

*Иннокентьев Андрей Валерьевич,*

*старший преподаватель,*

*Мирнинский политехнический институт (филиал) СВФУ,*

*г. Мирный, Мирнинский район, Республика Саха (Якутия)*

## **ЯКУТСКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ БОРЬБА «ХАПСАҒАЙ» КАК СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ**

**Аннотация.** Статья посвящена вопросам физического воспитания, как одного из приоритетных методов народной педагогики. Рассматриваются исконное происхождение, приемы национального вида спорта. Национальный вид спорта народа саха «хапсаҒай» как дополнительная практическая часть программы «Физическое воспитание» для всех обучающихся образовательной траектории, способствовал бы гармоничному развитию молодого поколения, гуманному отношению к соперникам, другим людям.

**Ключевые слова:** история, народная педагогика, методы, развитие личности. В народной педагогике народа саха, наряду с другими методами народного воспитания, физическому воспитанию ребенка с малых лет уделялось особое внимание. Это можно объяснить тем, что, во-первых, условия и образ жизни северного человека немыслим без крепкого здоровья, которое является основой выживания в холодном суровом крае. Во-вторых, народ саха жил в гармонии с самим собой и с природой. Такие качества как выносливость, сдержанность, терпимость, доброта были в основе характера северного народа, выросшего среди первозданной природы. Человек саха называет себя «дитя природы». Именно ему, кажется, свойственно крылатое выражение Децима Юния Ювенала: «В здоровом теле здоровый дух» (лат. «Mens sana in sano»), традиционное объяснение, которого выражает: «сохраняя тело здоровым, человек сохраняет в себе и душевное здоровье». Раньше массовое увлечение «хапсаҒай» воспитывал в ребенке уверенность, умение вести себя в экстремальных ситуациях, гуманное отношение к сопернику, тем самым не агрессивность к другим, а доброту, скромность, терпение. Поэтому изучение и сохранение этноспорта, в котором «хапсаҒай» как национальный массовый вид спорта, издавна занимавший определенное важное место в народной педагогике, как нельзя актуально, особенно в наше время, для воспитания будущего здорового поколения.

Этимологию слова «хапсаҒай» ученые-лингвисты определяют почти одинаково, ибо слово имеет тюркско-монгольское происхождение. По мнению Н.С. Григорьева «хапсаҒай» - это «хапса» (ловить, хватать, схватить) со старомонгольской приставкой будет «схвати, действуй» [3]. В «Толковом словаре якутского языка» пишется «хап» (ловкость, быстрота, сила, выносливость), «саҒай» (бросай, кидай) [6], а в «Якутско-русском словаре» - «проворный, ловкий, быстрый». Исследователь якутского языка Э.К. Пекарский в своей работе «Словарь якутского языка» писал, что слово «хапсаҒай» (хабыс+аҒай) происходит от тюркского «капчаҒай», «хапшаҒай» (быстрый, проворный), похож бурятскому «гапшаҒай», что означает «ловкий, хваткий,

## ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

перехватывать». [7] Из этого следует, что слово «хапсагай» имеет свою древнюю историю. В фольклорной традиции народа саха «хапсагай» существует издавна. Например, в эпосе олонхо описывается победа богатыря Среднего мира над богатырем Нижнего мира с помощью приемов «хапсагай». В старину, в систему подготовки воина («боотура») включали приемы национальной борьбы. Соревнования по «хапсагай» проводили во время национального праздника «ысыах», свадьбы («уруу»), осенней подледной ловли (мунха). Первое упоминание о «хапсагай» на русском языке имеется в трудах этнографа Г.Ф. Миллера, который дал подробное описание национального праздника «ысыах», проведенного 31 мая 1737 года в 14 верстах от Якутска, и в ходе которого прошли состязания по борьбе хапсагай. Затем упоминания о соревнованиях по данной борьбе встречались в трудах участника Второй Камчатской экспедиции И.Г. Гмелина, в работах академика А.Д. Мидлендорфа, у писателя-декабриста А.А. Бестужева-Марлинского, побывавшего в ссылке 1827-1829г.г. в Якутии. Аналогичный вид спорта, существует у народов Азии (башкир, бурят, алтайцев, монголов и др.) В подтверждении этому, можно привести такие материалы, экспонируемые в музеях. Так, например, в числе коллекции фотографий Музея антропологии и этнографии им. Петра Великого РАН в Санкт-Петербурге содержатся фотографии «Борьба на празднике Наадам» (Монголия, г. Улан-Батор, 1930г.), «Борьба тустуу» (Якутия, 1909г.). Национальная борьба башкир, бурят, алтайцев и у других тюркских народов схожи и называется «борьба на поясах»: у башкир, татар «көрәш», чувашей «кёрешӱ», казахов «күрес», киргизов «күрөш», «алтайцев «курес», у бурят «бухэ барылдаан». Возраст борьбы на поясах специалисты датируют не меньше трех тысяч лет, основываясь на найденных древних рукописных документах: наскальные рисунки, бронзовые, глиняные изображения борцов с изображением борьбы на поясах в самых разных уголках земли, в китайской рукописи «Тан Шу». У башкир, татар борьба не представляет собой борьбу ногами. В бурятской, разрешаются все приемы с захватом любой части тела, в том числе и ног. У чувашей и казахов поясная борьба сопровождалась активной борьбой ног. У народа саха интерес к национальной игре хапсагай был всегда. Раньше мальчишки, подражая старшим, встретившись, всегда играючи, соревновались, боролись. Таким образом, учили друг друга приемам борьбы «хапсагай», развивались физически, закалялись. Каждый мальчишка восхищался именитыми борцами, идеализировал их, был активным болельщиком на соревнованиях по «хапсагай», визуально разучивая основные приемы «хапсагай». Сейчас с появлением других массовых видов спорта и развлечений стали забывать эту замечательную полезную для здоровья национальную игру. Так как «хапсагай» имеет древнюю историю, установить, когда появились правила борьбы, вряд ли представляется возможным. По упоминанию очевидца XVIII века, борцы «раздевшись донага, только оставив на себе одни штаны, и с разбега соединяясь друг с другом и ударяя одним другого по бокам, а потом ухватясь за свои штаны и ногами

## ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

сплестясь, бросают о землю». Независимо от времени года, борцы боролись разутыми и одетыми только в шорты из ровдуги (мягкой кожи лося без шерсти). В летнее время схватки могут проводиться и на поляне, поросшей травой. В литературных источниках и трудах исследователей отмечается, что до начала состязаний борцы друг друга не видели. Из берестяной урасы (в летнее время) борцов выводили на арену соревнования, пряча его за замшевой кожей (сарыы). Перед началом схватки арбитр приглашал на середину ковра и сбрасывал с них покрывало. Любое касание борцом земли какой-либо частью тела, кроме ступней, считалось поражением. При проведении приёма атакующий борец должен был остаться на ногах. В борьбе за исключением пальцев рук и ног, разрешены любые захваты за любую часть тела. Неглубокие захваты борцов принимаются за правило. В ходе схватки большое значение имеет активная работа ног. В наличии различных приемов борцов имеются подсечки, подножки, обвивы, зацепы, выхваты, отхваты, подсады и иные различные броски. Наиболее распространёнными приёмами являются сваливание соперника захватом головы и ноги (түргэн) и передняя подсечка (халбарыйан тэбии). В технике «хапсагай» следует выделить оригинальное исполнение проходов в ноги и бросков через грудь (халбарыйыы). Ограничений по времени не существовало. Борьба продолжалась до победы. Приз в виде «мүһэ» (варёная бедренная кость жеребца с мясом в верхней части) вручали победителю. В «хапсагай» разряды не присваивались. Нынешние борцы соревнуются обнаженными до пояса, ниже пояса одеты в трусы или трико, обуты в борцовки. Официальные схватки проводятся на борцовском ковре, диаметром 10 метров. Правило схваток остались такими же, исключение составляет касание земли (ковра) одной рукой, за что засчитывается штраф в 1 балл. Продолжительность схватки ограничена 10 минутами, для взрослых это обычно 5 минут + 2 минуты в случае, если победитель не выявлен в основное время, для старших юношей 5 минут, для младших юношей — 4 минуты. Исход схватки – это победа одного из борцов или объявление обоих борцов проигравшими, ввиду пассивного ведения борьбы.

До 1955 года в «хапсагай» не было деления на весовые категории. С 1955 года взрослые борются в категориях до 53, 58, 64, 72, 80 килограммов и свыше 80 килограммов. У юношей и ветеранов деление на категории другое.

В конце XIX века и начале XX века наблюдалось массовое увлечение борьбой «хапсагай» на всей территории нынешней Якутии. Появились известные мастера борьбы «хапсагай» Күүстээх Уйбаан, Бараммат Байбал, Одьоо Сэмэн, Бөбө Байбал и другие. В 1932 году состоялись первые официальные соревнования по национальному виду спорта «хапсагай», которые были приурочены к десятилетнему юбилею образования автономной республики и впоследствии, соревнования стали проводиться систематически, как на праздниках, так и в ходе Всеякутских Спартакиад. В 1932 году на III Всеякутской спартакиаде титул абсолютного чемпиона по борьбе «хапсагай» был

## ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

присвоен Степану Слепцову, уроженцу Мегино-Хангаласского улуса. Также к участию в соревнованиях были стали допускаться и женщины, так в 1944 году соревнование женщин было включено в программу летней республиканской спартакиады Якутской АССР.

В последнее время развивается известное с древности групповое направление борьбы «хомуур хапсагай». В команде должно быть не менее пяти борцов в различных весовых категориях (например, двое до 70 килограммов и трое – свыше 70 килограммов). Соревнование начинают по одному борцу от каждой команды (по жребию). Затем борются по 2 борца от каждой весовой категории, следующим этапом борются по 3 борца от каждой команды, и наконец, в финальной схватке выходят все борцы противоборствующих команд – «стенка на стенку».

Ещё одним массовым видом «хапсагай» является разработанный недавно «хабыр хапсагай». Правила здесь не отличаются от ушу-саньда.

В настоящее время в Республике Саха проводятся различного уровня соревнования по национальным видам спорта. В июле 2017 года в с. Верхневилюйск проведена XX Спартакиада по национальным видам спорта «Игры Манчаары». Кульминацией третьего дня «Игр Манчаары» стало абсолютное первенство по борьбе «хапсагай». Примечательно то, что за каждым из двух десятков борцов, включивших в спор богатырей - борцов, стояли главы улусов и наслегов. Они за каждого земляка ставили на кон кобылу или двух оленей, если это был представитель северного улуса. В итоге захватывающей яркой искрометной борьбы богатырей, Увар Тимофеев, уроженец Верхневилюйского района, третий год стал лучшим «хапсагаистом» Республики Саха. В качестве приза получил сертификаты глав на шесть кобыл и двух оленей.

Многие известные якутские борцы вольного стиля с детства занимались борьбой «хапсагай», что наложило отпечаток на их стиль борьбы. Так, чемпион и призёр Олимпийских игр Роман Дмитриев, чемпион Олимпийских игр Павел Пинигин, призер Олимпийских игр Александр Иванов обучались приемам «хапсагай». Роман Дмитриев в основу своего атакующего стиля положил чисто национальные приёмы и своей первой победе над иранским борцом Джавади на престижном международном турнире в Тбилиси он был обязан приемам борьбы «хапсагай».

Роль национальной борьбы «хапсагай» можно рассмотреть и с другого ракурса. В повседневной жизни человека занятие борьбой «хапсагай», прививает ребенку те качества, необходимые физическому и духовному развитию будущего здорового поколения.

1. Вести Здоровый Образ Жизни. Национальный вид спорта «хапсагай» как любой вид спорта помогает придерживаться здорового образа жизни.

2. Быть дисциплинированным. Каждый человек, занимающийся спортом, систематически готовится к тренировкам и соревнованиям. Поэтому должен соблюдать дисциплину, режим дня. Должен спать вовремя и тренироваться по графику.

## ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

### 3. Соблюдать правильное питание

Спортсмен должен соблюдать режим питания. Противопоказаны газированные напитки, которые будут плохо отражаться на организм после тренировок, так как спортсмен придерживает спортивную форму, тонус. Поэтому еда должна быть калорийной, возмещающей изнурительные нагрузки тренировок.

### 4. Психическое развитие

Мышление, эмоции, темперамент, характер, способность

Спортсмен, занимающийся единоборством как «хапсагай», изучает своего противника: какие приемы, тактики и уловки можно применить к тому или иному противнику. Так, визуальное изучение помогает быстрому мышлению, тактике для работы с другим человеком, учит внешне не выражать свои эмоции, что характеризует ментальность народа саха.

Вид национального спорта «хапсагай» способствует человеку держать себя в руках, находить компромисс в любой ситуации, верить в себя, принимать конкретное решение в той или иной ситуации и уверенности в жизни. Учит угадывать, разузнать психологию своего противника, т.е. другого человека. Таким образом, для реальной возможности совершенствования развития полноценной гуманной личности (толору киһи), нужно научить ребенка с малых лет простым приемам борьбы «хапсагай». Для этого нужно составить специальные программы с элементами «хапсагай», по возрастным категориям, организовать секции, кружки по национальному виду спорта «хапсагай» в образовательных учреждениях, начиная с детских садов и школ. Закрываю статью, выдержкой из работы спортивных исследователей: «Сама система хапсагай обладает огромным гуманным, нравственным и духовным потенциалом, делающим этот вид единоборств спортом будущего, когда человечество поймет значимость и необходимость искоренения всех, то ни было видов жестокости и насилия». [5]

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андросов Г.Г. *Хапсагайдаһан тустуу*. – Якутск, 1963.
2. Васильев А.В. *Хапсагай*. – Якутск, 2013.
3. Григорьев Н.С. *Фразеологический словарь якутского языка*. – Якутск, 1999.
4. Коркин Д.П., *Спортивная борьба*. – Якутск, 1972.
5. Никитин С.Н., Никифоров Н.В. *Ученые записки университета им. Л.П. Лесграфта*. – №7. – 2014. – С. 126-132.
6. Пекарский Э.К. *Словарь якутского языка*. – Изд-во АН СССР, 1955.
7. *Толковый словарь якутского языка / под ред. Афанасьева П.С.* – Якутск, 1994.
8. Яковлев Я.И. – *Молодой ученый*. – 2012. – №5. – С. 584-587.