

# **Русские национальные виды спорта и игры**

Работу выполнила: Левщанова М.Г. Гр.  
ЗПС012

- \* Для периода донациональных отношений в физической культуре характерны такие понятия, как первобытная физическая культура, физическая культура родовой общины. В процессе разложения первобытнообщинного строя происходило образование родовых союзов, из которых, в свою очередь, складывались племена. Здесь уместно говорить уже о физической культуре племен и племенных союзов. С появлением классового общества возникла такая социально-этническая общность людей, как народность, и с этого времени следует говорить о народной физической культуре.
- \* Для периода зарождения и развития наций правомерно употребление термина "национальная физическая культура". Как известно, одной из отличительных черт нации является общность духовной жизни, возникающая на основе длительной совместной жизни людей, связанных единой экономикой, территорией и языком, а значит и культурой. Однако предыдущими исследователями понятие "национальная физическая культура" не употреблялось, а заменялось термином "национальные формы физической культуры". Между тем эти понятия не равнозначны.

- \* Кулачный бой. На протяжении всей Истории славяне вели постоянные войны, и воинские упражнения и игры сделались неотъемлемой частью древнеславянской культуры, прочно войдя в быт и отразившись в традиционных "потехах". Русский кулачный бой ("кулачная потеха"), - яркий тому пример.
- \* Первые летописные упоминания о кулачном бое встречаются в начале XIII в. Великий Князь киевский, Мстислав III, и князь псковский, Владимир, ободряя пред битвой своих воинов представили им на волю: сразиться на конях или пешими. И получил ответ: "мы не хотим на конях, но сразимся, по примеру наших предков, пешими и на кулаках".
- \* На первый взгляд, кулачный бой может показаться достаточно варварским развлечением. Но, памятуя, что на Руси редкий год обходился без войны, вполне закономерно, что для простого люда (который в любой момент мог быть востребован, как ополчение) он стал исторической традицией. А для государства в целом - полезной школой, в которой население обучалось воинскому искусству "без отрыва от производства". Обычно плохо вооруженные ополченцы стремились компенсировать данный недостаток быстрой реакцией и умелым, неожиданным использованием ситуации, и этому их учил кулачный бой.

# Единоборства

- \* На Руси издревле проводились состязания плясунов. Плясали как в одиночку, так и в паре с соперником. Состязание чаще всего происходило на ярмарках. На плясунов "спорили" и делали ставки, а победители получали призы: подарки, деньги или вино.
- \* Плясуны постоянно тренировались, выдумывали новые сочетания "коленцев", неизвестные соперникам и зрителям. До состязаний наработки держали в большом секрете. Это постоянно пополняло и обогащало технику русского пляса. спорт игра русский национальный
- \* Различали парный и одиночный перепляс. В первом случае один из плясунов показывал какое-либо движение или связку, соперник должен был их в точности повторить, потом показывал свои. Во втором - соревнующиеся попеременно показывали свои движения, при этом нельзя было повторять предыдущие. Проигрывал тот, у кого первого заканчивался набор "выкрутасов".

# Пляски и танцы

\* На ярмарках и гуляниях популярностью пользовались состязания силачей в поднятии камней и прочих тяжестей, толкании бревна; бои на бревне: когда два участника садились друг перед другом на высоко закрепленном бревне и старались сбить друг друга на землю ударами мешков с опилками или палками, обмотанными тряпьем. Дети соревновались друг с другом в беге "взапуски", то есть наперегонки. К массовым играм относились и перетягивание каната (невода), снежки, катание на санках, бег на ходулях - игры хорошо известные и сейчас. С некоторыми играми мы познакомимся поближе.

## Массовые игры

- \* Лапта в древности была распространенной молодецкой забавой у славян. В русских летописях есть многочисленные упоминания об этой народной игре. При раскопках древнего Новгорода, среди прочих предметов, обнаружено было немало мячей и сама лапта (палка-бита), давшая название игре. Лапта пользовалась успехом и у викингов, которые, судя по всему, переняли ее у славян - норвежские археологи не раз находили биты для игры в лапту.
- \* Городки (рюхи, чушки). История этой игры насчитывает несколько веков - она почти столь же стара, как и лапта. Упоминание о городках можно найти и в сказках, и в старинных легендах, и в документах, относящихся к истории Древней Руси.
- \* Смысл игры был в том, что бы выбить броском деревянной биты фигуры-мишени (складывающиеся из деревянных столбиков - "городков") за черту игрового поля - "города".

# Спортивные игры

- \* "Псовая охота - лихая забава наших предков, еще и в настоящее время тешит сердца русских охотников дорожащих заветами старины", писал в своей книге "Першинская охота" Д. П. Вальцов.
- \* Псовой охоте на Руси не одно столетие - в летописях XII века есть упоминания о том, что еще при великом князе Владимире Мономахе "зверей травили псами", а на одной из фресок Софийского собора в Киеве (построен в XI в.) изображена остроухая собака, гонящая оленя. Изначально в охоте использовались травильные собаки, отличавшиеся не столько быстротой, сколько силой и злобностью, но позже, на Руси была выведена уникальная порода быстрых охотничьих собак - русских борзых.
- \* Соколиная охота. "Россия - страна большая, до самого океана, и на этом океане у них несколько островов, где водятся сокола и кречеты", когда-то описывал нашу страну Марко Поло. И в русских песнях, сказках и былинах ясный сокол - частый гость, "птица благородная". Соколиная охота предшествовала на Руси псовой и была ей в последствии постепенно вытеснена. Возникла она примерно в VIII веке и достигла своего расцвета в XVII при царе Алексее Михайловиче. Однако к концу XIX века только немногие мелкопоместные дворяне продолжали охотиться с ловчими птицами, и после Революции многовековые охотничьи традиции были утрачены, а сама охота - забыта.

## \* Царские забавы