

УДК: 796.81:373.21

# МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ БОРЬБЫ ХУРЕШ

В.В. Хомушку (Кызыл, Россия)

## Аннотация

*Постановка проблемы.* Сейчас во всех дошкольных образовательных учреждениях Республики Тыва в учебный процесс внедрена борьба хуреш в рамках губернаторского проекта «Хуреш в детские сады» (2016) и в соответствии с паспортом ведомственного проекта «Хуреш в детские сады» Министерства образования Республики Тыва (2022)<sup>1</sup>. Республиканский детский фестиваль борьбы «Хуреш» систематически проводится с 2014 г., а с 2020 г. он стал международным – с участием детей 4–16 лет из Монголии и Кыргызстана. Количество борцов из года в год неуклонно растет и в настоящий момент составляет не менее тысячи человек. Сейчас регулярно проводятся соревнования и турниры по борьбе хуреш среди детей-дошкольников по всей Республике Тыва. В результате этого возникла острая необходимость разработки методики организации физкультурных занятий с детьми старшего дошкольного возраста средствами борьбы хуреш.

*Цель статьи* – обосновать эффективность методики организации физкультурных занятий детей старшего дошкольного возраста с использованием борьбы хуреш как средства сохранения и улучшения их физической подготовленности.

*Методы исследования.* При подготовке статьи использовались теоретические, практические и статистические методы исследования: Теоретические: анализ и обобщение нормативно-правовых документов в сфере дошкольного образования, научных и научно-методических источников; практические: социологические методы (опрос, беседа), педагогическое тестирование, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент; методы статистической обработки экспериментальных данных.

*Результаты исследования.* В ходе проведенного педагогического исследования методики организации физкультурных занятий выявлены достоверные данные ( $p < 0,05$ ) по сохранению и улучшению физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста.

*Заключение.* Результаты проведенного исследования показали эффективность методики организации физкультурных занятий с детьми старшего дошкольного возраста средствами борьбы хуреш. Наиболее высокие результаты были достигнуты в развитии скоростно-силовых способностей и гибкости. Итоги нашей работы говорят о том, что предложенная экспериментальная методика организации физкультурных занятий средствами борьбы хуреш оказывает явно выраженное положительное влияние на развитие физических качеств у старших дошкольников.

**Ключевые слова:** борьба хуреш, физкультурные занятия, физическая подготовленность, дошкольное образовательное учреждение, физическое воспитание.

**Хомушку Владислав Владимирович** – старший преподаватель кафедры физической культуры и спортивных дисциплин, Тувинский государственный университет (Кызыл, Республика Тыва); Scopus Author ID; ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-8626-0603>; e-mail: [vladkhomushku@gmail.com](mailto:vladkhomushku@gmail.com)

**П**остановка проблемы. Анализ теоретико-методологической основы и практики занятий борьбой хуреш дошкольников старшего возраста указывает на недостаточную исследованность вопроса их физической подготовленности. В федеральном государственном

<sup>1</sup> Паспорт ведомственного проекта «Хуреш» в детские сады Министерства образования Республики Тыва [Электронный ресурс]. URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/1700202204080004?ysclid=lofhept8lt769414363> (дата обращения: 13.05.2024).

образовательном стандарте дошкольного образования (ФГОС ДО) в части 2.11.2<sup>2</sup> указывается, что образовательная программа должна учитывать образовательные потребности, интересы и мотивы детей, членов их семей и педагогов, специфику национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность [Замотаева, Вергазова, 2021, с. 450–454; Моспан, Деминская, 2023]. Проведенный анализ научно-методических работ и существующей практики обучения и воспитания в ДОУ позволил выявить некоторые противоречия между необходимостью повышения эффективности проведения физкультурных занятий с учетом национально-регионального компонента и недостаточной разработанностью программы внедрения борьбы хуреш в рамках губернаторского проекта «Хуреш в детские сады» (2016) и ведомственного проекта «Хуреш» (2022)<sup>3</sup> Министерства образования Республики Тыва в детские сады в части программно-методического обеспечения организации и проведения физкультурных занятий со старшими дошкольниками. Цель статьи – обосновать эффективность методики организации физкультурных занятий детей старшего дошкольного возраста с использованием борьбы хуреш как средства сохранения и улучшения их физической подготовленности.

Методологию исследования составляют анализ научной литературы и обобщение результатов современных отечественных исследований по теории и методике физической культуры [Бабинцева, 2019; Волошина и др., 2020; Варфоломеева, 2012; Маринович, Трофимова, 2022; Полозов и др., 2021; Чернышенко и др., 2023; Яковлева, 2019]. Также мы опирались на исследования по теории и методике физического

воспитания детей-дошкольников<sup>4</sup>. В работе представлены результаты исследования с использованием комплекса педагогических и математических методов. Применялись следующие методы: анализ и обобщение литературных источников научно-методического характера, анализ нормативно-правовых документов дошкольных образовательных учреждений, педагогическое наблюдение, социологические методы (опрос, беседа), педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, методы статистической обработки экспериментальных данных<sup>5</sup>.

*Организация исследования.* Физкультурные занятия по борьбе хуреш по экспериментальной программе проводились 2 раза в неделю по 20–25 минут в ДОУ Республики Тыва, а именно в МБДОУ «Березка» с. Сосновка Тандинского района и МБДОУ «Арыкчыгаш» с. Аксы-Барлык Барун-Хемчикского района. В исследовании принимали участие две группы: экспериментальная (n = 12) и контрольная (n = 12). Контрольная группа занималась по традиционной программе ДОУ, экспериментальная – по разработанной нами методике. Обучение борьбе хуреш в рамках организации физкультурных занятий осуществлялось на основе принципов педагогики: сознательности и активности, систематичности и последовательности, наглядности и доступности. Мы стремились

<sup>2</sup> Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс]. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70412244/?ysclid=lvqd3jr3wf260109865> (дата обращения: 13.05.2024).

<sup>3</sup> Паспорт ведомственного проекта «Хуреш» в детские сады Министерства образования Республики Тыва [Электронный ресурс]. URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/1700202204080004?ysclid=lofhept8lt769414363> (дата обращения: 13.05.2024).

<sup>4</sup> Волошина Л.Н. Играйте на здоровье. Программа и технология физического воспитания детей 5–7 лет // elibrary.ru: [сайт]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18047940&ysclid=lvqci4wznr678748831> (дата обращения: 13.05.2024). Вераксы Н.Е. От рождения до школы // elibrary.ru: [сайт]. URL: <https://elibrary.ru/ugtxrj?ysclid=lvqd4vkdqk147380519> (дата обращения: 13.05.2024).

Завьялова Т.П. Теория и методика физического воспитания и развитие ребенка дошкольного возраста // Юрайт: [сайт]. URL: <https://urait.ru/bcode/542517> (дата обращения: 13.05.2024).

Кенеман А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста // rsl.ru: [сайт]. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001288874?ysclid=lvqcsbucgh282883029> (дата обращения: 13.05.2024).

Кожухова Н.Н. Методика физического воспитания и развития ребенка // elibrary.ru: [сайт]. URL: <https://elibrary.ru/qwpxlr?ysclid=lvqcwildry82387332> (дата обращения: 13.05.2024).

<sup>5</sup> Кужугет А.А. Количественная и качественная обработка данных в педагогических исследованиях сферы физической культуры, спорта и здоровья // elib.kspu.ru: [сайт]. URL: <https://elib.kspu.ru/document/65530> (дата обращения: 13.05.2024).

к тому, чтобы обучающиеся с самого начала занятий овладевали основами техники целостного упражнения. Упражнения подбирались так, чтобы они были направлены на обучение двигательным действиям, активно способствовали укреплению здоровья и гармоничному физическому развитию, развивали физические качества и обеспечивали становление школы движений [Ооржак, Хомушку 2019, Чередник, Старченко, 2022, Ооржак, Ооржак, Шагжы, Хомушку, 2018].

Физкультурные занятия по борьбе хуреш состояли из подготовительной, основной и заключительной частей. В каждой части решались воспитательные, образовательные и оздоровительные задачи. Теоретический раздел включал историю возникновения и развития борьбы хуреш, технику безопасности, ритуал (исполнение танца «Девиг» перед и в конце схватки) и правила борьбы хуреш. Практический раздел включал специальные подготовительные упражнения: из легкой атлетики и акробатики (различные виды кувырков), для укрепления мышц (общеразвивающие упражнения, прыжки и т.д.), по страховке и само страховке (перекаты, различные виды падений без подставления рук)<sup>6</sup>. В основной части занятия обучали: стойке борцов, дистанциям и захватам, а также основным приемам (подножки, зашагивания, выведение из равновесия, различные виды сваливаний, подхваты, броски). Специализированные игры с элементами единоборств составляли 60–70 % в течение учебного года (игры в касания, в блокирующие захваты, атакующие захваты, теснения и дебюты)<sup>7,8</sup>.

Важными методами на практических занятиях на всех этапах исследования выступали

словесный метод и методы наглядности: непосредственной (показ физических упражнений и приемов различной направленности) и опосредованной (демонстрация и показ учебных видеofilмов, слайдов и т.п.). На практических занятиях также использовались практические методы: игровые, упражнения.

В подготовительной части занятия основное внимание должно быть направлено на подготовку дошкольников к предстоящей работе на занятии. Во время основной части занятия осуществляется изучение основных приемов техники и тактики борьбы во время схватки, а также многократное повторение и совершенствование основных приемов борьбы хуреш при частичном сопротивлении или без сопротивления партнера.

Тувинская борьба хуреш и специализированные борцовские игры рассматриваются как процесс, направленный на дальнейшее развитие физических качеств. Игры с применением элементов борьбы (табл. 1) являются одним из главных средств развития физической подготовленности [Айрапетова и др., 2019; Кошалиева, Мураталиева, 2023; Немеровский, Рубенкова, 2022].

*Результаты исследования.* В начале и по окончании исследования были проведены контрольные испытания (тесты) для изучения физической подготовленности детей дошкольного возраста. Уровень физической подготовленности проверялся с помощью следующих тестов: бег 30 м (сек), челночный бег 3x10 м (сек), прыжок в длину с места (см), поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 сек (количество раз), гибкость – из положения стоя на гимнастической скамье (см) [Богданова, Андриянова, 2019; Каранец, Власенко, 2022].

Согласно результатам, представленным в табл. 2, до педагогического эксперимента результаты бега на 30 м в ЭГ составили  $10,32 \pm 0,20$  сек, а после эксперимента –  $7,96 \pm 0,15$  сек, прирост составил 22,9 %. В контрольной группе в среднем до эксперимента показатели составляли  $9,45 \pm 0,17$  сек, после эксперимента –  $8,78 \pm 0,16$  сек, прирост составил 7 %. Достоверных различий между КГ и ЭГ не обнаружено ( $p > 0,05$ ).

<sup>6</sup> Аксенова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду // elibrary.ru: [сайт]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35365805> (дата обращения: 13.05.2024).

<sup>7</sup> Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду: программа и методические рекомендации // elibrary.ru: [сайт]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=19984572&ysclid=lvqd6kg7r929539476> (дата обращения: 13.05.2024).

<sup>8</sup> Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировок // rsl.ru: [сайт]. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01000848778?ysclid=lvqd7dwyno764662573> (дата обращения: 13.05.2024).

Таблица 1

**Игры-задания, формирующие технические элементы борьбы**

Table 1

**Games-tasks that form the technical elements of the fight**

«Касания» – формируют разновидности взаимных расположений соперников во время занятий, а также основные способы маневрирования в различных направлениях, а также на разных дистанциях
«Блокирующие захваты» – формируют основные способы захватов с упорами, а также освобождениями от них во время схватки
«Атакующие захваты» – формируют различные способы основных захватов с упорами, а также освобождениями от них во время схватки
«Теснения» – формируют основные способы теснений соперника во время схватки, а также противодействий им
«Дебюты» – формируют основные способы решения дебютных задач во время учебных схваток и в отдельных эпизодах

Таблица 2

**Показатели физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста экспериментальной и контрольных групп (n=12) до и после эксперимента**

Table 2

**Indicators of physical fitness of older preschool children from experimental and control groups (n = 12) before and after the experiment**

Тесты		До эксперимента					После эксперимента				
		$\bar{X}$	$\delta$	m	t	p	$\bar{X}$	$\delta$	m	t	P
Бег 30 м (сек)	ЭГ	10,32	0,68	0,20	1,40	$p > 0,05$	7,96	0,50	0,15	1,19	$p > 0,05$
	КГ	9,45	0,57	0,17			8,78	0,54	0,16		
Прыжок в длину с места (см)	ЭГ	84,16	9,20	2,77	1,09	$p > 0,05$	111,8	6,13	1,84	5,44	$p < 0,05$
	КГ	89,41	6,74	2,03			91,75	6,13	1,84		
Подъем туловища из положения лежа (кол-во раз)	ЭГ	8,25	1,53	0,46	0,41	$p > 0,05$	12,75	1,53	0,46	2,97	$p < 0,05$
	КГ	7,91	1,22	0,36			9,75	1,84	0,55		
Наклон вперед вниз (см)	ЭГ	4,91	1,53	0,46	0,68	$p > 0,05$	7,75	0,61	0,18	5,25	$p < 0,05$
	КГ	5,41	0,92	0,27			6,33	0,30	0,09		
Челночный бег на 3 x 10 м	ЭГ	13,16	0,82	0,24	0,10	$p > 0,05$	11,51	0,19	0,05	2,81	$p < 0,05$

В прыжках в длину с места до эксперимента в среднем отмечены результаты в экспериментальной группе  $84,16 \pm 2,77$  см, после эксперимента в среднем они выросли до  $111,8 \pm 1,84$  см, прирост составил 24,7 %, в контрольной группе до эксперимента – в среднем  $89,41 \pm 2,03$  см, в конце эксперимента в среднем  $91,75 \pm 1,84$  см, прирост составил 2,5 %. Были обнаружены достоверные различия данного показателя между КГ и ЭГ в конце эксперимента ( $p < 0,05$ ).

Поднимание туловища за 30 сек – начальная величина показателя в экспериментальной группе составляла  $8,25 \pm 0,46$  повторений, а после

эксперимента –  $12,75 \pm 0,46$  повторений, прирост составил 35,3 %; в контрольной группе – до эксперимента  $7,91 \pm 0,36$  повторений, после эксперимента –  $9,75 \pm 0,55$  повторений, прирост составил 18,9 %. При этом в конце эксперимента значения данного показателя между КГ и ЭГ достоверно различались ( $p < 0,05$ ).

В тесте на гибкость в начале года в экспериментальной группе показатель составлял  $4,91 \pm 0,46$  см, а после эксперимента –  $7,75 \pm 0,18$  см, прирост составил 36,7 %; в контрольной группе –  $5,41 \pm 0,27$  см, после эксперимента –  $6,33 \pm 0,09$  см, прирост составил 14,5 %. При сравнении показателя

телей гибкости на КГ и ЭГ в конце эксперимента обнаружили достоверные различия ( $p < 0,05$ ). В показателях челночного бега отмечены следующие результаты: в ЭГ пробегают дистанцию 3 x 10 м в начале эксперимента за  $13,16 \pm 0,24$  сек, а в конце эксперимента – за  $11,51 \pm 0,05$  сек, прирост составил 15,4 %. Отмечается улучшение результатов челночного бега в экспериментальной группе. В КГ в начале эксперимента дети пробежали за  $12,86 \pm 0,22$  сек, а в конце –  $12,53 \pm 0,32$  сек, прирост составил 2,6 %. Результаты челночного бега между КГ и ЭГ в конце эксперимента достоверно различались ( $p < 0,05$ ). Вышеперечисленные данные говорят о том, что использованная экспериментальная методика организации физкультурных занятий средствами борьбы хуреш оказывает выраженное позитивное влияние на развитие физических качеств старших дошкольников по сравнению с общепринятой методикой.

*Заключение.* Проведенное исследование показало положительную динамику физической подготовленности старших дошкольников:

после проведенного эксперимента результаты в экспериментальной группе улучшились по сравнению с показателями контрольной группы (табл. 2). Данные изменения были достигнуты в результате применения ряда основных специальных упражнений в рамках экспериментальной методики организации физкультурных занятий средствами борьбы хуреш, в которую были включены упражнения из легкой атлетики, гимнастики, акробатики, борьбы хуреш и спортивной борьбы. Таким образом, можно утверждать, что результаты исследования показали эффективность методики организации физкультурных занятий средствами борьбы хуреш. Наиболее высокие результаты во время занятий были достигнуты в развитии скоростно-силовых способностей и гибкость. Итоги экспериментальной работы говорят о том, что предложенная методика организации физкультурных занятий средствами борьбы хуреш оказывает явно выраженное положительное влияние на развитие физических качеств у старших дошкольников.

## Библиографический список

1. Айрапетова Г.М., Зленко М.В., Царева Л.Ю. Формирование личности детей дошкольного возраста средствами физкультурного воспитания // Концепт: научно-методический электронный журнал. 2019. Т. 10. С. 11–15. URL: <https://elibrary.ru/wyedzl?ysclid=lvqc84q822871907688> (дата обращения: 13.05.2024).
2. Бабинцева У.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми раннего возраста в дошкольном образовательном учреждении // Вестник научного общества студентов, аспирантов, молодых ученых: сб. науч. ст. Комсомольск-на-Амуре: АмГПГУ, 2019. № 2. С. 5–10. URL: <http://www.amgpgu.ru/activity/scinsce/sborstat/1716/49100443/?id=0> (дата обращения: 13.05.2024).
3. Богданова Я.Б., Андриянова Е.Ю. Инновационные методики подготовки детей 6–7 лет к выполнению нормативов комплекса ГТО // Наука и спорт: современные тенденции. 2019. Т. 7, № 2. С. 130–137. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/innovatsionnye-metodiki-podgotovki-detey-6-7-let-k-vypolneniyu-normativov-kompleksa-gto> (дата обращения: 22.05.2024).
4. Варфоломеева З.С., Максимихина Е.В., Шивринская С.Е. Формирование физической культуры личности старших дошкольников в условиях реализации инновационных моделей физического воспитания : теория и практика; науч. ред. С.И. Изаак. 2-е изд. М.: ФЛИНТА, 2012. 192 с. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363921> (дата обращения: 22.05.2024).
5. Волошина Л.Н., Галимская О.Г., Никулина О.В. Проблемы формирования самостоятельности и активности старших дошкольников в двигательной деятельности // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2020. Т. 6, № 4. С. 16–27. DOI: 10.18413/2313-8971-2020-6-4-0-2
6. Замотаева Л.О., Вергазова Л.Г. Нетрадиционные формы работы по физическому воспитанию в дошкольном учреждении // Вестник студенческого научного общества ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет». 2021. № 13-2. С. 450–454.

7. Каранец Е.М., Власенко Н.Э. Индивидуально-дифференцированный подход при проведении диагностики физической подготовленности детей дошкольного возраста // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2022. № 1 (76). С. 135–142. DOI: <https://doi.org/10.26105/SSPU.2022.76.1.015>
8. Кошалиева С.Ш., Мураталиева М.А. Игровая технология как здоровьесберегающий фактор в развитии познавательной деятельности детей дошкольного возраста // Бюллетень науки и практики. 2023. Т. 9, № 5. С. 560–565. DOI: <https://doi.org/10.33619/2414-2948/90/75>
9. Маринович М.А., Трофимова О.С. Содержание модели физического воспитания детей старшего дошкольного возраста на основе использования фитнес-технологий // Физическая культура, спорт наука и практика. 2022. № 3. С. 3–9. DOI: 10.53742/1999-6799/3\_2022\_3\_9
10. Моспан Н.В., Деминская Л.А. Русские народные подвижные игры как средство повышения двигательной активности детей старшего дошкольного возраста // Вестник студенческого научного общества ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет». 2023. № 15-3. С. 145–148.
11. Немеровский В.М., Рубенкова Л.А. Игра как средство оптимизации двигательной и познавательной деятельности в режиме дошкольников // Вестник Омского государственного педагогического университета. Гуманитарные исследования. 2022. № 2 (35). DOI: 10.36809/2309-9380-2022-35-186-194. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/igra-kak-sredstvo-optimizatsii-dvigatelnoy-i-poznavatelnoy-deyatelnosti-v-rezhime-doshkolnikov> (дата обращения: 13.05.2024).
12. Ооржак С.Ы., Ооржак Х.Д.-Н., Шагжы Б.А., Хомушку В.В. Внедрение народных подвижных игр и борьбы хуреш в систему физического воспитания дошкольных образовательных учреждений // European Social Science Journal (Европейский журнал социальных наук). 2018. № 12. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?edn=xeagxv> (дата обращения: 03.05.2024).
13. Ооржак С.Ы., Хомушку В.В. Методика обучения дошкольников приемам борьбы хуреш // Современное педагогическое образование. 2019. № 4. С. 164–165. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-obucheniya-doshkolnikov-priemam-borby-huresh> (дата обращения: 13.05.2024).
14. Полозов А.А., Суворова М.С., Соколовская Л.В., Ахметзянов А.Р. Формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом дошкольников в частной спортивной школе // Культура физическая и здоровье. 2021. № 1. С. 67–71. DOI: 10.47438/1999-3455\_2021\_1\_67
15. Чередник Т.А., Старченко В.Н. Интеллектуально-двигательные упражнения для дошкольников // Актуальные вопросы научно-методической и учебно-организационной работы: современная система общего среднего и высшего образования как исторический фактор единства и устойчивого развития общества [Электронный ресурс]: сб. матер. Республик. науч.-метод. конф. (Гомель, 16–17 марта 2022 г.) / М-во образования Республики Беларусь, Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины; редкол.: И.В. Семченко (гл. ред.) и др. Гомель, 2022. С. 441–444.
16. Чернышенко Ю.К., Чумакова А.С., Печерский С.А., Перков А.В., Шиянов Г.П. Содержание методики процесса социализации детей 6–7 лет средствами физкультурно-спортивной деятельности // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2023. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhanie-metodiki-protsesssa-sotsializatsii-detey-6-7-let-sredstvami-fizkulturno-sportivnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 13.05.2024).
17. Яковлева Г.Н. Физкультурно-оздоровительная деятельность в дошкольном образовательном учреждении // Вестник научного общества студентов, аспирантов, молодых ученых: сб. науч. ст. Комсомольск-на-Амуре: АмГПУ, 2019. № 1. С. 79–82. URL: <http://www.amgpgu.ru/activity/scinsce/sborstat/1716/47824971/?id=12> (дата обращения: 13.05.2024).

# METHODOLOGY OF ORGANIZING PHYSICAL EDUCATION CLASSES WITH ELDER PRESCHOOL CHILDREN BY MEANS OF KHURESH WRESTLING

V.V. Khomushku (Kyzyl, Russia)

## Abstract

*Statement of the problem.* Now in all preschool educational institutions of the Republic of Tyva, the Khuresh wrestling has been introduced into the educational process within the framework of the Governor's project *Khuresh to Kindergartens* (2016) and in accordance with the passport of the departmental project *Khuresh to Kindergartens* of the Ministry of Education of the Republic of Tyva (2022). The Republican children's wrestling festival *Khuresh* has been systematically held since 2014, and since 2020 it has become international – with the participation of children aged 4–16 from Mongolia and Kyrgyzstan. The number of wrestlers is steadily growing from year to year and currently equals to at least a thousand people. Now Khuresh wrestling competitions and tournaments are regularly held among preschool children throughout the Republic of Tyva. As a result, there was an urgent need to develop a methodology for organizing physical education classes with elder preschool children by means of Khuresh wrestling.

*The purpose of the article* is to substantiate the effectiveness of the methodology of organizing physical education classes for elder preschool children using Khuresh wrestling as a means of preserving and improving their physical fitness.

*Methodology (methods and materials).* Theoretical, practical and statistical research methods were used in the preparation of the article: Theoretical methods included analysis and generalization of normative legal documents in the field of preschool education, scientific and methodological sources; practical methods consisted of sociological methods (survey, conversation), pedagogical testing, pedagogical observation, pedagogical experiment; statistical methods used are methods of statistical processing of experimental data.

*Research results.* In the course of the conducted pedagogical study on the methodology of organizing physical education classes, reliable data ( $p < 0,05$ ) on the preservation and improvement of physical fitness in elder preschool children were revealed.

*Conclusion.* The results of the study showed the effectiveness of the methodology of organizing physical education classes with elder preschool children by means of Khuresh wrestling. The highest results were achieved in the development of speed and strength abilities and flexibility. The results of our work indicate that the proposed experimental method of organizing physical education classes by means of Khuresh wrestling has a pronounced positive effect on the development of physical qualities in elder preschoolers.

**Keywords:** *Khuresh wrestling, physical education classes, physical fitness, preschool educational institution, physical education.*

---

**Khomushku, Vladislav V.** – Senior Lecturer, Department of Physical Culture and Sports Disciplines, Tuva State University (Kyzyl, Republic of Tuva); Scopus Author ID; ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-8626-0603>; e-mail: [vladkhomushku@gmail.com](mailto:vladkhomushku@gmail.com)

---

## References

1. Ayrapetova, G.M., Zlenko, M.V., & Tsareva, L.Yu. (2019). Formation of personality of preschool children by means of physical education. *Nauchno-metodicheskiy elektronnyi zhurnal "Kontsept"* [Scientific and Methodical Electronic Journal "Concept"], 10, 11–15. URL: <https://elibrary.ru/wyedzl?ysclid=lvqc84q822871907688> (access date: 13.05.2024).
2. Babintseva, U.M. (2019). Health and fitness work with children of early age in pre-school educational institution. *Vestnik nauchnogo obshchestva studentov, aspirantov, molodykh uchenykh* [Bulletin of the Scientific Society of Students, Postgraduates, Young Scientists], 2, 5–10. URL: <http://www.amg-pgu.ru/activity/scinsce/sborstat/1716/49100443/?id=0/> (access date: 13.05.2024).

3. Bogdanova, Y.B., & Andriyanova, E.Y. (2019). Innovative methods of preparation of 6–7 year-old children to fulfill the standards of the TRP complex. *Nauka i sport: sovremennyye tendentsii* [Science and Sport: Modern Trends], 7 (2), 130–137. <https://cyberleninka.ru/article/n/innovatsionnye-metodiki-podgotovki-detey-6-7-let-k-vypolneniyu-normativov-kompleksa-gto> (access date: 13.05.2024).
4. Varfolomeeva, Z.S., Maksimikhina, E.V., & Shivrinskaya, S.E. (2012). *Formirovaniye fizicheskoy kultury lichnosti v usloviakh realizatsii innovatsionnykh modeley fizicheskogo vospitaniya: teoria i praktika* [Formation of Physical Culture of Personality of Older Preschoolers in the Conditions of Realization of Innovative Models of Physical Education: Theory and Practice], Moscow. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363921> (access date: 13.05.2024).
5. Voloshina, L.N., Galimskaya, O.G., & Nikulina, O.V. (2020). Problems of formation of independence and activity of senior preschool children in motor activity. *Nauchnyy rezultat. Pedagogika i psikhologiya obrazovaniya* [Scientific Result. Pedagogy and Psychology of Education], 6 (4), 16–27. DOI: 10.18413/2313-8971-2020-6-4-0-2
6. Zamotaeva, L.O., & Vergazova, L.G. (2021). Non-traditional forms of work on physical education in the preschool institution. *Vestnik studencheskogo nauchnogo obshchestva GOU VPO "Donetskiy natsionalnyy universitet"* [Bulletin of the Student Scientific Society of the State Educational Institution of Higher Professional Education "Donetsk National University"], 13 (2), 450–454.
7. Karanets, E.M., & Vlasenko, N.E. (2022). Individual-differentiated approach in diagnostics of physical fitness for children of preschool age. *Vestnik Surgutskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta* [Bulletin of Surgut State Pedagogical University], 1 (76), 135–142. DOI: <https://doi.org/10.26105/SSPU.2022.76.1.015>
8. Koshaliev, S.Sh., & Murataliev, M.A. (2023). Game technology as a health-saving factor in the development of cognitive activity of preschool children. *Bulleten nauki i praktiki* [Bulletin of Science and Practice], 9 (5), 560–565. DOI: <https://doi.org/10.33619/2414-2948/90/75>
9. Marinovich, M.A., & Trofimova, O.S. (2022) The content of the model of physical education for children of older preschool age on the basis of using fitness technologies. *Fizicheskaya kultura, sport – nauka i praktika* [Physical Culture, Sport – Science and Practice], 3, 3–9. DOI: 10.53742/1999-6799/3\_2022\_3\_9
10. Mospan, N.V., & Deminskaya, L.A. (2023). Russian folk mobile games as a means of increasing motor activity of children of older preschool age. *Vestnik studencheskogo nauchnogo obshchestva GOU VPO "Donetskiy natsionalnyy universitet"* [Bulletin of the Student Scientific Society of the State Educational Institution of Higher Professional Education "Donetsk National University"], 15 (3), 145–148.
11. Nemerovsky, V.M., & Rubenkova, L.A. (2022). Game as a means of optimizing motor and cognitive activities in the mode of preschoolers. *Vestnik Omskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Gumanitarnyye issledovaniya* [Bulletin of Omsk State Pedagogical University. Humanitarian Studies], 2 (35). DOI: 10.36809/2309-9380-2022-35-186-194. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/igra-kak-sredstvo-optimizatsii-dvigatelnoy-i-poznavatelnoy-deyatelnosti-v-rezhime-doshkolnikov>
12. Oorzhak, S.Y., Oorzhak, H.D.-N., Shagzhy, B.A., & Khomushku, V.V. (2018). Introduction of folk mobile games and Khuresh wrestling in the system of physical education of preschool educational institutions. *Evropeyskiy zhurnal sotsialnykh nauk* [European Social Science Journal], 12. <https://elibrary.ru/item.asp?edn=xeagxv> (access date: 13.05.2024).
13. Oorzhak, S.Y., & Khomushku, V.V. (2019). Methodology of teaching preschoolers the techniques of Khuresh wrestling. *Sovremennoye pedagogicheskoye obrazovaniye* [Modern Pedagogical Education], 4, 164–165. <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-obucheniya-doshkolnikov-priemam-borby-huresh> (access date: 13.05.2024).

14. Polozov, A.A., Suvorova, M.S., Sokolovskaya, L.V., & Akhmetzyanov, A.R. (2021). Formation of sustainable interest to physical culture and sports activities of preschoolers in a private sports school. *Kultura fizicheskaya i zdorovye* [Physical Culture and Health], 1, 67–71. DOI: 10.47438/1999-3455\_2021\_1\_67
15. Cherednik, T.A., & Starchenko, V.N. (2022, March 16–17). Intellectual-motor exercises for preschool children. In: *Actual issues of scientific-methodical and educational-organizational work: the modern system of general secondary and higher education as a historical factor of unity and sustainable development of society* (pp. 441–444). Republican scientific and methodical conference. Gomel State University named after F. Skaryna, Gomel.
16. Chernyshenko, Y.K., Chumakova, A.S., Pechersky, S.A., Perkov, A.V., & Shiyanov, G.P. (2023). The content of the methodology of the process of socialization of 6–7 year-old children by means of physical culture and sports activity. *Fizicheskaya kultura, sport – nauka i praktika* [Physical Culture, Sport – Science and Practice], 1. <https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhanie-metodiki-protssessa-sotsializatsii-detey-6-7-let-sredstvami-fizkulturno-sportivnoy-deyatelnosti> (access date: 13.05.2024).
17. Yakovleva, G.N. (2019). Physical culture and health activities in preschool educational institution. *Vestnik nauchnogo obshchestva studentov, aspirantov, molodykh uchenykh*. [Bulletin of the Scientific Society of Students, Postgraduates, Young Scientists], 1, 79–82. <http://www.amgpgu.ru/activity/scin-sce/sborstat/1716/47824971/?id=12> (access date: 13.05.2024).