

УДК [39+37]:796.2

Аслаханов С.-А.М.

ЭТНОПЕДАГОГИКА ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ НАРОДНЫМИ СРЕДСТВАМИ ПОДВИЖНЫХ ИГР И СОСТЯЗАНИЙ

Ключевые слова: подвижные игры, физические упражнения, состязания, физическое воспитание, нравственное воспитание, быт, обычаи, традиции, двигательные качества.

Физическая культура всегда рассматривалась как важная отрасль социальной системы воспитания и образования народа. Школой физического воспитания для широких масс являлись многочисленные и весьма распространенные в прошлом народные игры и различные состязания. В сочетании с трудовыми процессами, к которым детей приучали с детства, физические упражнения и игры были прекрасным средством физического развития, формирования школы двигательной деятельности, закаливания, подготовки к трудовой деятельности и воспитания подрастающего поколения.

Анализ исторических, этнографических, фольклорных и литературных источников дает возможность сделать вывод, что значительное место в самобытной системе физического воспитания у горцев, в том числе и у чеченцев, занимали состязания в силе, ловкости, быстроте и смекалке. Эти состязания пользовались большой популярностью и проводились в дни общенародных праздников, в свободное от труда время, на свадьбах и других культовых церемониях. Основными видами состязаний у горцев были стрельба, скачки и конные игры, поднятие и переноска тяжестей, единоборства, метание камней, посохов с места, с разбега и в прыжке, стрельба из лука, бег, прыжки, различные виды перетягивания. Популярностью пользовались и такие состязания, как убой зверя и обработка его туши, восхождение на гору, преодоление горных рек с помощью и без помощи шеста, бурдюков, ходуль и др. Они были оригинальны, имели самобытные формы организаций и методы проведения.

Как в других местах, так и на территории Чечни на самой ранней стадии развития человеческого общества воспитание осуществлялось непо-

средственно в самом процессе труда. Молодое поколение с раннего возраста участвовало вместе со взрослыми в отдельных видах коллективного труда: рыбной ловле, охоте и др. В процессе труда младшим передавался опыт старших: готовясь к более успешному выполнению трудовых действий, люди совершенствовали жизненно необходимые движения [1, с. 3].

Большинство народных игр и физических упражнений чеченцев возникли в результате трудовой деятельности и отражают своеобразный быт горцев, специфические социально-экономические условия жизни народа. Для горцев эти упражнения являлись и являются лучшими средствами подготовки к труду и жизни в условиях гор, так как причины их возникновения и развития сохранились и теперь. Такие упражнения, как ходьба в условиях гор (скалолазание), бег в гору и под гору, спуск с горы различными способами скольжения, прыжки в длину с шестом через естественные препятствия и др., сохраняют свое бытовое значение.

Игры и состязания с древнейших времен проводились, как правило, на площади (пхьохьа – место для решения общественных вопросов аульного значения) перед мечетью. Подобные площади существовали у многих народов Северного Кавказа. На них собирались люди старшего возраста, молодежь и дети, рассказывались легенды, сказки и были, повествовалось о прошлом народа, обсуждались житейские проблемы, разрешались спорные вопросы, седобородые старики давали советы и наставления молодым, делились с ними житейской мудростью. Здесь же проводились состязания в борьбе, джигитовке и различного рода физических упражнениях. Молодежь демонстрировала свою удаль, мужество и отвагу, силу и ловкость, многие

другие качества, присущие горцам. Победители состязаний пользовались величайшим авторитетом и уважением, их имена молниеносно облетали аулы и ущелья.

Ученый-кавказовед Ф. Леонтович, составивший «Адаты кавказских горцев», в своей рукописи «Быт и воспитание горцев», акцентируя внимание на адыгейских племенах, вместе с тем приводит весьма интересные сведения о быте – состоянии физического воспитания чеченцев с древнейших времен, а именно начиная с VI в. до н.э. и кончая XIX столетием. Он указывает, что в ранний период существования у горцев благодаря торговым сношениям их со странами Востока встречаются аналогичные греческим элементы физических упражнений и состязаний.

Известный исследователь быта и жизни кавказских народов В.Б. Пфаф писал: «Праздники имели большое значение, на них происходило что-то вроде олимпийских игр, бывали состязания в верховой езде, кулачном бою, стрельбе, танцах, песне» [4, с. 142].

Подобный праздник красочно описан великим русским поэтом А.С. Пушкиным в поэме «Тазит».

Параллельно состязаниям взрослых проводились детские игры с очень жесткими правилами. К ним можно отнести игры на воде с деревянными шарами, борьбу за овладение башней и др. Почти все они являются отголосками тех лет, когда жизнь горца была до предела насыщена борьбой с набегами, битвами, охотой на диких зверей. И естественно, что в этих играх применялись те же приемы мужественной борьбы, которые использовались нашими предками в борьбе за свое национальное выживание. Все это свидетельствует о том, что физическое воспитание горца носило характер военно-прикладной направленности.

Каждая игра имела определенную цель. Например, игра «Охотники» включала элементы охоты: метания, состязания в стрельбе на точность и дальность. В играх «Набег», «Найди шапку», «Захват башни» и многих других выявлялись наиболее сильные, ловкие, выносливые и бесстрашные.

Как у многих кавказских горцев, у чеченцев высшим культом являлся очаг. Очаг и связанные с ним предметы – котел и цепь, на которую он подвешивался, – считались священными и выражали собой семейное единство. Это ярко отразилось в игре «Охрана очага» («Тушах ловзар»). Для игры чертился круг диаметром 4–5 м. В середине круга находилась яма – очаг (туш) диаметром 50–60 см. Все игроки произвольно располагались за кругом, один из игроков бросал мяч в яму. Защищающий очаг должен был палкой отбить мяч за круг, не давая ему попасть в него. При выбивании мяча за круг игроки, находящиеся за его пределами, пытались овладеть им и снова бросить его в очаг. Игрок, которому удавалось это сделать, становился водющим (хозяином, защитником очага).

Широкое распространение у горцев имел обычай гостеприимства, в основе которого лежали общечеловеческие категории нравственности, что делало его весьма популярным далеко за пределами Кавказа. Любой человек мог остановиться в качестве гостя в любом горском жилище, где его принимали с большим радушием. Горцы, даже самые бедные, всегда были рады приезду гостя, считая, что вместе с ним приходит благо.

Народная игра чеченцев «Охрана гостя» («Хьаша ларвар») является отражением горского гостеприимства и неприкосновенности гостя в доме горца, символа чести и достоинства. Для игры очерчивался круг, означающий

дом (цла). Величина круга зависела от количества играющих. Выбирался (по жребию) «хозяин дома» (цлен да) и «гость» (хьаша). Гость, внезапно вбежав в круг, садился и брался за конец ремня, лежащего в круге, за другой конец ремня брался «хозяин дома». Многие долгожители утверждают, что ремень символизировал неразрывную дружбу между «хозяином дома» и «гостем». Остальные участники игры, расположившись за его пределами, пытались осалить шапкой «гостя». «Хозяин» дома должен был отразить все попытки атакующих и тем самым защитить честь «гостя».

Игрой, отображающей элементы охоты в глубокой древности, является игра «Охотники». Для игры делали палочку длиной 35–40 см и диаметром 4–6 см. Команда «охотников» садилась на корточки и закрывала глаза. «Звери» становились позади «охотников». Ведущий команды «зверей» как можно дальше бросал с кона (чу) палочку, сопровождая бросок возгласом: «Пошла» («Яхар»). В этот момент «звери» разбегались и прятались. «Охотники» старались по звуку определить место падения палочки и как можно быстрее найти ее. Как только «охотники» находили палочку, на них набрасывались «звери», и завязывалась борьба. Игрок, коснувшийся коленом земли, считался побежденным, и на этом борьба прекращалась. Выигрывала команда, одержавшая большее количество побед. Проигравшая команда несла на себе победителей на кон.

Сюжетной игрой, отражающей элементы охоты, являлась и игра «Бег волока ногу» («Ког текхош идар»). Участники игры делились на две команды: «охотников» и «зверей». Каждый «охотник» выбирал себе партнера из команды «зверей» и играл с ним до конца игры. На площадке для игры

проводились три линии. Первая линия означала место старта «охотников», вторая – «зверей», третья – финиш. «Охотники» и «звери» принимали на старте исходное положение: упор присев, одна нога в сторону. По сигналу начинался бег на руках и одной ноге, волоча вторую ногу. Каждый «охотник», крича: «Лови!» Догоняй!», стремился до финишной линии догнать своего напарника-«зверя». По рассказам долгожителей, этот вид состязания представлял бег раненного в ногу зверя.

У чеченцев существовала игра, напоминавшая современную игру в хоккей на траве – «Забивание мяча в башню» («Блов чу буьрка тохар»). Поле для игры ограничивалось только линиями с двух сторон, на которых устанавливались ворота – башни. Для игры подбирались палки типа клюшек. Ударом палок загоняли мяч в башню, которой служила хворостинка, согнутая и воткнутая в землю обоими концами. Подобные игры проводились среди чеченцев, карачаевцев, балкарцев и других народов Северного Кавказа.

Вайнахская «Вдовья игра» («Жеройн ловзар») является аналогией русской лапты. Для игры чертится линия кона (чу). За ней становятся выбранные по жребию бьющий и подающий игроки. Остальные игроки уходят в поле (аре). Поле для игры не ограничивается. По сигналу подающий с криком «Бей!» («д!атоха!») подает мяч, а бьющий бьет по мячу, стараясь не дать возможность поймать его полевым игрокам. Если полевой игрок ловит мяч, то он бежит на место бьющего, а бивший мяч – прыжками на одной ноге или в полном приседе уходит в поле (условия определяются до начала игры). Если мяч не пойман, а подобран с земли, подобравший обязан бросить его подающему игроку. Если

подающий поймал его, не выходя за линию кона, то он становится бьющим, а бросавший – подающим. Суть игры заключается в том, чтобы не дать возможность полевым игрокам поймать мяч с лета.

Изучение археологических материалов позволяет говорить о том, что с возникновением и дальнейшим развитием скотоводства появляются новые игры. Раскопки, произведенные в различных населенных пунктах Чечни, дали богатую серию разнообразных поделок из рогов и костей диких и домашних животных (олений, яков, коз и др.), свидетельствующих о том, что потребности горцев того времени в рукоятках ножей, шильях, псалиях, пуговицах и деталях конской упряжи полностью удовлетворялись собственными изделиями. По-видимому, с развитием косторезного дела формируются виды народных игр и состязаний, инвентарем для которых служили костяные изделия и кости, например: волчок – юла (д!аьндарг), альчики (г!улгаш) и др.

К наиболее древним видам народных игр относится игра в альчики. Альчиками служат овечьи астраганы. Народ донес до наших дней много различных вариантов этой игры. Играли в альчики летом на крышах саклей, на полянах и дорогах, а также зимой на льду рек и различных водоемов.

Следует отметить, что альчики использовали не только для игр. Иногда они использовались в качестве своеобразного жребия в различных бытовых моментах – при выборе имени для новорожденного, названия села, в решении тех или иных споров между тейпами, в определении степени мастерства танцоров и т.д.

Большой популярностью в народе пользовалась «Игра в колышки» («Хьостамех ловзар»). Играли, как правило, мальчики от 6 лет до подросткового

возраста. Толщина колышка составляла 3–5 см. С одной стороны колышки заострялись. Противоположный конец очищался от коры. Очередность вступления в игру определялась по жребию. Первый участник, определившийся по жребию, с размаха метал свой колышек, стремясь вогнать его в землю. Очередной игрок метал свои колышки в землю, стараясь при этом сбить один или одновременно несколько уже забитых в землю колышков. Если колышек после броска игрока падал плашмя, то он выбывал из игры, а игрок, чей колышек сбивался, терял очко. Если при очередном ударе колышек бьющего игрока падал, а не втыкался в землю, то все остальные игроки выдергивали свои колышки, а бывший игрок начинал, как штрафник, очередной кон. Тот, кто во время игры терял определенное договором количество колышков, выбывал из игры, а выигравший все колышки признавался победителем.

Эмоционально проходили и различные игры в перетягивании. Индивидуальное перетягивание противоборствующего осуществлялось с помощью палки, вставленной между согнутыми в локтях руками. Стоя повернувшись спиной друг к другу, участники старались перетянуть противника через черту (харш). Побеждал тот, кому это удавалось сделать.

Другой вид перетягивания заключался в том, что участники игры, разделившись по парам, садились друг против друга, упираясь стопами. Взявшись за концы палки, играющие по сигналу перетягивают друг друга. Победителем считается игрок, который оторвет противника от пола.

Более интересно и эмоционально проходило коллективное перетягивание. Для перетягивания готовился длинный шест, к середине которого

привязывали пучок травы, лоскуток и т.п. Команды, как правило, подобранные по родственному принципу, выстраивались лицом друг к другу по обе стороны черты. По одному участнику из каждой команды (замыкающие) брались за конец шеста одной рукой. Позади команд на расстоянии 4–5 м клались призы. Взявшись за шест обеими руками, состязающиеся по команде судьи начинали перетягивание противника на свою половину площадки. Побеждала та команда, которая первой поднимала с земли приз.

У чеченцев большой популярностью пользовались игры и состязания, включающие элементы метаний. Для метаний изготовлялась палка соответствующей длины и веса. Длина палки не должна была превышать двух широких шагов ее владельца, а диаметр – обхвата кольца, образованного большим и указательным пальцами. В исходном положении палка держалась над плечом согнутой в локтевом суставе рукой. Хват осуществляется так, чтобы заостренный конец палки был чуть-чуть опущен вниз. Разбежавшись, участник состязания делал у линии броска прыжок-скачок одной ногой, обычно противоположной рабочей руке. Согнутая в коленном суставе маховая нога выносилась вперед. Не переступая линию броска, участник старался метнуть палку как можно дальше так, чтобы она воткнулась в землю.

Разновидностью упражнения в метании являлось «Метание палки ногой» («Когаца глаж кхоссар»). Игроки располагались друг против друга на расстоянии, устанавливаемом в зависимости от возраста участников. Один из игроков ставил палку на носок и, не переходя линию (харш), махом ноги бросал палку в сторону партнера. Тот с места падения палки тем же приемом

бросал ее в сторону противника, стараясь забросить ее как можно дальше. Побеждал участник, дальше всех метнувший палку.

Распространенными были у чеченцев состязания по различным видам прыжков. Наиболее популярными среди детей и подростков были прыжки через плетни различной высоты. Все участники по очереди прыгали через низкий плетень, затем переходили к более высоким препятствиям. Участник, не преодолевший плетень, выбывал из состязания. Победитель определялся, постепенно переходя от преодоления низкого плетня к преодолению более высокого.

Игра «Взятие башни» (Гала яккхар), видимо, являлась отголоском периода башенных войн. Игра проводилась как на земле, так и на воде. Для игры на земле выбирался небольшой обрыв, а для игры на воде – небольшой островок или большой камень. На обрыве или камне стояли «стражники». «Враги» старались занять «башню», «стражники» любым способом препятствовали этому. Если «враги» сбрасывали стражу и овладевали башней, то игра начиналась вновь, причем «стражниками» становились бывшие «враги».

Распространенными среди горцев были различные физические упражнения, включающие элементы ходьбы, бега, метаний. К ним относились ходьба на ходулях, бег в гору и под гору, метание и толкание камня.

Ходули имели большое распространение в Чечне, Ингушетии, Карачае и других районах Северного Кавказа. Систематическое использование многообразных физических упражнений и игр с использованием ходулей вырабатывало координационные способности, смелость, решительность.

Первоначально ходьба на ходулях была средством передвижения в

слякоть, преодоления естественных препятствий, а затем стала одним из средств физического воспитания горцев. На ходулях проводился целый ряд состязаний: переход через реку, подъем на гору и спуск с нее, петушинные бои и др.

В первом виде состязаний на ходулях побеждал тот, кто переходил реку туда и обратно, во втором – тот, кто быстрее поднимался на гору и спускался с нее. Спрыгнувший или упавший с ходулей обязан был вновь подняться на них и продолжить игру – выходить из состязаний у горцев считалось позором. В третьем виде состязаний – «петушинных боях» – участники становились боком друг к другу, и каждый старался сбить противника. Побеждал тот, кто, сбив противника, оставался на ходулях. Часто в этих состязаниях принимали участие целые села.

Представители старшего поколения учили подростков популярным народным играм, которые посвящались трудовой деятельности. В числе прочих у горцев было много игр и состязаний, связанных с сельскохозяйственными работами. Как правило, проводились джигитовка, скачки и стрельба, прыжки через арбу и плуги. Победителей награждали призами. Только после этого начинали пахать свои участки. Первую борозду делал «майра кьо-нах» («храбрый мужчина»). Подобные массовые игры, посвященные окончанию заготовки сена, устраивались в осеннее и зимнее время. Этот период так и назывался в народе – «порой праздников и развлечений».

В народной памяти сохранилась весьма распространенная среди чеченцев игра, которая проводилась главным образом в летнее время. Эта игра напоминала грузинскую «Лело» или широко распространенную в наше время игру в регби. Так, например, игра под

названием «Наьхча ловзор» («Сырная игра») проводилась среди крестьян-скотоводов в весеннее и летнее время, в период массового изготовления сыра. Игра имела несколько вариантов. Сущность игры заключалась в стремлении овладеть завернутой в кожаный мешок головкой сыра, принадлежащей противоборствующей стороне. Борьба за сыр носила ожесточенный характер и изобиловала приемами единоборств. Можно было сбить противника, владеющего головкой сыра, захватом рук и ног, поднимать и бросать его. Игра сопровождалась боевыми возгласами и скандированием боевых призывов болельщиков команд. Часто игра продолжалась до тех пор, пока одна из борющихся сторон не приносила обе головки сыра «судье». Нетрудно увидеть в этой игре современную игру в регби. В другом варианте игра проводилась верхом на лошадях.

К древним играм и состязаниям, проводившимся в зимнее время, относятся катание на лыжах, салазках-полозках, санках с дугами, верчение волчков и др.

Одной из распространенных зимних игр среди детей горцев была игра «Верчение волчка» («Длаьндарг хьовзаяр»). Волчок имеет форму цилиндра, переходящего снизу в конус. Изготавливают волчок из рога буйвола, быка. Часто волчок (длаьндарг) вырезают из твердых пород дерева: дикой вишни, груши, кизила, боярышника и др. Обязательной принадлежностью игр с волчком является кнутик (веревочка на короткой палочке) или просто веревочка длиной 50–80 см, с помощью которых волчок (кубарь) раскручивается до быстрого и устойчивого вращения. Волчок запускается по-разному. Иногда его раскручивают между ладонями, а чаще накручивают на волчок веревочку и с силой дергают за ее

конец. Это придает волчку вращательное движение, которое затем можно поддерживать, подхлестывая волчок кнутиком или веревочкой.

В высокогорных аулах широко было распространено катание на лыжах, салазках-полозках, санках с дугами. Подобными лыжами пользуются и теперь. Изготавливались эти лыжи из прочных пород дерева: ясеня, дуба, чинары, кизила. Длина их достигала от двух до трех с половиной локтей, ширина – 4–5 пальцев, высота – от 2 до 7 см. Размер лыж зависел от возраста и роста их обладателя. Дети начинали кататься с 4–5-летнего. Катание на таких лыжах развивало у детей смелость, решительность, силу и ловкость. При спуске, чтобы справиться со скоростью, делали небольшие повороты вправо и влево, объезжая камни и кусты. Очень часто спуск с очень крутых склонов происходил на спор. После каждого спуска детям приходилось с лыжами на плечах подниматься опять в гору. Это, в свою очередь, вырабатывало у детей выносливость. Массовое катание на лыжах начиналось после того, как снег подмерзал или утрамбовывался и на нем образовывалась ледяная корка. Небезынтересно отметить, что в различных селах горные лыжи делались по-разному. В местах, где снега бывало больше, их делали шире; там, где меньше, – более узкими [2].

Существенная роль в системе физического воспитания чеченцев отводилась физическим упражнениям, направленным на развитие жизненно важных двигательных качеств: силы, быстроты, ловкости (координационных способностей), выносливости, гибкости (подвижности в суставах) и др.

Для развития силовых качеств чеченцы активно использовали упражнения в метании и толкании камня, поднятии и переноске тяжестей и др.

Упражнений в метании камней различного веса много: назад, вперед, двумя и одной рукой, с разбега, с места, с одного шага, стоя спиной к направлению метания и т.д. Вес камня и способ метания устанавливались в зависимости от возраста занимающихся, решаемых педагогических задач, а также условий проведения состязаний.

Упражнения в поднятии и переноске тяжестей преимущественно носили прикладной характер, а именно: направленность на подготовку к трудовой деятельности в условиях каменистой горной местности.

Дети, подростки, юноши и взрослые активно использовали в практике физического воспитания целый ряд физических упражнений без предметов. Наиболее популярными были такие упражнения, как подтягивание на сучьях деревьев, бег в гору и под гору.

Перечисленные упражнения являлись необходимой составной частью народной системы физического воспитания, направленной на создание соответствующей базы физической подготовленности, формирование двигательной культуры и полноценную подготовку подрастающего поколения к созидательной деятельности в реальных условиях жизни и быта горцев.

Одним из важных факторов физического воспитания чеченцев являлось то, что все игры и состязания проводились в естественных условиях: на воздухе, в горах, покрытых лесом, и благотворно влияли на подрастающее поколение, закаляли молодой организм. Почти все игры горцев являлись играми-состязаниями, играми-поединками. В них мужал и вырабатывался характер сыновей гор, росли их мужество, воля к победе, незаурядная сила, вырабатывалась ловкость, находчивость и быстрота реакции в сложившейся ситуации. В играх горцев число участников

никогда не ограничивалось, благодаря чему создавалась обстановка для развития творческого мышления, инициативы, чувства коллективизма.

Массовые выходы детей в лес, горы, степь, где они приобретали жизненно необходимые военно-прикладные, спортивные и трудовые навыки, указывают на разумную народную систему физического воспитания. Многие игры, физические упражнения и состязания носили прикладной характер, где мужчины показывали свою удачу, физическую силу, ловкость и выносливость, находчивость и смелость. Состязания превращались в народные праздники, неотъемлемой частью которых являлись музыка, пение, танцы.

Чеченцы имеют богатейшее этнокультурное наследие в сфере физической культуры и спорта. К сожалению, реалии сегодняшнего дня свидетельствуют о том, что использование образовательно-воспитательного потенциала этого наследия не нашло своего достойного места в практике физического и духовно-нравственного воспитания подрастающего поколения.

Значимой и существенной предпосылкой дальнейшего совершенствования форм, содержания и методов организации и проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в республике является феномен XXI в. – переоценка носителями идеологии различных общественных формаций, и прежде всего самим человеком, мировоззренческих, социально-психологических и морально-нравственных ценностей, ориентируя человека к стремлению стать Человеком [3].

Итак, можно сделать следующие выводы:

1. Народные подвижные игры и физические упражнения являются традиционными средствами народной

педагогики физического воспитания. В них ярко отражаются образ жизни людей, их быт, национальные традиции и обычаи, представления о лучших человеческих качествах, желание обладать красотой движений, проявлять творческую выдумку и смекалку, находчивость и стремление к победе. Они помогают усваивать народные обычаи и традиции, побуждают детей быть справедливыми, честными, храбрыми, отважными, ловкими, выносливыми, сильными, полезными семье и обществу.

2. Исследование содержания двигательной деятельности, организационных форм и методов использования национальных средств физического воспитания убеждает нас в актуальности решения проблемы их педагогической унификации и классификации

применительно к использованию как поликультурного вариативного компонента программ физического воспитания дошкольников и учащейся молодежи. Трансформация этнопедагогики физического воспитания в современную практику функционирования учреждений образования позволит выполнить социальный заказ общества – формирование физически и духовно состоятельной личности.

Литература

1. *Коряковский И.М.* Теория физического воспитания. М., 1960.
2. *Краснов А.И.* Физическая культура и спорт в Чечне и Ингушетии. Грозный, 1963.
3. *Кун Л.* Всеобщая история физической культуры и спорта. М.: Радуга, 1992.
4. *Пфаф В.Б.* Путешествие по ущельям Осетии [сборник сведений о кавказских горцах]. Тифлис, 1871. Т. 1.