические указания:</b> соблюдать правила игры. Физическая подготовленность игроков должна быть одинаковой.</p>
Организаторы	судьи
Стратегия игры	перетягивание соперников
Этнические принципы	подготовка к преодолению трудностей
Развитие физических качеств и состав движений	сила, ловкость, быстрота реакции, выносливость, координация движений. Развивает мышцы ног, рук, туловища.
Развитие сознания	мышление, внимание
Социальные навыки	командные, элементарные, умение преодолевать трудности
Этические нормы	взаимопомощь, взаимовыручка
Креативность	испытать самого себя
Воспитательный момент	целеустремленности, настойчивость
<b>34. Название игры</b>	<b>Чыдамкайлыкты текшерүү (Проверка на терпение)</b>
Источник знания	Олия Дуйшебай

Носитель знания	Население села Чолпон, Ак-Суйского района.
Исследователь	к.б.н., доцент Абдырахманова Д.О.
Подано от Кыргызской государственной медицинской академии и Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта	
Описание игры	<p><b>Подготовка к игре:</b> количество участников – 5-10; место – площадка; определить водящего. Игроки стоят друг против друга, не отводя глаза.</p> <p><b>Содержание игры:</b> по команде водящего игроки смотрят друг на друга, не отводя глаз. Игроки справа и слева смотрят на них и определяют, кто первый моргнет глазами. Игрок, который не моргнет, считается победителем, игрок, моргнувший, - проигравшим. Далее игра продолжается.</p> <p><b>Разновидности:</b> в процессе игры другие игроки могут отвлекать основных игроков</p> <p><b>Игровая единица:</b> не моргать глазами</p> <p><b>Правила игры:</b> нельзя мешать друг другу. Начинать игру по команде.</p> <p><b>Методические указания:</b> игроки должны быть примерно одного роста. Можно принять положение сидя.</p>
Организаторы	наиболее опытные лица
Стратегия игры	обойти соперника
Этнические принципы	выработка терпения
Развитие физических качеств и состав движений	быстрота реакции, развивает сенсорные способности
Развитие сознания	внимание, мышление
Социальные навыки	ситуационные, сложные, индивидуальные, выработка новых способностей
Этические нормы	не унижать достоинства друг друга
Креативность	формирование навыков предугадывать, предусматривать, приобщение к новому ощущению
Воспитательный момент	воспитание целеустремленности



## Биографии

Аристотель	(384-322 до н.э.) древнегреческий ученый, философ. Учился у Платона в Афинах. Воспитатель Александра Македонского. Основоположник формальной логики. Колебался между материализмом и идеализмом. Доказывал, что ум, разум отличают человека от животного. Центральный принцип этики – разумное поведение, умеренность. Человек – существо общественное, основная цель - «очищение» духа – катараксис. Главные сочинения – «Этика», «Политика», «Риторика», «Поэтика» и др.
Бодрийяр Жан	(фр. <i>Jean Baudrillard</i> ; Годы жизни: <u>27 июля 1929, Реймс, Франция</u> — 6 марта 2007, Париж, Франция) — французский социолог, культуролог и философ-постмодернист, фотограф. Современную эпоху Бодрийяр называет эрой гиперреальности — надстройка определяет базис, труд не производит, а социализирует, представительные органы власти никого не представляют. Современную эпоху характеризует как чувство утраты реальности. Последним бастионом реальности становится смерть («смерть, пожалуй, единственное, что не имеет потребительной стоимости»). На смерти основана любая власть и экономика. Но в этом случае смерть выступает не сама по себе, а как фантазм (представление). В искусстве Бодрийяр видит критическую и терапевтическую функции по возвращению реальности. Его работы: <i>Соблазн / De la séduction</i> (1979, рус. перевод 2000); <i>Прозрачность зла / La Transparence du Mal</i> (1990, рус. перевод 2006). <b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Бодрийяр_Жан">http://ru.wikipedia.org/wiki/Бодрийяр_Жан</a>
Бенуа Б. Мандельброт	В 2002 году на русском языке вышла замечательная книга Бенуа Б.Мандельброта «Фрактальная геометрия природы». Мандельброт – американский математик, является основателем теории фракталов, и первые его работы были опубликованы в 1977 году. Книга много раз переиздавалась во всех странах мира и все еще остается лучшим и основным введением в теорию фракталов и фрактальную геометрию. <b>Источник:</b> <a href="http://fractals.narod.ru/lib/geometry_1.html">http://fractals.narod.ru/lib/geometry_1.html</a>
Бюлер Карл	Представитель немецкой школы психологии мышления «Теория языка» (1934). Фактически он занимается не столько языком, сколько речью, которую он изучает с точки зрения функций, которые она способна выполнять в конкретной ситуации. К. Бюлер выделяет при этом три функции: выражение, обращение и сообщение, которые он переносит в сферу категорий, обуславливающих сущность языка. Тем самым, природа языка определяется у него функциональными моментами, устанавливаемыми в процессе речи. Свидетельствуют и его четыре аксиомы, образующие существенную часть его методологического вооружения: А. модель органа языка; В. знаковая природа языка; С. разграничение речевого акта и языкового образования и D. противопоставление слова и предложения. <b>Источник:</b> <a href="http://www.classes.ru/grammar/135.Zvcgintsev/worddocuments/ixx.htm">http://www.classes.ru/grammar/135.Zvcgintsev/worddocuments/ixx.htm</a>
ВОЗ	Всемирная организация здравоохранения - специализированное учреждение ООН, основано в 1946 г. Местопребывание – Женева. Уставные задачи: борьба с особо опасными болезнями, разработка международных санитарных правил и т.д. Имеет региональные организации – Европейскую,

	Африканскую, Американскую и т.д.
Вольф Григорьевич (Гершикович) Мессинг	<p>(10 сентября 1899, Гура-Кальвария, Польша — 8 ноября 1974, Москва, СССР) — эстрадный артист, выступавший в СССР с психологическими опытами «по чтению мыслей» зрителей, заслуженный артист РСФСР (1971).</p> <p>Вольф Мессинг родился в еврейской семье в городе Гура-Кальвария, расположенном в 25 км на юго-восток от Варшавы — на территории Российской империи. В юности участвовал в номерах иллюзионистов в польских бродячих цирках. В 1939 году после начала Второй мировой войны бежал в Советский Союз, где начал выступать с «чтением мыслей», сначала в составе агитбригад, затем с индивидуальными концертами от Госконцерта. Выступал в качестве иллюзиониста в советском цирке. Во время Второй Мировой войны на средства артиста Мессинга были построены два истребителя. Первый истребитель марки Як-7 был приобретен Вольфом Мессингом в 1944 году специально для летчика-аса Константина Ковалёва после того, как он прочитал приказ о присвоения летчику звания Героя Советского Союза. На этом истребителе Константин Ковалёв сбил 4 вражеских самолёта. Второй истребитель был приобретен в 1944 году и проходил службу в авиаполку «Варшава».</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Мессинг,_Вольф_Григорьевич">http://ru.wikipedia.org/wiki/Мессинг,_Вольф_Григорьевич</a></p>
Выготский Лев Семенович	<p>(первоначальное имя — <i>Лев Симхович Выгодский</i>; 5 (17) ноября 1896, Орша, Российская империя — 11 июня 1934, Москва) — советский психолог, основатель культурно-исторической школы в психологии. В работах Выготского подробно рассмотрена проблема соотношения роли созревания и обучения в развитии высших психических функций ребёнка. Так, он сформулировал важнейший принцип, согласно которому сохранность и своевременное созревание структур мозга есть необходимое, но недостаточное условие развития высших психических функций. Главным же источником для этого развития является изменяющаяся социальная среда, для описания которой Выготским введён термин <i>социальная ситуация развития</i>, определяемая как «своеобразное, специфическое для данного возраста, исключительное, единственное и неповторимое отношение между ребенком и окружающей его действительностью, прежде всего социальной». Именно это отношение определяет ход развития психики ребёнка на определённом возрастном этапе.</p> <p>Культурно-историческая теория Выготского породила крупнейшую в советской психологии школу, из которой вышли А. Н. Леонтьев, А. Р. Лурия, А. В. Запорожец, Л. И. Божович, П. Я. Гальперин, Д. Б. Эльконин, П. И. Зинченко, Л. В. Занков и др. В 1970-е годы теории Выготского стали вызывать интерес в американской психологии. В последующее десятилетие все основные труды Выготского были переведены и легли, наряду с Пиаже, в основу современной образовательной психологии США. В европейской психологии Ласло Гараи разрабатывал проблематику также социальной психологии (социальная идентичность) и экономической психологии (вторая модернизация) в рамках теории Выготского.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Выготский,_Лев_Семенович">http://ru.wikipedia.org/wiki/Выготский,_Лев_Семенович</a></p>
Ганденбергер Гертруд	Магистр политологии, руководитель учебных программ Международного



	<p>образовательного центра "Forum Burg Liebenzell" (Бад Либенцелль, Германия). На протяжении более чем 10 лет занимается политическим образованием; основные темы: Европа, права человека и демократия. E-mail: <a href="mailto:gandenberger@internationalesforum.de">gandenberger@internationalesforum.de</a></p>
Горький Максим	<p>Настоящее имя - Пешков Алексей Максимович (1868 - 1936). Прозаик, драматург, поэт, публицист. Родился в Нижнем Новгороде в семье столяра краснодеревщика, после смерти отца жил в семье деда В.Каширина, владельца красильного заведения. Горький написал: "Я не ждал помощи извне и не надеялся на счастливый случай... Я очень рано понял, что человека создает его сопротивление окружающей среде." В свои 16 лет он уже многое знал о жизни, но четыре года, проведенных в Казани, сформировали его личность, определили его путь. Горький активно участвовал в строительстве новой культуры: помогал организации Первого Рабоче-крестьянского университета, Большого драматического театра в Петербурге, создал издательство "Всемирная литература". В годы гражданской войны, голода и разрухи проявлял заботу о русской интеллигенции, когда многие ученые, писатели и художники были спасены им от голодной смерти.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://author-gorkiy.ru/index.php?wh=b00000">http://author-gorkiy.ru/index.php?wh=b00000</a></p>
Джозеф Диспенза	<p>Изучая работу мозга новейшими средствами технической аппаратуры, Диспенза углубился в понятия сознание, ум, разум. Пришло понимание, что мозг человека строит свою работу на основе новых знаний. Непрерывный поток информации через органы чувств, информация, поступающая путем обучения, запускают внутренние нейрофизиологические механизмы обработки информации – логику, интеллект, интуицию.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://www.drjoedispenza.com/">http://www.drjoedispenza.com/</a></p>
Дистанционное образование	<p>Образование, которое полностью или частично осуществляется с помощью компьютеров и телекоммуникационных технологий и средств. Субъект дистанционного образования удалён от педагога и/или учебных средств, и/или образовательных ресурсов.</p> <p>Использование технологий дистанционного обучения позволяет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• снизить затраты на проведение обучения (не требуется затрат на аренду помещений, поездок к месту учебы, как учащихся, так и преподавателей и т. п.);</li> <li>• проводить обучение большого количества человек;</li> <li>• повысить качество обучения за счет применения современных средств, объемных электронных библиотек и т.д.</li> <li>• создать единую образовательную среду (особенно актуально для корпоративного обучения).</li> </ul> <p>В основе такой системы заложен метод обучения, который получил название «Природный процесс обучения» (Natural Learning Manner). Дистанционное обучение — это демократичная простая и свободная система обучения. Она была изобретена в Великобритании и сейчас активно используется жителями Европы для получения дополнительного образования. Студент, постоянно выполняя практические задания, приобретает устойчивые автоматизированные навыки. Теоретические знания усваиваются без дополнительных усилий, органично вплетаясь в</p>

	<p>тренировочные упражнения. Формирование теоретических и практических навыков достигается в процессе систематического изучения материалов и прослушивания и повторения за диктором упражнений на аудио и видеоносителях (при наличии).</p> <p>В 1969г. в Великобритании был открыт первый в мире университета дистанционного образования – Открытый Университет Великобритании, он был назван так, чтобы показать его доступность за счет невысокой цены и отсутствия необходимости часто посещать аудиторные занятия.</p> <p>Другие известные университеты с программами дистанционного обучения за рубежом: University of South Africa, 1946. FernUniversität in Hagen (Германия, 1974), Национальный технологический университет (США, 1984) (программы ДО по инженерным специальностям), Открытый университет Хаген (Германия), INTEC-колледж Кейптауна (ЮАР), Испанский национальный университет дистанционного обучения, Открытая школа бизнеса Британского открытого университета, Австралийская территориальная информационная сеть.</p> <p>Бюджет Открытого Университета Великобритании – 400 млн. фунтов. В Турецком Дистанционном Университете обучается более половины зарегистрированных студентов страны. Национальный Открытый Университет Индиры Ганди насчитывает более 1 млн. студентов.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Дистанционное_образование">http://ru.wikipedia.org/wiki/Дистанционное образование</a></p>
Европейский союз	<p>Экономическое и политическое объединение 27 европейских государств. Нацеленный на региональную интеграцию, Союз был юридически закреплён Маастрихтским договором в 1992 году на принципах Европейских сообществ. С пятьюстами миллионами жителей<sup>[2]</sup> доля ЕС как целого в мировом валовом внутреннем продукте составляла в 2009 году около 28 % (16,4 трлн \$) по номинальному значению и около 21 % (14,8 трлн \$) — по паритету покупательной способности.</p> <p>В Европейский союз входят 27 государств - Австрия, Бельгия, Болгария, Великобритания, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Ирландия, Испания, Италия, Кипр, Латвия, Литва, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Польша, Португалия, Румыния, Словакия, Словения, Финляндия, Франция, Чехия, Швеция и Эстония.</p> <p>С помощью стандартизированной системы законов, действующих во всех странах союза, был создан общий рынок, гарантирующий свободное движение людей, товаров, капитала и услуг, включая отмену паспортного контроля между 22 странами-членами Шенгенским соглашением. Союз принимает законы (директивы, законодательные акты и постановления) в сфере правосудия и внутренних дел, а также вырабатывает общую политику в области торговли, сельского хозяйства, рыболовства<sup>[10]</sup> и регионального развития. Семнадцать стран союза ввели в обращение единую валюту - евро, образовав еврозону.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Европейский_союз">http://ru.wikipedia.org/wiki/Европейский союз</a></p>
Зигмунд Фрейд	<p>Австрийский психолог, психиатр и невролог, основатель психоаналитической школы — терапевтического направления в психологии, постулирующего теорию, согласно которой невротические расстройства человека вызваны многокомплексным взаимоотношением бессознательных и сознательных процессов. В своих теориях Фрейд во многом исходил из идей эволюционной антропологии. С началом XX века начинает выпускать свои основные научные труды:</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Толкование сновидений» (1900)</li> <li>• «Психопатология обыденной жизни» (1901)</li> <li>• «Одно раннее воспоминание Леонардо да Винчи» (1910)</li> <li>• «Тотем и табу» (1913)</li> <li>• «Лекции по введению в психоанализ» (1916—1917)</li> <li>• «По ту сторону принципа удовольствия» (1920)</li> <li>• «Психология масс и анализ человеческого „Я“» (1921)</li> <li>• «Я и Оно» (1923)</li> </ul> <p>В 1923 году у Фрейда выявлен рак нёба. Ученый перенёс 33 мучительные операции, но продолжал работать до последних дней жизни. В 1930 году Фрейд стал лауреатом премии Гёте.</p> <p><b>Источник:</b>  <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Фрейд,_Зигмунд">http://ru.wikipedia.org/wiki/Фрейд, Зигмунд</a></p>
Золотой миллиард	<p>Выражение, обозначающее население развитых стран с достаточно высоким уровнем жизни в условиях ограниченности ресурсов. Численность данного населения в миллиард связана с численностью суммарного населения таких стран и регионов, как США (310.5 млн.), Канада (34.3 млн.), Австралия (22.5 млн.), Евросоюз (27 стран, суммарно 500 млн.), Новая Зеландия (4.4 млн.), Япония (127,4 млн.), Израиль (7.5 млн.), Лихтенштейн (35800 чел.), Монако (33000 чел.), Люксембург (0.5 млн.), Андорра (84000 чел.), Ватикан (920 чел.), Мальта (0.4 млн.) к началу третьего тысячелетия.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Золотой_миллиард">http://ru.wikipedia.org/wiki/Золотой миллиард</a></p>
Иоганн Кристоф Фридрих фон Шиллер	<p>(нем. <i>Johann Christoph Friedrich von Schiller</i>; 10 ноября 1759, Марбах-на-Неккаре — 9 мая 1805, Веймар) — немецкий поэт, философ, историк, теоретик искусства и драматург, представитель романтического направления в литературе, автор «Оды к радости», изменённая версия которой стала текстом гимна Европейского союза. Сочинения Шиллера были восторженно восприняты не только в Германии, но и других странах Европы. Одни считали Шиллера поэтом свободы, другие — оплотом буржуазной нравственности. Доступные языковые средства и меткие диалоги превратили многие строчки Шиллера в крылатые выражения. В 1859 году столетие со дня рождения Шиллера отмечалось не только в Европе, но и в США. Произведения Фридриха Шиллера заучивались наизусть, с XIX века они вошли в школьные учебники.</p> <p><b>Источник:</b>  <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Шиллер,_Фридрих">http://ru.wikipedia.org/wiki/Шиллер, Фридрих</a></p>
Кант Иммануил	<p>(нем. <i>Immanuel Kant</i>; 22 апреля 1724, Кёнигсберг, Пруссия — 12 февраля 1804, там же) — немецкий философ, родоначальник немецкой классической философии, стоящий на грани эпох Просвещения и Романтизма. Родился в небогатой семье ремесленника-седельщика. Мальчик был назван в честь святого Эммануила, в переводе с древнееврейского языка имя означает «с нами Бог». Естественнаучные и философские изыскания Канта дополняются «политологическими» опусами: в трактате «К вечному миру» он впервые прописал культурные и философские основы будущего объединения Европы в семью просвещённых народов, утверждая, что «просвещение — это мужество пользоваться собственным разумом». Его работы: «Критика чистого разума» (1781) — гносеология (эпистемология); «Критика практического разума» (1788) — этика; «Критика способности</p>

	<p>суждения» (1790) — эстетика. Будучи слаб здоровьем, Кант подчинил свою жизнь жёсткому режиму, что позволило ему пережить всех своих друзей.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Кант,_Иммануил">http://ru.wikipedia.org/wiki/Кант, Иммануил</a></p>
Кляйн Мелани	<p>(нем. <i>Melanie Klein</i>; 30 марта 1882, Вена — 22 сентября 1960, Лондон) — британский психоаналитик австрийского происхождения. Родилась в еврейской семье. Одна из пионеров детского психоанализа, разработчик техники работы с детьми, не утратившей актуальности и в наши дни. Автор оригинальной психоаналитической концепции, оказавшей значительное влияние на развитие теории объектных отношений.</p> <p><b>Игровая психотерапия</b> — метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры.</p> <p><b>Виды игровой психотерапии:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• психоаналитическое (психодинамическое) направление, в котором спонтанная игра клиента (обычно ребёнка) понимается прежде всего путь к его бессознательному.</li> <li>• направление недирективной игровой психотерапии. Представляет собой спонтанную игру в хорошо оснащённой игровой комнате при создании безопасных психотерапевтических условий.</li> <li>• направление поведенческой игровой психотерапии, основанной на теориях Б. Ф. Скиннера и А. Бандуры. Основная задача терапевта в ней — обучение тому, как правильно играть свои социальные роли.</li> <li>• направление «освобождающей» игровой психотерапии. В ней применяются игровые ситуации, в которых ребёнок может пережить конфликтную или страшную для него ситуацию вновь, но в безопасной обстановке.</li> <li>• структурированная игровая психотерапия - развитие метода освобождающей игровой терапии.</li> <li>• игровая психотерапия построения отношений. Акцентируется на отношениях между терапевтом и клиентом «здесь и теперь», без попыток объяснять их прошлый опыт.</li> <li>• интегративно-эклектическое направление игровой психотерапии — включающее более или менее гармонично сочетающиеся элементы предыдущих, практически встречается чаще других.</li> </ul> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Игровая_психотерапия">http://ru.wikipedia.org/wiki/Игровая психотерапия</a></p>
Конрад Лоренц	<p>(1903) австрийский зоолог, этнограф и зоопсихолог. Один из создателей науки о поведении животных — этологии. Основатель учения о запечатлевании - импринтинге и его роли в формировании поведения взрослых животных. Нобелевская премия в области медицины 1973 г.</p>
Лао Цзы	<p>(2 500 лет до н.э.) – описал основные свойства воды, «престарелый мудрец», «престарелый младенец» - древнекитайский философ, которому приписывается авторство на классический даосский трактат «Дао Дэ Цзин». Служил хранителем библиотеки Чжоу, где встречался с Конфуцием, жил в 5-6 в. до н.э. Позднее личность Лао Цзы была мифологизирована, при династии Хань начинает почитаться как высшее даосское божество — «престарелый государь». Возникает учение о его многочисленных воплощениях как мудрого наставника государей древности.</p>
Маркс Карл Генрих	<p>(нем. <i>Karl Heinrich Marx</i>; 5 мая 1818, Трир, Пруссия — 14 марта 1883,</p>



	<p>Лондон, Великобритания) — немецкий философ, социолог, экономист, политический журналист, общественный деятель. Его работы сформировали в философии диалектический и исторический материализм, в экономике — теорию прибавочной стоимости, в политике — теорию классовой борьбы. Эти направления стали основой коммунистического и социалистического движения и получили название «марксизм». Переходя от формального заявления о необходимости «изменить мир» к содержательному анализу того, что же должно быть изменено в обществе, пользуясь диалектическим методом Гегеля, Маркс пришел к выводу, что необходимо прежде всего обеспечить единство отдельного человека и общества в целом. Потому что «сущность человека ... в своей действительности ... есть совокупность всех общественных отношений» (Тезисы о Фейербахе, 6-й тезис). Иными словами, сущность человека — это свободное общение с другими людьми. Практические последствия работ Маркса огромны, но насколько мало они соответствуют его подлинным мотивам, показывает тот факт, что под конец своей карьеры он заявлял, что он «не марксист».</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Маркс,_Карл_Генрих">http://ru.wikipedia.org/wiki/Маркс,_Карл_Генрих</a></p>
Махабхарата	<p>Эпос народов Индии. Современный вид приобрел к середине первого тысячелетия нашей эры. Состоит из 18 книг, и является источником многих сюжетов и образов, получивших развитие в литературах стран Азии.</p>
Миллер Сюзанна	<p>Известный психолог доктор Сюзанна Миллер преподавала и проводила свои экспериментальные исследования в колледже Бирбек в Лондонском университете. Работая психологом в комитете по образованию в Уэйкфилде и Оксфорде, она в то же время являлась членом ученого совета Национальной ассоциации психического здоровья. Результатом ее исследований стала книга "Психология игры". Книга об игре должна охватывать самый широкий круг наблюдаемых явлений, оставаясь при этом строго научной. Автору это удалось блестяще. Книга очень увлекательная, чрезвычайно информативная, проницательная и рассудительная. Книга предназначена для медиков, биологов, психологов, преподавателей и родителей, желающих лучше понять психологию своих детей.</p> <p>Издательство: Университетская книга Год: 1999 ISBN: 5-7914-0025-X Кол-во страниц: 320</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://myword.ru/index.php?app=downloads&amp;showfile=1209">http://myword.ru/index.php?app=downloads&amp;showfile=1209</a></p>
ООН	<p>Организация Объединенных наций. Это международная организация государств. Создана в целях поддержания и укрепления мира, безопасности и развития сотрудничества между государствами. Начальный этап объединения - 1945 г.</p> <p>Главные органы ООН: Генеральная Ассамблея ООН, Совет Безопасности, Экономический и социальные совет, Совет по опеке, Международный суд и Секретариат. Возглавляет ООН Генеральный Секретарь. Штаб – квартира в Нью-Йорке.</p>
Селли Джеймс	<p>(1843–1923) Основатель английской детской психологии Джеймс Селли, чьи идеи были очень популярны на рубеже XIX—XX веков во всем просвещенном мире, в том числе и в нашей стране, а ныне прочно забыты.</p>

	<p>Селли развел понятия образования и воспитания. Под образованием он понимал систематизацию знаний, а под воспитанием — сознательное воздействие на ребенка, опирающееся на законы развития его психики. Принципы воспитания базируются на данных двух наук — физиологии и психологии. Исходя из данных физиологии строятся подходы к физическому воспитанию, психология же закладывает основы духовности, то есть воспитания интеллекта, эмоций и воли. В воспитании Селли выделял интеллектуальное, эстетическое и моральное направления, которые, в свою очередь, отвечали трем основным целям: логической (истине), эстетической (красоте) и этической (добру). Особую ценность представляет мысль Селли о роли самоконтроля над поступками и побуждениями. Подчинение личного интереса общему делу он считал высшей стадией самоконтроля. Таким образом, проблема выбора соответствующих форм поведения вышла у Селли далеко за рамки проблемы овладения собственным поведением. Ученый еще столетие назад поднял важный вопрос о механизмах саморегуляции. Селли писал о том, что практически невозможно определить границы деления детского воображения на две формы — игру и мысль, ясно лишь, что с возникновением у ребенка способности классифицировать и обобщать окружающие предметы начинается его настоящая мыслительная деятельность. Несомненную ценность представляет разработанная Селли теория о трех стадиях детского рисования. Известно, что она получила высокую оценку В.М. Бехтерева.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://psy.1september.ru/article.php?ID=200300602">http://psy.1september.ru/article.php?ID=200300602</a></p>
Спенсер Герберт	<p>(Spencer, Herbert) (1820–1903) – английский философ и социолог, идеолог социал-дарвинизма. Центральной идеей всего его творчества была идея эволюции. Под эволюцией он понимал переход от неопределенной, бессвязной однородности к определенной, связанной разнородности. Спенсер показал, что эволюция есть неотъемлемая черта всего окружающего нас мира и наблюдается не только во всех областях природы, но и в науке, искусстве, религии и философии. Спенсер останавливается главным образом на развитии организмов, общественных форм и психической жизни. В своих социологических положениях Спенсер широко пользуется аналогией между обществом и организмом, строя на ней свою систему социологии. В области социальной политики он был противником всякого государственного вмешательства в жизнь личности и с этой точки зрения выступал против социализма.</p> <p><b>Источник:</b><a href="http://www.bibliotekar.ru/biografii/12/28.htm">http://www.bibliotekar.ru/biografii/12/28.htm</a></p>
Фробениус Лео	<p>(нем. <i>Leo Frobenius</i>; 29 июня 1873, Берлин, — 9 августа 1938, Биганцоло, близ озера Лаго-Маджоре) — немецкий этнограф-африканист, археолог, сторонник диффузионистской теории, автор теории «морфологии культуры». Получил образование во Франкфуртском университете, этнологический институт которого был позднее назван в его честь (1946). Теория культурных кругов. Выдвинул теорию о культуре как особом социальном организме, имеющем мистическое начало — «душу» («<i>paideuma</i>»). Не культура является продуктом человека, а люди — продукт культуры. Подчёркивал богатство и самобытность африканских культур, но ограничивал их содержание анахроническими традициями. В 1925 основал в Франкфурте-на-Майне исследовательский институт морфологии культуры (с 1946 Институт Фробениуса). Прослеживается влияние теорий</p>



	<p>Фробениуса на историософию Шпенглера. Фробениус различал две первичные культуры: матриархальную и патриархальную. К первой относятся русские, немцы и африканские народы, ко второй — англосаксы, арабы-берберы, романские народы и др. Патриархальным народам присуще мировоззрение «из пещеры», активность в покорении природы, животное начало, рациональность и магия. Для мировоззрения матриархальных культур характерно растительное начало и единство с природой, это — мировоззрение просторов и эмоций. По мнению Фробениуса, в истории попеременно доминируют либо одни, либо другие. Этот процесс смены лидерства выступает источником развития человечества.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Фробениус">http://ru.wikipedia.org/wiki/Фробениус</a>, Лео</p>
Хейзинга Йохан	<p>(1872-1945) - выдающийся нидерландский историк и культуролог. Классическая работа, «Homo Ludens» (Человек играющий), посвящена всеобъемлющей сущности феномена игры и универсальному значению ее человеческой цивилизации. Статьи, задачи истории культуры, об исторических жизненных идеалах, политическое и военное значение рыцарских идей в позднем Средневековье, проблема Ренессанса всесторонне рассматривают актуальные до сих пор философские и методологические вопросы в сфере истории и культурологи, раскрывают теоретические и нравственные основы подхода Й.Хейзинга к истории и культуре. Публикуемые произведения с их анализом фундаментальных проблем теории и истории культуры отмечены высокой научной ценностью, ясностью и убедительностью изложения, яркостью и разнообразием фактического материала, широтой охвата, несомненными художественными достоинствами.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://thelib.ru/books/hevzinga_yohan/homo_ludens.html">http://thelib.ru/books/hevzinga_yohan/homo_ludens.html</a></p>
Щедровицкий Георгий Петрович	<p>(23 февраля 1929, Москва — 3 февраля 1994, Болшево, Московская область) — советский философ и методолог, общественный и культурный деятель, создатель и идейный вдохновитель школы «методологов», основатель Московского методологического кружка.</p> <p>В развитии и социально-практическом воплощении своих философско-методологических идей предложил новую форму организации коллективных мышления и деятельности — организационно-деятельностные игры (ОДИ), соединяющие в себе свойства учебно-деловых игр и интеллектуального методологического дискурса (с 1979 по 1993 годы организовал и провел 93 игры). Круг интересов и размах научного творчества Щедровицкого был чрезвычайно широк и разнообразен - педагогика и логика, общая теория деятельности и логика и методология системно-структурных исследований и разработок, философия науки и техники, проектирования и организации, психология и социология, языкознание и семиотика — везде он оставил свой оригинальный след.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Щедровицкий,_Георгий_Петрович">http://ru.wikipedia.org/wiki/Щедровицкий, Георгий Петрович</a></p>
Эльконин Даниил Борисович	<p>(1904—1984) — советский психолог, автор оригинального направления в детской и педагогической психологии. Родился в Полтавской губернии, учился в полтавской гимназии и в Ленинградском педагогическом институте им. А. И. Герцена. Работал в этом институте с 1929, где темой его работы (в сотрудничестве с Л. С. Выготским) были проблемы детской игры. После разгрома педологии с 1937 работал учителем начальных классов в</p>

	<p>одной из ленинградских школ, преподавал в педагогическом институте, создавал школьные учебники по русскому языку для народностей Крайнего Севера. В 1940 защитил кандидатскую диссертацию, посвящённую развитию речи школьников. В 1962 защитил докторскую диссертацию, а в 1968 был избран членом-корреспондентом АПН СССР. Многие годы он преподавал на факультете психологии МГУ, образованном в 1966.</p> <p><b>Источник:</b> <a href="http://pedlib.ru/Books/3/0018/index.shtml">http://pedlib.ru/Books/3/0018/index.shtml</a></p>
ЮНЕСКО	<p>Организация Объединённых Наций по вопросам образования, науки и культуры – межправительственная организация, специализированное учреждение ООН. Существует с 1946 года с целью содействия международной безопасности путем развития сотрудничества между государствами в области просвещения, науки и культуры. Место пребывания – Париж.</p>



## Сведения об авторах

Карасаева Алтынай Хусаиновна – доктор медицинских наук, профессор, юрист.



биоэтик, академик Международной академии наук высшей школы; эксперт ООН по правам человека и гендерной политике, внешний эксперт Европейского отделения ВОЗ по правам человека в сфере здоровья.

Специалист в области фундаментальной физиологии и медико-биологических основ здоровья.

Абдырахманова Джипаркуль Омушевна – кандидат биологических наук, доцент,



заведующая педагогическим отделением высшей школы физической культуры и спорта Кыргызско-Турецкого университета «Манас». Отличник физической культуры и спорта. Отличник образования МОиН КР.

Специалист по биомеханике спорта.

Арыкова Чынар Нурсеитовна – и.о. доцента, председатель профкома КГАФКиС директор специальной Олимпиады КР.



«Отличник образования МОиН КР», «Отличник физической культуры и спорта КР», обладатель золотой медали «Манас - 1000», памятной медали XXVI – летних олимпийских игр.

Специалист по подвижным играм и волейболу.

Джаманкулов Калимулла Джаманкулович – и.о. доцент, заведующий кафедры



национальных видов спорта КГАФКиС, мастер спорта СССР по борьбе самбо, заслуженный тренер Кыргызской ССР. Отличник образования МОиН КР. Судья Международной категории

Специалист по национальным играм.