

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВПО «БУРЯТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

На правах рукописи

Мендот Инга Эрес-ооловна

**ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ
НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА ТУВИНСКОГО НАРОДА**

Специальность 13.00.04 – теория и методика
физического воспитания, спортивной тренировки,
оздоровительной и адаптивной физической культуры

ДИССЕРТАЦИЯ

на соискание ученой степени кандидата педагогических наук

Научный руководитель
доктор педагогических
наук, профессор
А.В. Гаськов

Улан-Удэ – 2015

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА ТУВИНСКОГО НАРОДА	13
1.1. История и развитие национальных видов спорта тувинцев.....	13
1.2. Мужское троеборье как средства формирования всесторонне и гармонически развитой личности.....	33
1.3. Сравнительная характеристика национальных видов спорта монгол, бурят, тувинцев: борьба, стрельба из лука, конные скачки.....	60
Выводы по первой главе.....	79
ГЛАВА 2. ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ ТЫВА	81
2.1. Современное состояние национальных видов спорта в Республике Тыва.....	81
2.2. Концепция развития национальных видов спорта в Республике Тыва, и эффективность реализации.....	102
Выводы по второй главе.....	123
ВЫВОДЫ	125
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	127
ЛИТЕРАТУРА.....	128
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	148

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Национальные виды спорта культивируются во многих регионах Российской Федерации. В их основе лежат традиционные народные физические упражнения и игры, исторически связанные с укладом жизни и особенностями труда людей в условиях данных регионов. Некоторые из этих видов спорта требуют незаурядной физической и специальной спортивно технической подготовленности.

В такой многонациональной стране, как Россия, с испокон веков формировались и развивались национальные виды спорта, которые на протяжении веков подвергались различным изменениям от условий, уклада жизни, а также под воздействием военных действий и различных идеологий. В настоящее время некоторые этнокультурные традиции национальных видов спорта почти забыты, а если сохранились, то в сильно измененном виде. В изучении, теоретическом осмыслении, в восстановлении национальных традиций заключается решение данной проблемы.

Одним из путей совершенствования физического воспитания является учет национальных спортивных интересов и развитие этнокультурных традиций, обычаев (Покровский Е.А., 1884; Хангалов М.Н., 1958; Ханбиков Я.М., 1967; Самбу И.У 1968; Атаев К.А., 1969; Волков Г.Н., 1974, 1993; Элашвили В.И., 1982; Ягодин В.В., 1986, 1992; Урукова Г.М., Мамычкин Ф.В., 1989; Санданов Б.Д., 1993; Асмолов А.Г., 1994, М.Б. Кенин-Лопсан 1994, 1999, 2006; Васильева М.С., 1998; Григорьев В.И., 1994, 1996, 1999; Апинян Т.А., 1994; Калмыков С.В., 1995; Бальсевич В.К., , 1996, 1998; Бурхинов Д.М., 1993, 1998; Фомин В.А., 1997; Козлова Т.Б., 2000; Черемисин В.Л., 2000; Таран А.А., 2001, 2004). Народные игры и виды спорта имеют богатейшие педагогические возможности для развития человека, укрепления здоровья, физических, психических и эстетических свойств организма человека.

На современном этапе развития общества у исследователей наблюдается повышенный интерес к истории национальных видов спорта, ведется активная

борьба за возрождение, сохранение и реставрацию различных этнокультурных традиций, обрядов, духовных ценностей национальной культуры, содержание в народной физической культуре и изучении условий педагогического потенциала.

Важнейшим компонентом существования любого народа являлась физическая культура: состязания в силе, ловкости, удали. Борьба, стрельба из лука, конные скачки служили не только праздничными развлечениями, но и проверкой физической и морально-волевой подготовки тувинцев, утверждением их жизнестойкости, непоколебимости духа, личности сочетающей в себе храбрость, мужество, выдержку, честность, уважение.

Сохранение культурных наследий народа, их совершенствование по мере развития общественного сознания является необходимым условием существования народа как нации. Взаимовлияние культур народов стало обычным явлением, оно дает возможность общения народов, взаимопонимания друг друга, большой стимул для выравнивания общего развития культуры человечества.

На основе концепции «Модернизация российского образования на период до 2020 года» и закона «Об образовании в Российской Федерации» (2012), Министерством образования и науки Республики Тыва разработана «Концепция воспитания человека в общеобразовательных учреждениях в Республике Тыва», которая направлена на формирование национального самосознания и традиционной физической культуры, овладение системой общечеловеческих ценностей. В общегосударственной концепции Российской Федерации подчеркивается роль этнокультурных компонентов в физическом воспитании, народных традиций молодого поколения. Традиционная физическая культура должна формироваться на основе национальных видов спорта, физических упражнений и игр, в силу их огромного развивающего педагогического потенциала. Она должна занять достойное место в воспитании будущего человека, их физическом совершенствовании (К.Б. Салчак, Л.П. Салчак, З.Ю. Доржу и др.).

В трудах В.И. Столярова и В.С. Цукермана к традиционной физической культуре относятся все виды непосредственной, непрофессиональной деятельности людей, физическое, психологическое, эстетическое и нравственное воздействие на человека для подготовки его к труду, военному делу, для приспособления к естественной среде, для укрепления здоровья, для развлечения и т.д. В результате такой деятельности у каждого народа рождались многочисленные народные физические упражнения – игры, состязания, ритуалы, забавы, складывалась своя самобытная система физической культуры.

Таким образом, важность историко-этнокультурного изучения традиционных физических упражнений и видов спорта, а также связанных с ними народных традиций, обычаев и обрядов трудно переоценить. Культурно-историческая интерпретация разновидностей традиционных видов спорта и состязаний у тувинцев позволяет выявить зрелищные спортивные праздники и древнейшие истоки многих традиций, обычаев и обрядов, развитие традиционных историко-этнокультурных связей тувинцев и других народов Центральной Азии.

Актуальность исследования работы обусловлена тем, что на современном этапе возникли противоречия связанные:

- между потребностью использования потенциала национальных видов спорта тувинцев и недостаточной изученностью истории их развития и становления;

- между повышением общественного интереса к истории традиционных видов спорта тувинцев и отсутствием полноценных научно-методических разработок в этой области;

- между значимостью многообразия национальных видов спорта для устойчивого баланса российской физической культуры ;

Данные противоречия говорят о существовании научной проблемы, главным показателем является недостаточная степень изученность истории и развития национальных видов спорта и игр Тувы на современном этапе.

Необходимость разрешения этой проблемы обусловила актуальность данного исследования на тему «История становления и развития национальных видов спорта тувинского народа».

Степень изученности проблемы. Фактическим материалом исследования послужили письменные рукописные архивные и этнографические источники, которые характеризуют национальные виды спорта и игры, праздники древних кочевых народов Центральной Азии, спортивные состязания по борьбе, стрельбе из лука и конным скачкам, таким как «три игры мужей», которые являются основой традиционных праздников тувинского народа.

Самобытные народные физические упражнения и игры тувинского народа впервые изучали видные исследователи (Radloff W., 1864; Потанин Г.Н., 1881, 1883; Райков М., 1898; Савенков И.Т., 1905; Каррутерс Д., 1914; Грумм-Гржимайло Г.Е., 1914; Островский П.Е., 1927; Кон Ф.Я., 1934; Грач А.Д., 1960; Вайнштейн С.И., 1961, 1974, 1975; Самбу И.У., 1968; Дьяконова В.П., 1975; Сердобов Н.А., 1985; 1988; Катанов Н.Ф., 1990; Сельбиков А.А., 1996; и др.). В работах ученых представлено влияние природных, климатических, географических, производственных и других особенностей на общественный уклад, культуру, язык, традиции народа.

Традиционный праздник «Наадым» тувинского народа отражен в трудах В.В Ягодина (1991), Х.Д-Н. Ооржак (1995), Г.Н. Курбатского (2001), А.К. Кужугет (2006), в которых представлены мифологические, фольклорные, легендарные сведения о борьбе «Хуреш», стрельбе из лука и конных скачках.

Источники исследования. Источниковой базой нашего исследования являются:

1) архивные материалы (Научный архив Тувинского института гуманитарных исследований (ТИГИ), Центральный государственный архив Республики Тыва, (ЦГА РТ);

2) фольклорные материалы- тувинские эпические произведения «Бокту-Кириш и Бора-Шээлей», «Хаан-Буудай», «Ачытыг кезер Мерген», «Адыг оглу Ыйгылак-Кара моге», «Хайындырынмай Багай-оол» сказки разных жанров;

3) исторические документы – «Очерки Северо-Западной Монголии. Отчеты путешествия, проведенного в 1879 году по поручению Русского Географического общества» (Потанин Г.Н., 1883), «Этнографический обзор населения долины Южного Енисея» (Яковлев Е.К., 1900), «Материалы по этнографии тувинцев районов Монгун-Тайги и Кара-Холя» (Потапов Л.П., 1960), «Тувинские праздники» (Курбатский Г.Н., 1973);

4) словари – «Тувинско-русский словарь» (Тенишева Е.Р., 1968), Толковый словарь русского языка (Ожегова С.И., 1999), Современный этимологический словарь русского языка (Глинкина Л.А., 2009).

Важную роль в предпринятом исследовании сыграли археологические материалы Аржаан-1,2, хранящиеся в Национальном музее «Алдан-Маадыр» Республики, собранные в 2009–2011 гг., также проанализированные научные материалы, прежде всего этнокультурные источники, среди которых особое место занимали работы Г.Е. Грумм-Гржимайло, Л.П. Потапова, В.В. Ягодина, И.У. Самбуу, М.Х. Маннай-оол и др.

Различные аспекты праздников бурят-монгольских народов отражены в работах М.Н. Хангалова, Л.П. Санданова, и др.

Хронологические рамки национальных видов спорта дореволюционный период (2 половина XIX в. – по 20-е гг. XXв.), советский период (1920–1991 гг.) и период развития национальных видов спорта в Республике Тыва на современном этапе (1991–2013 гг.).

Объект исследования национальные виды спорта в Туве.

Предмет исследования история становления и развития национальных видов спорта тувинского народа.

Целью исследования является изучение и обобщение истории и развития национальных видов спорта тувинцев выявление позитивных тенденций содействующих формированию организационно-управленческих

структур. Стрельба из лука, борьба, конные скачки были атрибутами физической культуры народов на всех континентах, где у каждого народа, имелся уникальный, устоявшийся (примордиалистский) характер.

В нашем исследовании проверялась гипотеза:

Предполагается, что борьба, стрельба из лука, конные скачки у тувинцев имеет глубокие этноисторические традиции, оказавшие влияние на развитие системы физической культуры и становления современного спорта в Туве. Знание истории становления и развития национальных видов спорта своего народа позволит повысить качество и эффективность занятий физической культурой и спортом в современных условиях, которые позволят повысить качество и эффективность процессов обучения и тренировки начинающих борцов, наездников и стрелков из лука, а также будет способствовать повышению эффективности подготовки высококвалифицированных специалистов.

Задачи исследования:

1. Проследить историю возникновения национальных видов спорта, мужского троеборья.
2. Разработать и предложить современную концепцию развития национальных видов спорта в Республике Тува, обозначить его роль и место в формировании этнической идентичности в российской системе спорта.
3. Выполнить классификацию традиционных тувинских видов спорта, их роль в этническом сознании и самопознании.
4. Предложить научно обоснованную периодизацию истории становления и развития тувинских игр: стрельбы из лука, борьбы и конных скачек.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

- впервые предпринята попытка осуществления комплексного исследования становления и развития национальных видов спорта в Туве;
- осуществленная нами периодизация и классификация тувинских национальных видов спорта показывает примордиалистскую (укорененную) природу этнической физкультуры, и поэтому приобщение индивидуумов к ее

истории будет способствовать формированию их этнического сознания и самосознания.

Методологической основой исследования являются:

- современные концепции теории и методики физической культуры и спорта (Ю.Ф. Курамшин, Л.И. Лубышева, А.М. Максименко);
- основные положения теории и методики физического воспитания (Б.А. Ашмарин, В.К. Бальсевич, Ж.К. Холодов, Л.П. Матвеев, Ю.Ф. Курамшина);
- исследования по этнопедагогике, нации и народности (Г.Н. Волков, М.С. Васильева, В.И. Прокопенко, В.Ф. Афанасьев, Д.М. Бурхинов, Г.И. Батурина);
- материалы и результаты исследований по этносам и регионам (В.М. Григорьев, С-А.М. Аслаханов, В.П. Красильников);
- научные труды по истории физической культуры в Туве; (Н.Ф. Катанова, С.И. Вайнштейн, В.В. Ягодин, Ю.Л. Аранчын);
- материалы по тувинским народным подвижным играм: (И.У. Самбу, М.Б. Кенин-Лопсан., Х.Д-Н Ооржак, О.Ч. Ондар, Е.М. Аг-оол, Э.Э. Мендот) и др;

Методы исследования. Для получения научной информации использовались следующие методы: историко-теоретический анализ, обобщение и систематизация исторических материалов; сравнительно-исторический (анализ и обобщение литературных источников, изучение археологических, архивных и исторических материалов) эмпирический, констатирующий, системный, структурный и статический анализ; обобщение практики и изучение опыта развития физической культуры и спорта.

Теоретическая значимость исследования заключается в следующем:

- показано, что тувинская этническая физическая культура, отраженная в национальных видах спорта, является результатом биологической адаптации этноса к экологическому контексту и частично – результатом культурной

адаптации этноса к социально-политическому контексту, что означает ее укорененность (примордиалистскую сущность);

- работа может выступать стимулом к новой трактовке предмета физической культуры и спорта как науки с учетом современных тенденций глобализации, мультикультурализма, гендерного эгалитаризма и др.

Практическая значимость исследования обусловлена возможностью использования его результатов и выводов:

- в области управления физической культурой и спортом на региональном и федеральном уровнях;

- в школьном и вузовском образовании при разработке учебных курсов по физкультуре и спорту, истории, этнографии и других учебных дисциплин;

- разработано электронное методическое пособие «Тувинские народные подвижные игры для детей 5-6 лет в сельских дошкольных образовательных учреждениях»;

- результаты исследования могут быть использованы в педагогической деятельности в средне-специальном и высшем образовании, при повышении квалификации учителей физической культуры, руководителей спортивных секций, преподавателей ДЮСШ, тренеров.

Организация исследования – исследование проведено в период с 2009 по 2012 г. в 2 этапа:

– **первый этап** (2009–2010 гг.) – изучение состояния системы национальных видов спорта в Республике Тува, определение проблемы, проанализирована научно-методическая литература, сбор и анализ полученных данных и разработка концептуального подхода;

– **второй этап** (2011–2013 гг.) – обоснование системы регионального развития, оценка педагогического потенциала национальных видов спорта в Туве.

Обоснованность и достоверность исследования полученных результатов определяется теоретико-методологической основой, комплексом

педагогических методов соответствующих задачам исследования. Исторические и этнографические данные подтверждаются актами внедрения тувинских национальных видов спорта, в образовательный процесс Кызылского педагогического колледжа, в Министерстве спорта и молодежной политики республики при проведении соревнований и мероприятий.

На защиту выносятся следующие положения:

- разработка исторической картины становления тувинских национальных видов спорта и этнической тувинской физической культуры показала их укорененный характер, раскрыла их этноинтегрирующую роль;
- периодизация и классификация тувинских национальных видов спорта, что открывает новый взгляд на тувинскую национальную культуру в целом, как на уникальный и самоценный исторический феномен, исторически обосновать отличие тувинского мужского троеборья от монгольского и бурятского.
- результаты исследования позволяют интерпретировать тувинские национальные виды спорта как полноценный компонент российской системы физкультуры, повышающие ее социальную значимость и устойчивость.

Апробация результатов исследования осуществлялась на международных, всероссийских, республиканских, региональных научно-практических конференциях в Тувинском, Красноярском, Бурятском госуниверситетах и Новосибирском государственном педагогическом университете. По результатам исследования разработано электронное методические пособие «Тувинские народные подвижные игры для детей 5-6 лет в сельских дошкольных образовательных учреждениях». По теме диссертации опубликовано 20 работ (статьи, тезисы, методические пособия), 16 статей на научно-практических конференциях, 4 статьи в Педагогический вестник Тувинского государственного университета, в том числе 5 статьей в ведущем рецензируемом научном журнале «Вестник Бурятского государственного университета».

Структура диссертационной работы. Состоит из введения, двух глав, выводов, практических рекомендаций, литературы, включающей 212 источников, из них 10 – зарубежные, и 10 приложений. Общий объем диссертации составляет 158 страниц.

ГЛАВА 1

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА ТУВИНСКОГО НАРОДА**1.1. История и развитие национальных видов спорта тувинцев**

Национальные виды спорта – вид, имеющий прикладную направленность исторически сложившийся в этнически однородной группе населения, компактно проживающий на территории республики (субъекта) Российской Федерации, где данный вид признан как национальный.

У каждого народа свои особенности национальных видов спорта, продиктованные не только традиционным трудом и бытом, но и этническим характером, природными и историческими особенностями.

Важным компонентом народной культуры являются национальные виды спорта, сыгравшим огромную, жизненно важную роль в истории своего народа.

В свою очередь национальные виды спорта, с одной стороны, являются частью всей народной культуры, а с другой - частью системы физической культуры. Существенным отличием национальных видов спорта от других форм физической культуры, является состязательная направленность, обязательное наличие соперничества, борьбы.

Тувинцы – один из коренных народов Саяно-Алтайского нагорья на юге Сибири (бассейн Верхнего Енисея). Прежние названия тувинцев - урянхайцы, сойоты, сойоны, самоназвание их - тыва кижы. Они проживают в Республике Тыва, (примечание: Тыва - этническое название народа на родном языке, Тува - русский вариант названия) входящей в состав Российской Федерации. Столица Тывы, город Кызыл, является географическим центром Азии.

История формирования и развития тувинского народа так же многогранна богата, как и любого другого этноса. Наши предки издревле населявшие

благодатные предгорья Саяно-Алтая, оставили зримые следы на этой огромной территории. Это и «открытые книги» на скалах - петроглифы писаницы, и оленные камни и каменные изваяния, и остатки древних городищ и ирригационных систем, и большие и малые курганы-места захоронений царей, вождей и дружин саяно-алтайских племен.

Возникновение народных физических упражнений и видов спорта у народов, проживающих на территории современной России, как и у других народов мира, относится к первобытному обществу.

Памятники материальной культуры, датируемые эпохой палеолита (древний каменный век 2,6 млн- 12 тыс.лет до н.э) показывают, что древние народы Центральной Азии из поколения в поколение развивали самобытную физическую культуру в виде игр, состязаний и разнообразных физических упражнений, которые являлись средствами народной педагогики.

Изучение истории и развития народной педагогики, а также педагогической мысли показывает, что общество уделяло недостаточное внимание исследованию культуры малочисленных народов, в том числе и использованию народного опыта воспитания.

Тувинские народные традиции физического воспитания направлены на приобщение подрастающего поколения к верховой езде, стрельбе из лука, уходу за животными, приемам и техническим тонкостям национальной борьбы и др., которые в комплексе воспитывали у детей выносливость, чувство товарищества и другие физические качества. Здесь формировались и многие морально-волевые черты характера. Например, во время охоты по традиции старшему по возрасту уступали первую добычу, встретившись с другим охотником в пути, делились с ним частью добычи, как бы тяжело она ни досталась. Победитель состязания в знак уважения отдавал свой приз гостю и т. д. (Грач А.Д., 1960; Самбу И.У., 1978; Кенин-Лопсан М.Б., 1994, 1999, 2001; Курбатский Г.Н., 1973, 1999, 2001; Ооржак С.Ы.).

В суровых жизненных условиях, в тяжелой борьбе за существование тувинцы осознавали огромное значение развития в человеке большой

физической силы и выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, храбрости и мужества, быстроты мышления, выдержки. Поэтому всегда уделялось большое внимание воспитанию и развитию физических, психических и моральных качеств человека.

На территории Тувы люди жили небольшими родовыми общинами, занимались охотой и собирательством. Орудия изготавливали из камня, рога, кости и дерева.

II в. до н.э. - V в. н.э. – население Тувы смешивается с пришлыми племенами, которых оттеснили в Туву племена хунну, создавшие военно-племенной союз и установившие господство в Центральной Азии.

VI-V тысяч лет назад - неолит (новокаменный век). Людьями производятся более совершенные каменные орудия, появляются лук и стрелы. В данный период появляется стрельба из лука как способ помериться в меткости, силе и ловкости древнего тувинца.

VI-VIII вв. н. э. – древнетюркское время. Территория Тувы находилась в составе тюркского каганата. Основное занятие населения – кочевое скотоводство.

Примерно X-VIII тысяч лет назад (эра мезолита- средний каменный век) на Земле наступает очередной период сильного потепления, появляются современные виды флоры и фауны. Одно из величайших достижений людей этого времени- изобретение лука со стрелами. На территории Тувы найдены наконечники стрел, сделанные из кремня.

745–840 гг. – уйгуры разбили государство древних тюрков и создали свой каганат. Уйгуры, один из древнейших тюркоязычных народов, соорудили в Туве крепости. В то время на территории Тувы была оседлая цивилизация.

Физическая культура в Республике Тыва является одной из исторически сложившихся органических частей культуры народа. Многочисленные сведения о древних и современных тувинцах, содержащиеся как в письменных источниках, так и в материалах археологии и этнографии, утверждают, что вся деятельность их проходила в трех основных отраслях натурального хозяйства:

скотоводство с сезонными перекочевками в течение года; охота на мясного и пушного зверя во все времена года (верховая, пешая и на лыжах); земледелие с небольшими посевами ячменя и проса. В связи с этим смысл физического воспитания, содержание физических упражнений, состязаний и игр были тесно связаны с отраслями основной деятельности тувинцев (Жарова А.Ж., Ким А.М., Ховенмей В.Б., Бузур-оол О.Б., Доржу З.Ю., 1995).

Для самобытной постановки физического воспитания разных племен и народов существенно отметить три характерные особенности:

Во-первых, физические качества и двигательные умения, и навыки прививались, главным образом, в семье.

Во-вторых, ребенок с первых лет жизни воспитывался и приучался всякого рода умениям в естественных условиях труда и быта.

В-третьих, физические упражнения (чаще всего игрового и соревновательного характера) пользовались огромной популярностью в народе (Покровский Е.А., 1884, 1887; Ягодин В.В., 1995).

Условия жизни требовали от древних тувинцев улучшения техники и тактики охоты, подготовки к охоте молодого поколения. Этим во многом объясняется возникновение подвижных игр, носящих характер подражания животным и птицам. Все эти и другие игры отражали общественный строй древних тувинцев, живших в доклассовом и классовом патриархально-феодальном обществе. В более поздний период игры, отражающие трудовой процесс, не были направлены непосредственно на предмет труда, а приобретали относительную самостоятельность в виде физических упражнений. В течение времени менялись характер и культура тувинского народа, и в связи с этим появились новые формы физических упражнений и игр.

Многие исследователи Южной Сибири отмечают особую роль народных подвижных игр, видов спорта в деле воспитания молодежи (Андрианов А.В., Потанин Г.Н., Дьяконова В.П., Салчак К.Б., Вайнштейн С.И., Кон И.С., Курбатский Г.Н., Самбуу И.У., Потапов Л.П., Бутанаев В.Я., Сагалаков Л.И.,

Сунчугашев Я.И., и др.). Они отмечают игру как важный инструмент передачи жизненного опыта от старшего поколения к младшему, усвоения народных обычаев, традиций. Такая передача опыта начиналась с появления у ребенка потребности в подражании действиям своих родителей. Родители, поддерживая желание детей, создавали определенные условия, показывали, учили, давали возможность повторять (упражняться), предоставляли свободу действия, исправляли ошибки.

Каждый народ, в зависимости от социально-экономических условий своего развития, психического состояния, климато-географического положения, исторически вырабатывал самобытные виды подвижных игр и развлечений, их способы, которые формируют своеобразную систему воспитания. Формы проявления игр весьма разнообразные. Вместе с развитием человеческого общества они непрерывно совершенствуются и усложняются (Ягодин В.В., 1992; Санданов Б.Д., 1991, 1993; Таран А.А., 2004).

Народные подвижные игры являются неотъемлемой частью интернационального, эстетического и физического воспитания человека. Дети, посещая детские учреждения, повседневно общаются, играют в разные игры, внося в свою деятельность элементы национальной культуры. Игра вызывает важнейшие свойства учения – потребность учиться, знать, уметь (Покровский Е.А., 1884, 1887; Бурхинов Д.М., 1993; Хангалов Б.Д.; Шмаков С.А., 1997; Таран А.А., 2001, 2004).

Народные подвижные игры – элемент духовного потенциала народа, сформировавшегося на протяжении длительного периода. Исходя из этого знакомить детей с народными играми в современном образовательном учреждении целесообразно во взаимосвязи с историческими, географическими и культурными особенностями региона, в котором они бытуют. Тувинский народ не должен терять нравственный авторитет среди других народов – авторитет, достойно завоеванный тувинским искусством, в том числе в искусстве традиционных игр. Мы не должны забывать о прошлом, о красоте и

богатстве музыки, живописи, литературы, о праздниках и обычаях тувинского народа. Именно родная культура, как отец и мать, должна стать неотъемлемой частью души ребенка, началом рождения личности.

У каждого народа свои культурные традиции, которые чтятся и передаются из поколения в поколение. Именно такой подход, по нашему мнению, приобщит школьников к традициям, народной культуре, воспитывает поколение, осознающее себя в непрерывном контексте истории, людей, связанных с прошлым, настоящим и будущим своей культуры, в то же время, осознающее себя участниками мирового культурно-исторического процесса.

Игры, используемые для физического воспитания, можно разделить на 2 большие группы: *подвижные* и *спортивные*.

Подвижные игры как важнейшее средство физического воспитания населения широко используются в образовательных учреждениях нашей страны в поэтапном обучении (детский сад – школа – вуз). Их целенаправленно применяют на практических занятиях по физической культуре в школе для повышения уровня физического развития, выносливости и физической работоспособности школьников. Важным фактором является улучшение умственной работоспособности учащихся, занимающихся активной двигательной деятельностью.

Спортивные игры – высшая ступень развития подвижных игр. Они отличаются от подвижных едиными правилами, определяющими состав участников, размеры и разметку площадки, продолжительность игры, оборудование и инвентарь и другие, что позволяет проводить соревнования различного масштаба. Соревнования по спортивным играм носят характер спортивной борьбы и требуют от участников большого физического напряжения и волевых усилий.

В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны – получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой

деятельности, углубляют познания окружающей их среды. Все это в конечном итоге способствует воспитанию личности в целом.

Обогадившись и укрепившись в результате синтеза на протяжении длительного времени, физическая культура и подвижные игры не теряют своей принадлежности к своей нации. В процессе развития традиционной физической культуры тувинского народа формировалась и самобытная классификация. Рассматривая самобытную физическую культуру тувинского народа, мы делаем попытку разработки классификации подвижных и спортивных игр тувинцев для развития физических качеств.

Классификация подвижных и спортивных игр тувинцев

Таблица 1

№	Названия игр	
	Подвижные игры	Спортивные игры
	Игры для развития быстроты	
1.	Аскак-кадай (хромая старуха)	Хуреш (борьба)
2.	Баг кагары (выбивание ремня)	Ча адары (стрельба из лука)
3.	Чинчи чажыары (найти бусину)	Аът чарыжы (конные скачки)
4.	Мени тут (поймай меня)	Сывыртажыыры (догонялки)
	Игры для развития силы	
5.	Ак ыяш (белая палка)	Аргамчы тыртары (перетягивание каната)
6.	Даш дагжаары (метание камня в цель)	Даш кодурери (поднятие камня)
7.	Кууйлу (метание палки)	Шалбалаары (метание аркана)

8.	Чуук дажыыры (переноска тяжести)	Хендирбе сыйары (ломание хребтовой кости)
Игры для развития выносливости		
9.	Аскангырлаары (скакание на одной ноге)	Аът чарыжы (конные скачки)
10.	Шошкууру (прыжки)	Хуреш (борьба)
11.	Хулур-Хурур (бросание клубочка)	Тевек (почекушка)
Игры для развития ловкости		
12.	Баг кагары (выбивание ремня)	Хуреш (борьба)
13.	Кажык (игра в кости)	Шалбалаары (метание аркана)
14.	Аржыыл какчыр (платочная салка)	Ча адары (стрельба из лука)
Игры для развития гибкости		
15.	Аскак-кадай (хромя старуха)	Тевек (почекушка)
16.	Девиг (танец орла)	Хуреш (борьба)

Представленные на классификацию народные игры и национальные виды спорта классифицированы на основе меры воздействия на физические качества, и их развитие.

Национальные виды спорта, тувинские подвижные игры распределены по следующей классификации: подвижные игры и спортивные.

Игры для развития физических качеств:

- а) для развития быстроты;
- б) для развития силы;
- в) для развития выносливости;
- г) для развития ловкости;
- д) для развития гибкости.

В играх для развития быстроты, в основном применяются беговые упражнения, увертывания, изменение направления бега, выполнение

двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени.

Игры для развития силы направлены на поднимание тяжелых предметов, сопротивление, метание в цель и на дальность, в котором нужно преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему.

В играх для развития выносливости, имеются движения, в котором нужно противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности, в течение времени, которого осуществляется мышечная деятельность определенного характера и интенсивности.

Игры для развития гибкости, в котором выполняются движения с большой амплитудой, которые нужно сочетать с упражнениями на силу и расслабление.

В играх для ловкости понимают движения быстро поймать летающий предмет, увернуться, точно, экономно, целесообразно выполнять сложные движения, действия возникающие неожиданно.

Классификация тувинских народных игр направлены на развитие двигательных умений, навыков, физических качеств, характеризует укрепление здоровья, интеллектуальных, эстетических, нравственных и волевых качеств, а также общеподготовительных, специально подготовительных действий.

Главным признаком, отличающим большинство игр, является их сознательный характер. Перед играющим всегда ставится цель – выполнение какой-либо конечной задачи игры, т.е. получение результата, хотя и в рамках определенных способов его достижения, но таких, которые позволяют самим играющим выбирать пути, находить сообразно своим возможностям новые решения в зависимости от постоянно меняющейся ситуации.

Популярными в этот период были различные игры с костями (кажык) мелкого рогатого скота, о чем свидетельствуют данные археологии, и устного народного творчества. У жителей Юго-Восточной Тувы одной из наиболее популярных с древних времен была народная азартная игра «Панчык». В неё

играли и старшие, и младшие представители народа. Шахматы в Туве тоже были древней игрой. Об этом свидетельствуют этнографические материалы и данные устного народного творчества. С древних времен развлечения, игры и спортивные состязания имели важное значение в общественной жизни тувинцев, служили удовлетворению их эстетических и духовных потребностей. Не случайно традиционная физическая культура нашла отражение в богатом устном творчестве (Райков М., 1898; Островских П.Е., 1927; Вайнштейн С.И., 1961, 1974, 1991; Сельбиков А.А., 1985, 1996; Manchen-Helfen O., 1931).

Рассмотрение истории развития физической культуры и спорта в Туве играет определенную роль в изучении народных традиций физического совершенствования человека в целом, поскольку их методы и средства использовались в воспитании подрастающего поколения. Кроме того, изучение традиционных форм физического воспитания у тувинцев представляет актуальную задачу сохранения наследия народа, его самобытной культуры, и помогает полнее оценить и понять особенности национальной культуры и возможности ее дальнейшего развития подрастающим поколением.

С древних времен национальные игры и спортивные состязания имели большое значение в общественной жизни народа. Ни одно народное торжество не проходило без участия хурешистов, стрелков из лука, скачек на лошадях и народных игр, являющихся средством народной педагогики.

Одной из любимых спортивных забав с древних времен у тувинцев была борьба «хуреш». Об этом свидетельствуют сюжеты жанров народного фольклора – сказок, эпоса, песен и пословиц. Многие герои тувинских сказок являются отличными борцами, или, по крайней мере, среди них нет человека, который бы не умел бороться.

Таким образом, можно отметить, что тувинский народ за долгую историю формирования, генетически соприкасаясь на разных этапах своего развития с разными племенами и народами, испытывая благотворное влияние разных

культур и цивилизаций, унаследовал и создал уникальные образцы памятников истории и культуры, датируемых разными эпохами.

Существенную часть духовного наследия тувинского народа составляют традиции и обычаи, тесно связанные со всеми сферами его общественной (трудовой и физической) и семейной жизни. Они имеют глубокие генетические истоки, являются неотъемлемой составной частью духовной и физической культуры тувинского народа на разных этапах его исторического развития.

Традиции и обычаи сложились на основе трудового, физического и жизненного опыта народа и связаны с его хозяйственно-культурным укладом, морально-этическими нормами и повседневной жизнью. Они создавались веками и обогащались опытом предшествующих поколений (Покровский Е.А., 1884, 1887; Курбатский Г.Н., 1973; Сельбиков А.А., 1996; Кужугет А.К., 2002; Аг-оол Е.М., 2004; Manchen-Helfen O., 1931).

По мнению многих исследователей: Салчак К.Б., Самбу И.У., Ооржак Х.Д-Н, и др., традиция – это не только «передача» культурного наследия прошлого, но и исторически сложившиеся формы поведения людей во всех сферах общественной жизни. Получить представление о традиционной физической культуре народа, о его духовных и оздоровительных ценностях, не зная его традиций и обычаев, невозможно. Изучение и возрождение традиций физического воспитания, традиционной культуры и обычаев особенно актуальны в наши дни, когда происходит процесс демократизации общественной жизни и рост национального самосознания народа.

Спортивные состязания и игры проводились в триаде «коллективное моление – соревнования – пиршество» с древнейших времен и претерпели с тех пор (с первых веков н.э. до начала XX в.) ряд изменений.

После коллективных обрядов и ламаистских богослужений устраивались спортивные состязания по борьбе *хуреш*, конные скачки. Спортивные состязания были всегда массовыми, в них участвовало большинство мужчин со всех окрестностей.

Чем большей была зависимость от природных стихий – засухи, наводнений, холодного лета и т.д., тем торжественнее и напряженнее была атмосфера при молении. От самого процесса проведения обряда, от отношения хозяев мест, по представлениям предков тувинцев, напрямую зависела дальнейшая жизнь его участников. И тем радостнее, веселее, свободнее были спортивные состязания и пиршество.

Вышеизложенный исторический и этнографический обзор свидетельствует о том, что народные игры и состязания занимали важное место в жизни тувинского народа. Игры, танцы и состязания возникали в процессе сложной коллективной жизни и развития общественного сознания людей. Их источник – трудовая деятельность человека. У всех народов игры, танцы и состязания стали необходимой частью народной системы физического воспитания.

Национальные средства физического воспитания тувинского народа вобрали в себя всю суровость колорита природы Тувы, особенности образа жизни тувинцев, специфику их традиционных устоев. Простота, доступность, зрелищность и эмоциональность – характерные черты спортивных состязаний тувинцев, а «первозданность» их, в какой-то степени таинственная ритуальность, делают их особенно привлекательными для подрастающего поколения (Потанин Г.Н., 1883; Кон Ф.Я., 1934; 1969, 1988; Сельбиков А.А., 1996; Дэвлет М.А., 2004).

В исторических документах, а также в современных литературных материалах Республики Тыва содержится информация о культуре, быте в области традиционной физической культуры в различные периоды исторического развития тувинского народа (Райков М., 1898; Грумм-Гржимайло Г.Е., 1926; Потапов Л.П., 1956; Вайнштейн С.И., 1961, 1991; Курбатский Г.Н., 1970; Салчак К.Б., 1974; Ооржак Х.Д.-Н., 1996; Ондар О.Ч., 1989; и др.).

К традициям физического воспитания относятся устоявшиеся в обществе нормы, обычаи, порядки и способы жизнедеятельности, обусловленные

практическими потребностями людей и их естественным стремлением к физическому совершенству (Элашвили В.И., 1982; Кенин-Лопсан М.Б., 1987; Кривдик В.М., 1992).

Традиции, обычаи и обряды всегда играли важную роль в гражданском становлении тувинского этноса, в формировании его нравственных, эстетических, трудовых и физических качеств, в социализации личности в целом. Поэтому сегодня так необходима объективная оценка исторической роли этих феноменов, изучение образовательного, воспитательного и развивающего влияния педагогической культуры прошлого на успешность решения современных проблем воспитания детей. Физическое развитие и воспитание учащихся, обеспечение их здоровья и дееспособности являются одной из самых насущных задач современного общества (Кривдик В.М., 1992; Ооржак Х.Д.-Н. 1995; Аг-оол Е.М., 2004).

Тувинцам исконно был присущ кочевой образ жизни с проживанием в юртах. Он оставил определенный отпечаток в национальной культуре и педагогике и ее составной части – физической культуре и национальных видах спорта. Они направлены на развитие физических качеств - силы, выносливости, быстроты, двигательных умений, координацию движений, ведение здорового образа жизни, также воспитательных задач - духовно-нравственного, эстетического воспитания подрастающего поколения и т.д.

Тувинцы занимались физической культурой в любое время года, в основном находясь на свежем воздухе. По содержанию и целям физическая культура и национальные виды спорта в значительной мере отражают наиболее типичные бытовые действия (Вайнштейн С.И., 1991; Бобров Л.А., 2000).

Исследователи выделяют следующие тувинские игры. Наиболее значительное количество национальных видов связано с игрой в кости (кажык). В тувинских семьях их всегда собирали и накапливали (иногда до 1000 штук) и использовали в популярной игре «кажыктаар». Игра призвана развивать физические и духовные возможности личности, выполнять

рекреационную, реабилитационную, коммуникативную, а также идеологическую и политическую (что неоднократно имело место в истории культуры) роли.

Существует пять вариантов игры «кажыктаар», которая имеет очень древнее происхождение. «Кажык» обладает большим развивающим потенциалом, особенно в развитии суставов рук, мышц рук, гибкости пальцев, глазомера. Игра требует от играющего предельной внимательности, быстроты реакции.

Важное значение для развития ребенка имели игры – обучения. Например, в игре с астрагалами «бодалгалажыыр» (у кого сколько скота) детям прививались навыки устного счета.

У тувинского народа также существует множество физических упражнений с арканом (*аргамчы*). Существует пять видов арканов, и наличие многих физических упражнений с арканом является закономерным явлением, так как давно у тувинцев было девять разных видов домашних животных. Метанием аркана тувинские дети занимались с 7–8-летнего возраста. Некоторые дети пробуют метать аркан с 5 лет. Целями были разные предметы в зависимости от возраста (колышек, коновязь, выступы кошары и т.д.). Постепенно дети переходили на подвижные цели (собака, ягнята, бараны, товарищи по игре: один убегает, другой его, догоняя, ловит арканом).

Взрослые тувинцы состязались в ловле ездового коня, жеребца, когда пригоняли их из табуна в *аал* (местечко или чабанская стоянка) или сгоняли в кучу, расположившись вокруг на лошадях или пешими.

У каждого был свой аркан, длина которого варьирует от 8 до 12 метров. Каждый хотел заарканить коня, передвигающегося в табуне. Побеждает тот, кто первым поймает нужного коня. Это было непросто: обычно конь чувствует, что его хотят поймать, и начинает прорываться из кучи, опускать голову ниже туловища, делать рывки, быстрые остановки и т.д. Метание аркана требует высокой координации движения, быстроты реакции, гибкости

и специального технического навыка (Ооржак Х.Д-Н., 1995; Кужугет А.К., 2002).

С.И. Вайнштейн подробно описал технику ловли лошадей арканом. «Сделав широкий замах, опытный табунщик резким, точным и сильным движением набрасывал большую петлю аркана на голову коня, которого нужно было поймать. Точным броском удавалось обычно заарканить среди табуна на расстоянии до 10-12 м даже быстро скачущую лошадь. Если попытка не удавалась, табунщик через некоторое время повторял ее» (Вайнштейн С.И, 1974, 1991).

Другой распространенной тувинской народной игрой «Тевек», аналогичная русской игре «Жестка», является одной из самых распространенных и популярных детских игр. В прошлом в данную игру играли только мальчики, представители мужского пола, в настоящее время в нее играют и девочки, так как эта игра способствует развитию общей физической подготовки, однако девочки предпочитают более простой ее способ «анаа тевер», а более сложные виды игры популярны у мальчишек. Впрочем, в праздники в нее играют и дети, и взрослые (встреча Нового года по лунному календарю).

Суть игры заключается в жонглировании *тевеком* левой и правой ногами различными способами: *анаа тевер, далгыыр, анаа чин, кызыл чин*.

Игра усложняется в том случае, когда противники соревнуются с одинаковым успехом. Вначале выбирают самый простой способ игры, когда один из игроков подкидывает «тевек» одной ногой (тевектээр), обычно правой, и старается подбрасывать «тевек» как можно дальше, не уронив его на землю. Если ни один из противников не имел преимущества перед другими, и игра продолжалась с одинаковым успехом, тогда ее усложняли. Во втором способе «тевек» подбрасывали то одной, то другой ногой (далгыыр). Если в этом случае силы равные, тогда приступали к еще более усложненному варианту игры (чиннээри). Противник, стоя на одной ноге, подбрасывает «тевек», при этом не опуская его на землю. Самый трудный способ игры

отличался от предыдущего тем, что игрок должен был подбрасывать «тевек» стоя на одном месте (кызыл чин).

Имеется концовка игры, называется «човадыр» (изматывание противника) проигравший бросает «тевек» на ногу победителю, а тот изо всей силы отбрасывает «тевек» ногой, заставляя противника бежать за ним. Эта игра продолжается до тех пор, пока выигравший не совершит ошибку или побежденный не сумеет поймать отброшенный ногой «тевек».

Игра «Тевек» отличается очень напряженным и динамичным настроением, интерес к ней не остывает и по настоящее время, в нее играют с большим удовольствием и взрослые, и дети, в праздники и в обыденные дни для укрепления своей физической подготовки. Чтобы хорошо играть в *тевек*, нужна высокая подготовленность определенных физических качеств: силы, выносливости, ловкости, быстроты и гибкости, точности, быстрого мышления, силы воли.

Тувинская подвижная игра «Согур-Аза» (слепой черт) в кожуунах (районах) республики имеет разные варианты названия, содержание игры одинаковое. Игра требует быстрой пространственной ориентации, ловкости, умения быстро менять направление бега, скорости движения, также быстроту мышления. Эффективно использовать ее на уроках физической культуры для активизации двигательной деятельности учащихся разных возрастов.

Тувинские подвижные игры и состязания являлись необходимым элементом праздников, свадеб, народных и молодежных празднеств, развлечений, гуляний.

В народных играх тувинского народа для мальчиков стрельба из лука занимает особое место. Тувинские мальчики, без помощи взрослых, мастерили лук. Для этого брали сухой, ровный ивняк толщиной в 3–4 см и длиной 45–60 см. Оба конца, оставив в середине 10–15 см, обтесывали до половины толщины прута. На концах делались зарубки, на одной из которых привязывали в нетолстую веревку из ниток (бечевку) и, натягивая ее к другому концу, постепенно, равномерно сгибали обтесанные концы прута.

Получается небольшой, но очень крепкий лук. Затем из тонкой прямой палочки делали стрелу (длина и толщина зависит от размера лука). На один (чуть толстом) из концов надевали тозовочную гильзу. На другом конце делали кез (вырез) для тетивы. Стреляли на дальность, вверх, в цель, иногда охотились на птичек, голубей и ворон.

Тувинцам также было известно с древнейших времен поднятие тяжестей. Состязание в поднятии специальных тяжелых камней в народе называются «Даш кодурери» (поднятие камня), оно было любимым видом физических упражнений путников и о нем говорится в легендах. В настоящее время, когда проводятся массовые мероприятия на стадионе, приглашаются молодые люди для демонстрации своей силы. Каждый участник показывает, до какого уровня он может поднять посильный ему камень: до плеча, груди, живота, поясницы, колен или (хун кылайтыр) «поднять так, чтобы чуть свет проходил, примерно один сантиметр».

У тувинцев также были распространены игры, связанные с метанием или бросанием предметов (аркан, камни) в цель или на расстояние. Такие игры способствовали развитию мышц рук и ног, силы, ловкости, выработке точного глазомера. Например, когда дети идут в лес за дровами, то берут с собой арканы. В лесу на одном конце аркана привязывают небольшую палку (длина 20-30 см, диаметр 3-5 см) и ее (или этот конец аркана) метают на сухую ветку или сук дерева. Сухие ветки или суки могут находиться на разных высотах, и дети, соревнуясь, по несколько часов метают аркан вверх на ветки. Метательных упражнений с арканом у тувинцев насчитывается большое количество. Чем старше человек, тем сложнее его цель заарканивания.

В настоящее время в республике метание аркана является обязательным видом соревнований в национальных праздниках Тувы (встреча Нового года по лунному календарю), Наадым (летний праздник).

Исключение из практики воспитания подрастающего поколения многих традиций, обрядов и праздников, связанных с физическим воспитанием, причинило немалый ущерб развитию национальных культур и духовной

жизни народов, способствовало разрушению связи между поколениями, нанесло непоправимый урон формированию и развитию личности (Курбатский Г.Н., 2001; Кужугет А.К., 2006; Ооржак Х.Д-Н.,1995).

Повышается роль и ответственность школы в деле обеспечения необходимой физической подготовки школьников. В то же время существуют неисчерпаемые возможности успешного развития и воспитания подрастающего поколения в кладезе народной мудрости, концентрирующей традиции физического воспитания народа. Материалы народной педагогики, основа которых заложена в произведениях устного народного творчества (эпические произведения, сказки и др.), в обрядах, обычаях, праздниках, играх, служат источником, где сохранены содержание, методы и формы физического воспитания. Древние поэтические шедевры (эпос, сказки, и др.) тувинского народа, вне всякого сомнения, одновременно являются и педагогическими шедеврами. В них освещаются рождение и воспитание будущих героев, их борьба за свободу и независимость арата-кочевника, воспеваются их высокие и моральные и духовные качества, расшифровывается сущность традиционных народных героев-аратов.

На ранних этапах развития тувинского этноса приоритет физического развития неразрывно связан с нравственными качествами героев, о чем свидетельствуют богатырские сказки и эпосы, дошедшие до наших дней. В народных эпосах и сказках воспевался народный идеал физически закаленного, смелого и сильного героя. В эпосе «Бокту-Кириш и Бора-Шээлей» (Сказания, 1960) красочно описываются идеалы физического совершенства брата и сестры – отважных героев, идеалы всех тувинских юношей и девушек. И сегодня живет в памяти народа образ главного героя эпоса «Хан-Буудай», «Ачытыг кезер Мерген» (Тувинские народные сказки, 1971), отважного народного мстителя, наделенного могучей силой, умом, отвагой, он вобрал в себя все качества народного идеала личности. На примерах легендарных эпических героев взрослые воспитывали в детях смелость, отвагу, стремление к физическому совершенству, определенный

комплекс умений и личностных качеств, присущих идеальному образу совокупного героя (формирование и развитие силы, ловкости, выносливости, быстроты и внимания).

Традиции физического воспитания как часть общей культуры нельзя воспринимать как совокупность накопленных обществом ценностей, они являются живым процессом человеческой деятельности, включающим производство, хранение, распределение и потребление. Поэтому, необходимо не только производить, но и сохранять имеющиеся традиции физического воспитания, в противном случае это может привести к исчезновению цивилизации.

Наадым – свидетельство своеобразной традиционной культуры тувинского народа, его богатого духовного мира. Это летний праздник скотоводов, праздник урожая, который, по сути, в наше время является всенародным и тесно «привязанным» к традиционной культуре, следовательно, этнически насыщенным. В настоящее время этот праздник, а точнее, самые основные компоненты, составляющие его сущность, приурочены ко Дню республики, который ежегодно празднуется в середине августа. Здесь нельзя обойти молчанием нерабочие дни современного тувинского календаря, которые приходятся на Шагаа и Наадым. В них проявились, с одной стороны, демократические завоевания тувинского народа, а с другой – целенаправленная политика правительства, ориентированная на возрождение исконно народных корней традиционной культуры тувинцев.

Н.Л. Жуковская вычленила в эволюции «Наадыма» несколько исторически-временных пластов. Самый ранний этап связан со становлением традиций родового жертвоприношения в честь духа-хозяина местности и предков рода, которое устраивалось в середине лета, когда уже имелось определенное обилие молочных продуктов, сопровождавшееся праздничным гулянием, играми, спортивными состязаниями. Функциональная направленность «Наадыма» на данном этапе сводилась к демонстрации

единения членов рода друг с другом, а также с охраняющими родовую территорию духами умерших предков и духами – хозяевами местности.

Второй этап становления праздника связан с процессом феодализации общества. Сохраняя свое первоначальное значение, «Наадым» приобрел дополнительную функцию военного смотра, это был своего рода отбор воинов для дружин ханов и нойонов.

Третий этап в эволюции «Наадыма» Н.Л. Жуковская связывает с вхождением Монголии в состав Цинского Китая. В сентябре 1778 г. по приказу императора Канси «Наадым» был объявлен религиозным праздником в честь главы монгольского ламаизма Богдо Гэгэна. Центральной частью праздника в этот период было совершение церемонии даншиг – вручения даров Богдо Гэгэну от всех князей и хошунов Халхи.

Четвертый этап «Наадыма» начался с 1921 г. С этого момента он был приурочен ко Дню победы Народной революции (11 июля) и получил новую, соответствующую политическим, социальным и культурным условиям окраску (Жуковская Н.Л., 1988).

Праздновать Наадым начали с 1921 года, с момента образования Тувинской Народной Республики (ТНР). В советское время праздник был запрещен, традиция празднования возобновлена с 1993 года, с 2007 года по решению Правительства Республики среди кожуунов проводятся конкурсы на право проводить республиканский Наадым.

«Наадым» показывает, что опора на национальные традиции делает игры более интересными, яркими, красочными, вызывает у людей глубокие положительные эмоции, высокое чувство национального достоинства, приобщает к истории родного края, способствует воспитанию ответственности за четкое и правильное соблюдение всех обычаев и традиций в проведении игр и состязаний (Курбатский Г.Н., 1990, 2001).

Великий праздник «Наадым» – праздник урожая, включает в себя много спортивных национальных состязаний. По традиции в республике ежегодно

разыгрываются звания чемпиона «Наадыма» по борьбе «хуреш», скачкам, стрельбе из лука, метанию аркана, национальным ритуальным танцам и др.

Таким образом, можно отметить, что тувинский народ за долгую историю формирования, генетически соприкасаясь на разных этапах своего развития с разными племенами и народами, испытывая благотворное влияние разных культур и цивилизаций, унаследовал и создал уникальные образцы памятников истории и культуры, датируемых разными эпохами.

Со времени своего зарождения национальные виды спорта тувинцев прошли многовековой путь развития. Каждая эпоха имела свои отличительные штрихи. Природно-климатические условия, уклад жизни, неповторимый характер нации влияли на своеобразие развития национальных видов спорта, привычек, наклонностей, условий жизни, влияли на своеобразие и самобытность народной культуры.

Народные традиции физического воспитания и национальных видов спорта тувинского народа имеют глубокие исторические корни, но только в последние годы они стали применяться в системе физического воспитания школьников в нашей республике.

1.2. Тувинское мужское троеборье, как средство формирования всесторонне и гармонически развитой личности

Троеборье - спортивное состязание по трем видам спорта или упражнений в одном виде спорта.

Мужское троеборье- борьба, стрельба из лука, конные скачки, эти три вида упражнений стали основой для национальных видов спорта, которое должно освоить мужчины.

Национальные игры расширяют круг общения и способствуют росту национального самосознания, поскольку приобщают к историческим достижениям, культурному наследию народа. Для представителей же некоренной национальности внедрение достижений культуры, культурного

наследия коренного населения дает возможность оценить его и тем самым способствует развитию взаимопонимания между народами.

Спортивные состязания, сохранившиеся до наших дней, привлекают до сих пор огромное количество зрителей, являясь важной, обычно заключительной частью многих традиционных праздников. Наиболее любимыми и популярными из них являлись конные состязания (скачки), к которым лошадей готовили специальным режимом и тренировкой, мужская борьба (хуреш), о которой говорится в каждом эпическом сказании, и состязаний стрельбе из лука по цели.

Проблема формирования зрелищно-игровых элементов в древних обрядах предков тувинцев не была предметом специального исследования. Однако вопросы об истоках и корнях тувинского театра «советского периода» затрагивались в работах А.К. Калзан (1961) и К.Ч. Сагды (1973). В диссертации А.К. Калзана (1961) представлено описание зрелищного и очень выразительного танца борца-победителя «Девиг», демонстрирующего мощь и красоту сильного мужского тела и имитирующего полет птицы Гаруды. А.К. Калзан обратил внимание на театрализованное представление в проведении соревнования по традиционной борьбе «хуреш». Тувинским играм, составной части праздников, были посвящены работы И.У. Самбу (1968, 1974, 1978).

Все виды традиционных соревнований были зрелищны, они обязательно сопровождались хвалебными песнями в честь победителя, традиционными ритуальными жестами и движениями, в них много было комических моментов, вызывающих смех у зрителей и участников.

В настоящее время идет возрождение традиций и обычаев тувинского народа, поэтому усиливается интерес к зрелищным играм и мужскому троеборью. К ним относятся такие игры, как борьба «хуреш», «скачки» и «стрельба из лука».

Исследование народных подвижных игр тувинцев представляет несомненный научный и познавательный интерес. «Три игры мужей» как сложное социальное, психологическое и педагогическое явление есть

отражение реальной действительности. Многие исследователи отмечают особую роль тувинских народных подвижных игр в воспитании молодого поколения республики (Родевич В.М., 1910; Грумм-Гржимайло Г.М., 1914; Вайнштейн С.И., 1961, 1974, 1991).

С древних времен у тувинцев, проживающих в Южной Сибири, особо популярными являлись эти три вида состязаний (борьба, стрельба из лука и конные скачки). Появление этих состязаний исходит из жизненного уклада древних тувинцев. Чтобы выжить, требовалась многоборная, разносторонняя физическая подготовка мужчины. Данные виды состязаний – борьбу, стрельбу из лука, конные скачки – должно было освоить все мужское население.

Исторические данные и устное народное творчество свидетельствуют о том, что три игры мужей у тувинцев существовал еще в древние времена. О том, что они перешли к тувинцам от монголов, а не наоборот, нет достоверных сведений, поэтому утверждать что-либо трудно.

С давних времен из поколения в поколение переходят народные и национальные игры и состязания. Вызывает восхищение разнообразие игр. Праздники и игры возникали в процессе сложной коллективной жизни и развития общественного сознания людей. У монголов, бурят и тувинцев праздники и три игры мужчин стали необходимой частью народной системы физического воспитания (Хангалов М.Н., 1958; Санданов Б.Д., 1993).

Мы напомним о борьбе хуреш – самой любимой спортивной забаве тувинцев с давних времен. Прославляя и благословляя героев, их физические качества и черты, народ показывает победу над темными силами и создание счастливой жизни на земле. Так наши предки с образом борца-богатыря связывали свое стремление к свободе и счастливой жизни. Борьба *хуреш* сыграла большую роль в жизни тувинцев. Она стала школой преодоления жизненных трудностей и воспитания победного духа.

Хуреш – это самобытная тувинская традиция, своеобразный кодекс чести. Все знают, что схватка борцов – это не только борьба двух человек друг с другом, это прежде всего сражение двух духовных сил. Вот почему люди так

восхищаются *хурешом*. Они по-настоящему понимают очарование мгновенного столкновения ловкости, смелости, сил.

Эта национальная борьба самая распространенная и популярный вид спорта у народа. Отличительной особенностью его является выполнение ритуального танца в начале всеми борцами и победителем после схватки.

Ритуал «Девиг» (танец орла) существует испокон веков и передается из поколения в поколение. Он служит подготовительным упражнением перед схваткой, снимает предстартовое волнение борца «девиг» (танец орла), медитация перед предстоящей борьбой, придает соревнованиям театрализованность, зрелищность, динамичность. Он состоит из нескольких этапов выполнения и на каждом этапе имеет свои мини-задачи.

По древней традиции борец, имитируя взлет и парение орла, должен продемонстрировать зрителям красоту телосложения, спортивную форму, силу, ловкость, подчеркивая свои могучесть и мужество. Данное действие борца-хурешиста называется «девиг» (танец орла).

«Девиг» (танец орла) является разминочным упражнением, поэтому выполняется энергично. Каждый борец старается показать искусство выполнения «Девига», изображая парящего в небе орла (взмахи руками и плавные пружинистые шаги изображающие полет орла). Данный этап заканчивается двумя хлопками по бедрам, что означает: «я готов к борьбе». Затем борцы кланяются зрителям и уходят в специально отведенное место, обычно это большая палатка (Ондар О.Ч., 1985, 2001; Ооржак С.Ы., 2000, 2004, 2005, 2006, 2008).

Следующий этап исполнения «Девига» начинается с вызова борца на схватку судьей-секундантом. Борец, выходя на поле, поправляет содак – шудак. Затем изображая взлетающую птицу, подбегает к своему секунданту. Касаясь правой рукой его правого плеча, одновременно поднятой в сторону – кверху, левой рукой приветствует зрителей, делает ритмичных три шага, поворачиваясь, меняет положение рук и повторяет это же движение, поднимая правую руку (заканчивает приветствие зрителей). Сделав небольшой прыжок,

опять поворачивается к секунданту, кладет обе ладони на его плечо, ждет своего соперника. Когда его соперник выполнит эти же действия ритуала, то начинается следующий этап.

Борцы под музыку ритмичными движениями рук, ног и головы имитируют полет птицы, готовясь к схватке, во время выполнения танца орла вперед должны проходить борцы с титулом, а другие у кого нет титула, должны быть позади строя, если пробегают вперед, это считается неуважением к именитым борцам. На этот раз вместе, пробегая вперед на 20-25 метров, делают два хлопка (по внешней и внутренней сторонам бедер). Эти хлопки символизируют: мы, «я» и «ты», будем вести честную борьбу.

Приветствуют друг друга рукопожатием, отходят на два шага назад, застывая на несколько секунд в специальной позе начала схватки (в колено вперед выставленной правой ноги упирается локтем правой руки, ладони кверху в направлении соперника, левая прямая нога отставлена назад в сторону, левая рука на левом тазобедренном суставе). Борцы готовы к борьбе.

После схватки борцы начинают выполнять последний этап ритуала данной встречи (схватки) по такому порядку: выигравший должен помочь встать проигравшему, отличие монгольской борьбы в том, что этого этикета нет, выигравший сразу убегает, выполняя танец орла в сторону флага демонстрируя свою победу. Победитель поднимает правую руку в сторону – вверх, в это время проигравший проходит под ней. Затем победитель плавными пружинистыми шагами, взмахивая вытянутыми в сторону – вверх руками, «долетает» или до главной трибуны, где установлен флаг, или до главного судейского стола. Резко делает два прыжка с одной ноги на другую с поворотом направо и третьим прыжком останавливается в стойке ноги врозь с наклоном туловища вперед, делая одновременно три хлопка руками: первый хлопок по внутренним сторонам бедер, второй – по внешним сторонам бедер и третий – снова по внутренним. После этого кланяется зрителям. Эти хлопки означают: в данном состязании выиграл «я», на два других состязания можешь

пригласить меня (Ондар О.Ч., 1985, 2001; Кривдик В.М., 1992; Ооржак С.Ы., 2000, 2004, 2005, 2006, 2008).

Сама борьба обладает богатым набором технических приемов, тактических выходов, требует хорошей психологической подготовки. В хуреше используются все приемы, которые имеются в арсенале борьбы самбо, классической и вольной борьбы в стойке.

По описанию Ондар О.Ч., хуреш – это борьба тюркоязычных народов, на тувинском языке «кор» – в переводе смотри, а слово «эш» – друг. Тувинцы, таким образом, предполагают, что это название происходит от призыва: смотри друг, идет борьба.

Тувинская борьба богата и разнообразна своими приемами и захватами. Существуют такие основные приемы: чая тудары (боковой прием), тевери (подсечка), катай кагары (подсечка по обеим ногам), буттаары (брат за ногу), чан баштаары (тазовый прием), мундурары (смешанный), балдырлаары (брат за ножной сустав), адак узери (подъем), шавыыры (бедренный прием), тырыкылаары (круговой), кустуктур шелери (давление вперед), былдаары (обман), дегелээри (кобк), донмектээри (бедренный силовой прием), чартыктаары (боковой, силовой и т.д.)

Хуреш является историко-этническим достоянием культуры тувинского народа (Ондар О.Ч., 1982, 1985, 2001; Ооржак С.Ы., 1990, 2000, 2004, 2005, 2006, 2008; Кужугет А.К., 1989, 2002, 2006).

Хуреш – это спортивное единоборство, где происходит соревнование духовной и физической силы, демонстрация мастерства владения приемами двух борцов, но при этом важнейшим качеством оказывается умение не потерять равновесие при быстрых атаках, бросках и обманных движениях. В схватке для выполнения приемов один борец стремится вывести своего соперника из устойчивого состояния, чтобы заставить упасть его, а другой пытается сохранить эту устойчивость и сделать то же со своим противником. Однако добившись потери противником равновесия, атакующий борец также теряет устойчивость, ибо выполнить движения без потери равновесия

невозможно. Таким образом, при борьбе оба соперника непрерывно теряют и восстанавливают равновесие. Человек падает, когда теряет равновесие и не успевает его восстановить. Это результат проекции общего центра тяжести (ОЦТ) выхода за границы площади опоры.

В мире существует великое множество видов борьбы. По принятой классификации их можно разделить на 2 вида:

1. Борьба только в стойке.
2. Борьба в стойке и в партере, в «Хуреше» борьба в партере не проводится.

Борьба в стойке, в свою очередь, подразделяется на следующие виды:

1. Борьба в стойке без подножек и захватов ниже пояса (греко-римская, русская борьба «в схватку», молдавская «трынтъе», узбекская «кураш» и др.).
2. То же, но с подножками (грузинская «чидаоба», армянский «кох», таджикская «гуштангири» и др.).
3. Хуреш относится к третьей группе видов борьбы, где можно делать захваты ниже пояса и применять подножки, подсечки и зацепы ног.

Отсюда видно, что борьба «хуреш» имеет понятные и доступные для всех правила. Для того чтобы победить в «хуреш», достаточно свалить соперника на землю (лежащих не бьют) или вынудить его коснуться земли какой-либо частью тела, кроме ступней. При этом разрешены все приемы, существующие в спортивных единоборствах, и захваты, кроме «хачылай тудары» – крестного захвата за отворот содака (зажим горла).

Как показали исследования О.Ч. Ондар (1982), приемы национальной борьбы «хуреш» – это демонстрация не только силы, но и совершенной техники и необычной пластичности тела борца. В тувинской борьбе «хуреш» проигравшим считается тот, кто коснулся третьей точкой земли.

Данное правило объясняется следующими особенностями борьбы «Хуреш»: весовые категории не учитываются, так как не существует подразделения участников соревнований на весовые категории встречаются борцы 70 кг и 120 кг это в свою очередь требует от борца с наименьшим

весом ловкость. Ловкость необходима, чтобы охотиться, добыть пищу, заарканить лошадь и т.д.

Победитель пропускает под рукой (словно под крылом), проигравшего борца в знак полного мира и согласия, после этого исполняет танец орла.

Соревнования проводятся по олимпийской системе – проигравший борец выбывает из турнира. Также нет ограничений и во времени. Для организации занятий и соревнований не требуется специальной материально-технической базы и снаряжений; встреча двух борцов предоставляет возможность посоревноваться в силе.

Экипировка борцов чрезвычайно проста и демократична. Она представляет собой традиционную форму – *содак* и *шуудак* (специальные куртки и короткие плавки), изготовленные из плотного простеганного шелка, подклад талма, и *кадыг идик* (тувинская национальная обувь).

Экипировку тувинского борца старейшины толкуют так: «У тувинского народа *содак* и *шуудак* не было, боролись прямо в национальных халатах (тыва тон). Появился сильный борец, которого никто не смог победить. Много лет борцы думали, как его победить, через несколько лет услышали от аратов (людей), что непобедимый борец – женщина. Мудрейшие борцы решили изменить одежду борца – «халат на *содак* и *шуудак*», чтобы женщина не смогла участвовать на соревнованиях. «*Содак* и *шуудак*» составляют костюм с открытой передней частью, завязывающейся на шнурок.

Борьбу вели в специальном костюме, состоящем из трусиков и короткой распашной рубашки, сшитых обычно из выделанной (наподобие грубой замши) шкуры косули и молодых оленей самцов, передняя часть открыта, чтобы не производить захваты за одежду.

Единственный национальный вид борьбы, в котором применяется специальная форма одежды, доказывает историческое развитие в суровых климато-географических условиях жизни тувинцев. «*Содак*, *шуудак*» изготавливали из специально выделанной кожи, шкура не должна лежать более двух суток и она обрабатывается вручную.

В «хуреш» каждого борца, выходящего на поединок, сопровождает его секундант. Именно он зазывает спортсмена на борьбу, знакомит зрителей и соперника с титулами своего борца. В обязанность секунданта входит в первую очередь поднятие боевого духа и защита интересов борца в пределах правил соревнований. Он имеет право давать советы спортсмену во время схватки, оказывать помощь в завязывании *содака*, выразить свое мнение в спорных моментах и защищать честь и достоинство борца.

Борьба по всем правилам местного искусства проходит под руководством *моге салыкчызы*. Он громко вызывает желающих бороться. Борцы, похлопывая себя по голым бедрам и размахивая руками, мелкими шажками сходятся, высматривая один другого. Секундант, высоко подняв на кулаке шапки борцов, держит их так во все время борьбы (в течение одной схватки). Борьба начинается неизменно установленным приемом захвата противника, шея к шее и плечо к плечу, а кончается или подножкой, или броском. Иногда внезапная хитрая уловка обнаруживает в борце или долгую тренировку, или же большое проворство. Победа встречается громкими криками болельщиков. Победитель, похлопывая себя по бедрам, прыжками обегает вокруг побежденного и подбегает к распорядителю торжества (танец орла исполняет), а тот кладет герою в пригоршню кусочки сыра. Отведав сыр, победитель остатки бросает в толпу, и она жадно их ловит. Существует поверье, если «моге кижинин сартыын чиир болзунза келир уеде угун моге болур», т. е. испробуешь «сартык» – подаяние богатыря, то наследники будут сильными (богатырями).

Борьба иногда продолжается два-три дня, и победителем на празднестве считается победитель над всеми первоначальными победителями (т.е. способ выбывания проигравшего). Он получает первый приз.

Легенды о почти что сказочных борцах, таких как Араптан, Калчаа-Сарыг, Кудерек, Союспан, Сыгдык, Тозур, сын Арбака Лопсан, Шойдан, до сих пор передаются из поколения в поколение и вызывают чувство гордости и

восхищения. Этих исполинов народ почитает, любит за благородство, мужество и храбрость, за физическую силу.

Из века в век от поколения к поколению эта борьба обогащалась все новыми и новыми элементами, постоянно усложнялась и, наконец, приобрела чрезвычайную популярность в народе Тувы.

Соревнования по борьбе «хуреш» проводились строго по канонам и имели определенную композицию, состоящую из трех частей: начало – представление богатырей, демонстрация силы, мощи и приглашение к поединку; схватка борцов и завершающая сцена – прославление победителя. По традиционным правилам проведения соревнований обязательным было определенное количество участников: 32, 64, 128 и 136 до 1028. В настоящее время в основном число борцов крупных соревнований доходит до 128.

Судя по материалам Тувинского госархива (1896–1909) и свидетельствам путешественников конца XVIII в., лучших борцов выставляли монастыри и феодалы. В соревнованиях принимали участие две группы – борцы-ламы и борцы, представляющие феодалов. До проникновения ламаизма в Туву соревнования проводились между членами родовых общин. Соревнования по борьбе всегда привлекали иностранцев своей необычностью и оригинальностью.

Победивший в поединке борец имел право участвовать в следующем туре состязаний, и для него выбирали нового противника. Если борец во всех турах удавалось одержать победу, ему присваивали титул «авырга» (исполин). Вторым по значимости идет звание – «арзылан» (лев), третьим – «чаан» (слон). А также существовали титулы: «начын» – (сокол), «шоноор» (кречет), «харциг» (ястреб), «бургат» (орел). Но после Народной революции в Туве эти титулы были отменены. Кроме присвоения высоких званий и титулов, борцам-победителям вручали награды. Нередко в качестве награды борец получал коня, подарок поистине бесценный для кочующего арата. В современное время перечисленные титулы восстановлены в борьбе хуреш, и в качестве подарка победителю дарят автомобиль.

Бороться тувинские дети начинают с раннего детства, такая тяга к национальной борьбе у тувинцев в крови. Дети постепенно получают необходимые знания о правильном, гармоничном сложении и развитии тела, об изяществе движений, о красоте поступков настоящих борцов-хурешистов, воспитанных на лучших традициях народа (национального спорта).

Важно прививать эти качества с раннего возраста, тогда они прочно усваиваются и сохраняются на всю жизнь (Атаев К.А., 1969; Ондар О.Ч., 1985; Аникеев Н.С., 1987; Апинян Т.А., 1994). В настоящее время единственный вид спорта – борьба «хуреш», наиболее полно изучаются специалистами и учеными, так как многие борцы Тувы выступают на мировой арене и имеют самые почетные титулы спортивного мастерства.

Стрельба из лука – один из древних видов народной физической культуры. Он зародился и существовал веками как средство подготовки охотника и воина.

Стрельба из лука была распространена повсюду, где обитали люди. Однако каждый народ развивал свои оригинальные упражнения для тренировки меткого глаза и твердости рук.

Появление лука и стрелы в Туве как основных орудий охоты способствовало развитию состязаний по стрельбе из лука в мишени, на дальность. Древние народы Центральной Азии из поколения в поколение развивали самобытную физическую культуру в виде игры, состязаний и разнообразных физических упражнений, которые являлись средствами народной педагогики.

Время появления лука и стрелы у древних жителей тувинской земли датируется, по свидетельству археологов, бронзовым веком.

Наскальные рисунки, обнаруженные в Орта-Сарголе исследователем М.А. Дэвлет, изображены в виде человечков в определенной позе: туловище передано в фас, ноги у человека – в профиль, перед туловищем в руке они держат лук, другая рука, согнутая в локте, касается предмета, висящего у

бедра, возможно, сумки или футляра для стрелы (вторая половина 2-го – начало 1-го тысячелетия до н. э.).

Появление лука в жизни народов Южной Сибири сыграло большую роль. Теперь уже отпала необходимость бродить по следам животных. Стрела, выпущенная из лука, давала возможность убивать зверя на расстоянии, добывать много летающей дичи. В образе жизни племен Сибири наступили значительные изменения (Ооржак Х.Д-Н., 1995; Орус-оол С.М., 1997).

Лук широко использовался на территории Южной Сибири в военных походах. Военные луки завозились из Северного Китая, Маньчжурии. Ремесленники – маньчжуры изготавливали доспехи, стрелы еще в 1599 г. По корейским сведениям в Фейала, главном городе маньчжур, имелись «16 мастеров по изготовлению стрел, 30 с лишним мастеров по изготовлению луков, 15 мастеров по плавке металлов – все они маньчжуры» (Ян Чуннянь, 1983).

По свидетельствам историков, методы стрельбы из лука делились обычно на «военные» и «гражданские», причем различались они не в какой-то конкретной технике, не в способе выстрела, а именно по глубине осознания самого процесса выстрела.

Тувинский лук *ча* относится к так называемым композитным, сложносоставным, рефлексирующим лукам центральноазиатского типа. Это был лучший лук прошлых тысячелетий, он значительно превосходил своим качеством все известные иные конструкции этого типа оружия. Подобным луком пользовались все евразийские номады. На западе луки турок и калмыков в основе своей практически не отличались от луков бурят, алтайцев, хакасов или монголов, живущих на востоке континента. Определенную разницу вносили, пожалуй, только находящиеся в распоряжении тех или иных народов материалы, из которых производились отдельные сегменты лука, стрел и индивидуальный почерк мастеров. Естественно, что бытовали региональные традиции, индивидуальные производственные приемы, техника украшения и другие особенности, но в основе своей это был лук, который

условно можно назвать «луком евразийских номадов» (Ооржак Х.Д-Н., 1995; Кенин-Лопсан М.Б., 1999).

В Туве приблизительно с конца XVIII в. огнестрельное оружие начало постепенно вытеснять лук. В советский период производство лука сохранилось, но лук использовался в основном как спортивный снаряд.

Каждый народ, приходящий к власти в степи, вносил свои изменения в оружие, но модернизация не вносила принципиальных изменений в базовую модель. По отдельным признакам можно идентифицировать лук тувинцев, но эти признаки несут в себе черты, скорее школы, чем народа. Например, вырез под тетиву в конце рога тувинского лука усиливался для предотвращения перетирания роговой клинообразной вставкой. Кроме того, для тувинских луков характерно оклеивание кожей налива – *мезил* и корой караганы карликовой – *холла* – *хараган* для защиты от влаги, но это был не главный характерный признак, наряду с оклеиванием рыбьей кожей луки чаще всего оклеивали обычной берестой (Даржаа В.К., 2009).

Для Тувы характерен резко континентальный климат: в зимнее время мороз достигает -50°C , летом температура повышается до $+40^{\circ}\text{C}$, поэтому тувинский сложносоставной лук производился из материалов, ориентированных на безотказную и эффективную работу в широком диапазоне температур окружающей среды. Холод влияет на качество роговых накладок и сухожилий они становятся жестче, в результате несколько увеличивалась мощность лука.

В целом тувинский лук мало чем отличается, от типичного монгольского лука.

Мощность современного спортивного лука принято выражать в килограммах. Если пользоваться этим показателем, то мощность традиционного тувинского лука при натяжении тетивы варьировала от 15 до 70 и более килограммов. Следует отметить, что этот показатель не свидетельствует о реальной мощности луков азиатских кочевников. Конструкция лука позволяла, прикладывая относительно небольшое усилие,

при натяжении накапливать в плечах энергии на порядок больше, чем в обычных, простых, луках. Подобный эффект создавали выдвинутые вперед, по направлению к цели, концы рогов лука, в результате плечи представляли собой два «рычага», которые помогали стрелку сгибать жесткие плечи лука с меньшим усилием. При натяжении лука длина тетивы как бы увеличивалась, в результате стрелок с каждой фазой натяжения прилагал уменьшающееся усилие. В конечной фазе натяжения лучник прилагал минимальное усилие в сравнении с усилием, прилагавшимся в начальной и средней фазе натяжения тетивы. При выстреле все происходило в обратном порядке, по мере приближения тетивы к рукояти лука ее длина сокращалась, как следствие, возрастало усилие, передаваемое стреле, которое трансформировалось в большом ускорении снаряда.

Часть известных традиционных приемов охот была ориентирована на применение лука в сочетании с конем. Например, один из основных приемов, применяемых номадами для охоты практически на всех зверей, состоял в преследовании на скаку, он назывался *аглаар*, облава.

Таким образом, при равном усилии стрелков мощность сложносоставного лука, выраженная в усилии, передаваемом стреле, была на порядок больше, чем, например, у японских, английских и т.п. относительно простых луков.

Одним из известных мастеров по изготовлению луков, которыми пользовались охотники Тувы, был Окаанчик Донгак Чыттарович – уроженец Улуг-Хемского кожууна м. Кок-Чыраа (умер в 1956 г.). Два его лука хранятся в Национальном музее им. Алдан-Маадыр.

Тувинцы до недавнего времени пользовались простыми луками, которые изготавливали из корня ели. Ими пользовались в основном подростки. Взрослые простой лук применяли иногда для добычи рыбы и отчасти во время охоты на мелких зверьков, если, например, во время охоты вдалеке от дома кончались боеприпасы (Вайнштейн С.И., 1991; Даржаа В.К., 2009).

Определение «простой» условно, поскольку существовал и «сложносоставной» лук.

Спортивная стрельба из лука завоевала прочные позиции во многих странах мира, на всех континентах. Наши предки умело владели луком, добиваясь в стрельбе великолепных результатов. При состязании на скорость лучшие лучники выпускали от 8 до 20 стрел в минуту и считали для себя позором, если хоть одна из них не попала в цель. Лучники поражали центр мишени на расстоянии до 200 шагов.

Соревнования в стрельбе из лука были одним из элементов праздников у многих народов. На Кавказе – «кабахи» (поражение цели на скаку стрелой из лука), национальный праздник у бурятского народа «Сурхарбан» и у монголов «Надам», у тувинского «Наадым» (Каррутерс Д., 1914; Дашинорбоев В.Д., 1997; Курбатский Г.Н., 2001) .

Бега как вид конного спорта были распространены повсюду, при археологических раскопках, проходивших в 1903–1905 гг. близ Ашхабада, были обнаружены останки лошади, которая принадлежала к 9–8-му тысячелетию до н.э. Человек приручил лошадь к верховой езде 3 тыс. лет назад. Она стала ему незаменимым помощником на многие века в труде, в охоте, на войне, в быту.

Однако в разных местах были свои особенности в правилах проведения, в условиях местности, в протяженности дистанции, в составе участников и т. д.

В жизни местных племен Тувы, как и в других районах расселения кочевых скотоводов, конь играл большую роль. Особое место занимал конь и системе культовых представлений, в совершении обрядов, он был одним из важных образов в изобразительном искусстве и мерилем богатства. Поместить коня рядом с покойником для сопровождения его в «загробный мир» могли позволить себе лишь немногие знатные люди.

Безусловно, из коня не делали того культа, какой создали, например, индусы корове. У тувинцев конь трудился под седлом, денно и ночью служа человеку личным средством передвижения. Но от ярма хозяйственных работ, пахоты, молотбы и прочих «неблагодарных» занятий он был избавлен, коня

не запрягали даже в телегу или сани, используя для этого быков или верблюдов. Коней берегли и холили, насколько позволяли холить животное суровый кочевнический быт. Конь, словно олицетворение собственного положения в обществе, успешности и благополучия. Лишь самые бедные из аратов, у кого иной замены лошади не имелось, могли употреблять коня в качестве чернорабочей скотины.

Для тувинцев конь имел, как и для всех других скотоводческих народов Евразии, первостепенное значение. Его использовали для верховой езды, в военных походах, реже для вьюк и как тягловую силу на сельскохозяйственных работах. Тувинцы испокон веков выращивали местную породу лошадей. Они были низкорослы, с мохнатой гривой и шерстью, чрезвычайно выносливы и неприхотливы (Вайнштейн С.И., 1991; Кон Ф.Я., 1969).

Подобное почтение конь оправдывал сполна. Прежде всего, своей незаменимостью на охоте, где он выполнял роль не просто транспортного средства, а верного и умного помощника человека. Тувинские охотники, выбирая себе коня, как правило, отдавали и отдают предпочтение местной породе – низкорослым лошадам, совсем не респектабельным по сравнению с арабскими скакунами. Выбор предопределялся в первую очередь выносливостью и неприхотливостью тувинских лошадей. Помимо того они обладали бесценным для охотника качеством – приспособленностью к бездорожью тайги, лесистых гор.

Тувинский конь способен, например, с хладнокровием канатоходца пройти по горной тропинке *одуруг* – узкому скальному карнизу, с одной стороны которого пропасть, а с другой – отвесная стена. Он легко находит удобную дорогу среди огромных валунов, не паникует в необычных для высокогорной тайги болотистых низинах, где можно провалиться в грязь по самые стремени. Не страшны ему быстрые горные реки, выложенные по руслу скользкими камнями.

Терпение и закаленность лошадки просто поразительны – она могла простоять в ледяной скале несколько часов, пока наездник, сидя в седле, рубил топором проход в прибрежной кромке льда, чтобы выбраться на берег форсируемой реки. Так же стойчески она переносит летнюю жару, которая в Туве бывает подчас невыносимой.

Вдобавок ко всем своим достоинствам тувинский конь весьма неприхотлив в походном содержании – сам добудет себе пропитание из-под снега, там, где нет травы, способен прокормиться какое-то время и менее привычным кормом: молодыми побегами кустарника, корой деревьев, мхом и лишайниками. Тувинская лошадь относится к так называемой монгольской породе.

В начале раннего железного века в Туве произошло освоение железа. В этот период впервые была освоена верховая езда на лошади (Маннай-оол М.Х., 1987). Индикатором кочевого образа жизни и верховой езды этого периода считается присутствие в погребениях предметов конского убора или захоронений коня. Конские скелеты из курганов отражают то, что в это время имелись местные лошади небольшого роста, но очень выносливые и хорошо приспособленные к местным условиям. Этот индикатор сохраняется от скифских времен до средневековья и нового времени (Вайнштейн, 1972).

Специфические черты тувинской лошади выработаны в процессе длительного приспособления к природно-климатическим условиям: густая шерсть позволяет ей переносить сильные морозы, навьюченная, она может переплыть бурные горные реки, идти по узким тропам, преодолевать большие расстояния, не прихотлива к пище.

Лошадь – незаменимое животное для кочевого образа жизни. Прежде всего, это вызвано ее необходимостью как средства передвижения: многочисленные перекочевки, выпас скота, перевозка грузов и многое другое совершалось с ее помощью.

Уже ранние кочевники ценили лошадь. Они считали, что и в загробном мире человек не может обойтись без коня, что нашло отражение в возникшем

у них обычае – погребении ее вместе с хозяином. Яркий пример тому: раскопки царского кургана Аржаан в Уюкской долине Тувы, где обнаружены 160 конских костяков и останки съеденных на поминальных тризнах еще почти 300 лошадей.

Тувинский героический эпос рисует огромную роль лошади в жизни далеких предков тувинцев. В эпосе все время говорится о табунах; вместе с героем постоянно упоминается его конь. Даже имя герою дается после того, как он получает коня (Вайнштейн С.И., 1974).

Для большинства людей наличие в хозяйстве лошади являлось необходимостью. Для состоятельных и богатых хозяев это было предметом престижа, богатства и гордости. У многих из них поголовье лошадей переваливало за несколько сотен, а у богатейших и за несколько тысяч (Потапов Л.П., 1969).

При выборе коня для охоты у жителей разных районов были и разные взгляды на то, которое из достоинств лошади важнее. Свойства, казавшиеся одним из наиболее существенных, для других имели второстепенное значение и наоборот. Так, например, пригодность коня для белкования в западной и центральной частях Тувы определяли в первую очередь по кротости и выносливости. Сезон охоты на белку длится не менее месяца, и все это время охотник постоянно движется в поисках добычи, покрывая за день огромные расстояния по тайге. Сообразно характеру промысла и подбирался конь – не очень норовистый, но с яркими стайерскими данными, этакий марафонец. Не всякий конь выдерживал долгий изматывающий марш по зимней тайге, на голодном пайке, и иному охотнику приходилось каждый год подыскивать и готовить себе нового помощника.

Итак, тувинский конь помимо своей ловкости при преодолении разных препятствий в горах и тайге необычайно вынослив, неприхотлив, способен выносить любой холод и жару. По преобладанию какого-либо из рабочих свойств подбирали коня к определенному виду промысла, а также

ландшафтным и другим особенностям конкретной местности. Для белкования ценился неутомимый конь, таких называют *узак аът*.

В облавной охоте на волков или лис требовался взрывной по резвости скакун, способный догнать по снегу волка или лису. Смирные рабочие лошади для облавы не годились. К ней, особенно в конечной фазе, привлекались лучшие скакуны и наездники – как правило, из мальчишек, не обременяющих коня большим весом. Всех скакунов в округе обычно знали поименно и, как говорится, в лицо, – они выявлялись на ежегодных скачках. Не исключено, что и сами скачки организовывались именно с этой целью – чтобы отобрать самых скоростных животных для предстоящих охот.

Во всяком случае накануне охоты специальных смотрин не проводили, чтобы не утомлять коней. Перед облавой скакунов так же, как перед белкованием, слегка «выдерживали», но зимняя выдержка была значительно короче летней или осенней. Конь, не прошедший перед облавой специальную подготовку, быстро уставал и мог сорвать охоту.

Необъезженных лошадей приучали к верховой езде. С давних времен существуют методы приучения верхового коня, которые способствовали возникновению новой формы физического упражнения. Приучение коня к верховой езде требует от наездника четкой координации движений, ловкости, смелости, физической силы и выносливости. Приучение к верховой езде коней и объезживание до полного успокоения являлись неременной обязанностью каждого мальчика и подростка. Они соревновались между собой: брали обязательства, кто, сколько коней объездит. Во время объезда главным моментом является удержание себя в седле, а это требовало от человека постоянной тренировки, умения, навыка. Обычно конь, особенно в первые 10 минут, изо всех сил старается сбросить седока. Дети тувинцев уже с раннего возраста начинают готовить себя к этому занятию. Первые навыки и умения на разбушевавшемся животном они получают в 7–8-летнем возрасте, когда приучают к верховой езде телок, бычков. Когда детям исполнится 9–10 лет, им доверяют приучать к верховой езде необъезженных коней. «Тувинские дети

очень рано овладевали правилами верховой езды», – писала В.П. Дьяконова (1975).

Предки тувинцев использовали лошадей не только для езды и перевозки грузов, но и устраивали конные состязания на праздниках. Хотя в письменных источниках не говорится об этом, в народных сказках и преданиях сохранилось множество сведений о конных состязаниях. Так, в сказаниях о Гесер Мергене говорится: «...завтра созывается большое состязание (адаан шоорей, адыг чарыш). Чей конь опередит, тот получит руку красавицы Орукмаа». Конные состязания дошли до наших дней через тысячелетия. Они и в наше время вызывают интерес у народа. К сожалению, о видах конных состязаний ни в героических сказаниях, ни в письменных источниках не говорится.

Конные бега проводились после состязаний борцов. В соревнованиях принимали участие все желающие.

В наше время виды состязаний делятся по способности лошадей (маннаар – рысью, челер, чыраа – иноходью) и по их возрасту.

Перед состязанием за месяц коня закаляют (соодар) и тренируют (кузургедир), в ночное время держат на длинном аркане (ортээр) в местах с низким травостоем, а в дневное время – на привязи в тени (баглаар).

С течением времени сокращается ортээр, и коня держат преимущественно на привязи в тени. Через десять дней его тренируют на короткие дистанции, затем через 5 и 3 дня – дистанция соответственно увеличивается. Накануне состязания тренируют на более короткой дистанции, а затем приводят в порядок: заплетают хвостовые волосы, красиво подрезают челку и гриву, моют коня. Тренировка и закалка для всех видов состязаний одинакова. Во время тренировки коня наездник также занимается всевозможной подготовкой и одновременно приобретает мастерство в езде.

Состязания рысаков происходят следующим образом. Кони выступают без нарядов и седел, только одни удила без металлических украшений. Наездники – мальчики лет 8–10. Перед стартом выстраивают всех лошадей и

проводят перед публикой, как бы представляя каждого скакуна зрителям болельщикам. Впереди и сзади идут секунданты (по 2 или 3). При этом все наездники негромко насвистывают, чтобы лошади развеселились. Секунданты разъясняют маршрут дистанции. Протяженность маршрута измеряется полуденным расстоянием, т. е. примерно 30–40 км. Когда все лошади построены, дают команду: «Старт!» Наездники с криком и свистом, крутя над головой плетками, вырываются на «беговую дорожку». Все решает мастерство наездников. Неоднократным «чемпионам-скакунам» даются прозвища: Чугурук-Доруг – Скакун гнедой, Сыын-Бора – Серый олень, Чугурук-Сарала – Скакун пестрый, Бора-Хартыга – Серый сокол и т. д. Состязания молодых скакунов проводятся на наиболее коротких дистанциях (15–20 км).

Состязания иноходцев носят названия: челер, чыраа аьттар. Обычно принято в состязании иноходцев вместо челер пускать их чыраа (челер и чыраа – две разновидности иноходцев. Разница в ходе заключается в том, что у челер при беге все четыре ноги чередуются, а у чыраа правая передняя и правая задняя ноги одновременно поднимаются и опускаются, затем – левая передняя и левая задняя, а скорость у челер и чыраа одинакова). Для участия в состязаниях иноходцев седлают красиво наряженными седлами, надевают узды с серебряными украшениями. Наездниками выбирают пожилых, опытных людей; чаще всего наездниками выступают сами хозяева коней или близкие им люди. Нередко конь, не удовлетворившись средним (тихим) ходом, переходит на галоп, что не разрешается. Тогда наездник должен умело перевести коня на иноходь, что трудно удается, ибо скачущий конь при натягивании поводка снижает скорость до минимального предела, а затем снова набирает ее и постепенно доходит до нормальной скорости.

Конным спортом увлекаются многие народы. Но именно древнетюркским способом проводят скачку лишь некоторые народы Сибири: тувинцы, буряты, монголы, алтайцы. По своему стилю и содержанию тувинская скачка отличается от казахской «какбуре» (дерут козу), которую проводили на

мусульманских праздниках, или от киргизского «кыз-быры» «байги» (скачки) и грузинского «джирити» и др (Ягодин В.В., 1992; Самдан З.Б., 1991).

Объяснять потребность тувинцев в конной игре только как в народном развлечении было бы ошибкой. Из истории тувинцев и их предков известно, что современная территория Тувы была театром кровопролитных многочисленных войн. Долгое время здесь хозяйничали монголы, маньчжуры, кыргызы, джунгарские алдынханы и т. д. Известно, что еще в XVIIIв. среди войск других народов выделялась отборная кавалерия Мунгатской Армии из Урянхая. В истории Монголии мы читаем имена чингисхановских полководцев из Урянхая – Субутая, Цевен-Рабтана, Церен-Дондука и др. Интересы защиты своей земли и сохранения самостоятельности народа, естественно, требовали хорошо подготовленных воинов.

Основное бремя походной жизни в прямом смысле несли, конечно же, кони. Выросшие на воле в табунах, фактически полудикие кони номадов при относительно скромных физических данных отличались редкой выносливостью и неприхотливостью. Порода этих лошадей появилась в результате как минимум двухуровневого отбора.

Во-первых, кони проходят крайне жесткий естественный отбор в табунах, свойственный всем животным в дикой природе. В свободных выпасах табун лошадей делится на косяки, возглавляемые жеребцами. За право обладания собственным косяком, то есть кобылицами, жеребцы вынуждены постоянно конкурировать друг с другом. Право на спаривание с ними и собственное потомство завоевывает и сохраняет за собой в схватках только самый сильный из жеребцов, пока он способен противостоять соперникам. Сильное, под стать родителю, потомство и есть следствие этого отбора.

У табунщиков Центральной Азии не принято безотлучно находиться с табуном. Поэтому лошади в табунах, точно так же, как и их дикие собратья на воле, подвергаются нападениям хищников, особенно волков. Волки, как известно, выбирают и уничтожают только самых слабых и больных, не способных ни отразить атаку самостоятельно, ни поспеть за табуном, дающим

ему защиту. Такой отбор проходили только лошади кочевников, пасшиеся свободно и не знавшие стойлового, как у оседлых народов, содержания.

Любопытный парадокс: чем бесконтрольнее номады содержали свои табуны, тем сильнее была порода лошадей, а это, в конечном итоге, сказывалось и на увеличении поголовья.

На следующем этапе отбор производил человек. Из массы лошадей по известным критериям отбирали лучших. Самые распространенные формы выбраковки – ежегодные конные соревнования самого разного уровня, которые проводились в летнее время, а также осенние облавные охоты на волков и лис.

В Туве, впрочем, существовал и достаточно специфический метод отбора скакунов – конокрадство. Угоняли лошадей, как правило, не выборочно, а весь табун или значительную его часть. Роль собственно отбора играл перегон коней – порой, спасаясь от погони, их гнали без остановок сутками на огромные расстояния. В результате очень много лошадей гибло в пути. Жесткую скачку выдерживали не более 10–20% всего табуна. Уцелевшие сами по себе были лучшими. Но и из них отсеивали самых выдающихся.

Разумеется, набеги совершались на табуны только чужих и враждебных племен, поэтому преступлением среди своих не считались. Напротив, в обстановке междоусобной розни и борьбы за земли и сферы влияния они были одной из ее слагаемых. Мужчины, чьим предназначением был воинский долг и защита своих общин, объединялись в отряды, занимавшиеся в том числе и вылазками по захвату чужого скота. Причем, организовывались и проводились они по всем канонам боевых операций, порой с вооруженными столкновениями и человеческими жертвами. Для молодежи такие набеги считались актом инициации – обряда посвящения в воины. По сути, это была настоящая партизанская война в условиях формального перемирия.

Существовала даже специальная тактика проведения подобных набегов. Проводилась рекогносцировка места предстоящего рейда, выяснялось местонахождение табуна, в котором было много хороших скакунов,

определялась дислокация сил противника и разрабатывался подробный план действий – от захвата до вариантов отхода – не исключавший боя с охраной. План был обязателен, поскольку операция проводилась на значительном, порой в месячный конный переход, расстоянии от границ собственной территории, скот соседей никогда не трогали, дорожа миром.

На практике задача состояла в том, чтобы скрытно пройти по территории противника и, обнаружив табун, проникнуть внутрь охраняемого контура. Табунщики и охрана располагаются, как правило, на границах обитания табуна. Если верить сохранившимся в народе легендам, особо дерзкие налетчики могли незамеченными находиться внутри чужого табуна неделями, а то и целый месяц, изучая организацию выпаса лошадей и порядок охранения. Такая основательность, с одной стороны, сводила к минимуму риск провала, с другой – давала отряду передышку перед опасным и длительным, без сна и отдыха, марш- броском с многочисленной добычей. Выбрав удобный момент, конокрады угоняли табун по сложному маршруту, запутывая следы. Иногда путь домой занимал вдвое – втрое больше времени и сил. От тысячи лошадей к концу рейда выживали не более десятка. Однако добытые скакуны часто стоили столь колоссальных потерь. В войнах и схватках, в состоянии которых жили кочевые народы, добрый конь значил очень много. Кстати сказать, угоняли подобным образом не любой скот, а только, лошадей, и не случайно приравнивались они к боевому трофею (Даржа В.К., 2009).

Похожие традиции существовали не у одних тувинцев. К примеру, у казахов угон лошадей имел свое название – *барамда* и расценивался как проявление удали. Достоверность были о стремительности кочевничьих отрядов подкрепляет и существование системы сложившихся у тувинцев мер длины и расстояний, с помощью которых довольно точно вычислялась скорость передвижений. Считалось, например, что *аал* (местечко или кочевое поселение вместе с жителями, юртами, скотом и имуществом) способен пройти за световой день около 60 км. Одиночный всадник летом не бог весть,

на каком коне за светлое время суток не спеша покрывал расстояние в 100 и более километров. При этом трогались с пути спозаранку, чтобы в жаркий полдень дать отдохнуть и себе, и коню 2–3 часа. Вторую половину дороги проходили, когда спадал полуденный зной. На дневном привале коня следовало расседлать и, спутав конечности или привязав на аркан, опустить пастись. Если лошади были сыты, то с них снимали груз, ослабляли подпругу и оставляли в тени подремать, привязав коротко, чтобы голова была поднята, за узду к коновязи. Место для ночевки подыскивали обязательно с хорошим травостоем, чтобы кони могли основательно подкрепиться.

На длинных переходах коня пускали только шагом, лишь в некоторых случаях позволяя переходить на своеобразную трусцу – *шошкудар*. Тувинцы этот вид аллюра выделяют особняком, поскольку *шошкудар* – это даже не легкая рысь, а, скорее, быстрый шаг коня. Очевидно, он выработался у кочевников из обыкновения во время движения группой ориентироваться на самого слабого коня и выдерживать заданный им темп. Для этого слабых коней всегда располагали во главе группы. Скакунов для скачек готовят заранее, тренируя по своей методике, передаваемой от отца к сыну. Правила общей подготовки коня были хорошо известны тувинцам-кочевникам с незапамятных времен. Важнейшими элементами такой тренировки на юго-востоке Тувы являлись пастбище, водопой, место и время тренировки (Даржаа В.К., 2009).

Дней за 15 до скачек коней выпасают по особой методике, выбирая пастбища с ковылем, «сухой, степной травой» (только не зеленые травы обильной подтаежной зоны). Рано утром, после восхода солнца, напоив, коня привязывают к отдельной коновязи возле юрты на чембур (*узун дын*) длиной метра два – полтора, так, чтобы конь мог свободно ходить, не ложась, вокруг столба.

Перед заходом солнца коня обязательно привязывают за вбитый в землю кол веревкой длиной метров 14 пастись на всю ночь. Утром смотрят, сколько осталось несъеденной травы и каково состояние помета, в зависимости от чего

определяют длину веревки для привязывания на следующую ночь. Если осталось много несъеденной травы и много навоза, то веревку следует сократить. Утром, напоив, коня на весь день привязывают к коновязи. Вечером, перед заходом солнца, сократив длину веревки до 12 м, всю процедуру повторяют и т.д., до тех пор, пока помет не станет размером с «верблюжий», т.е. диаметром примерно 3 см. При этом помет коня должен быть твердым и сухим, не разламываться на две части. Достигается это на 8–10-й день.

За 7–8 дней до скачек начинается тренировка. Собирают 4–5 лошадей, всадников, как правило, детей. Тренировки начинают с 5 км, постепенно увеличивая дистанцию. Цель тренировки: выработать у наездника «чувство коня», ощущение состояния лошади, ее усталости, резерва сил. Обычно на скачках выступают дети от 7 до 12 лет, поэтому ребенку с очень раннего возраста важно было усвоить навыки понимания состояния коня. В скачках участвуют сидя на лошадях, как правило, без седел. Дистанция колеблется от 15 до 50 километров.

Основные показатели готовности лошади – помет и пот в конце тренировки. Если много пота и большой навоз, то веревку к очередному ночному кормлению делают короче. Длину дистанции во время тренировок увеличивают постепенно, на 3–4 км в день, доводя до 15 км при скачках на 25 км. Основная задача заключается в том, чтобы выгнать пот, особенно пенистый, чтобы поры на шкуре прочистились и вышел лишний жир.

Если в поту после тренировок только основание шеи и паха, а навоз маленький, плотный и плохо разламывается, значит, конь почти готов и веревку для ночного кормления следует держать на одной и той же длине.

Существуют и иные методики подготовки лошади к состязаниям. Например, в западных кожуунах Тувы коня завязывают коротко, чтобы не ложился, привязывают на ночь к коновязи возле юрты, а кормят днем, с утра до обеда, после чего поят и привязывают под деревом в тени. В жаркий день

коня на 1 час привязывали на солнце, «чтобы затвердели мышцы». Степень готовности определяется также по поту и состоянию навоза.

Летом, в июне-июле, для подготовки коня к скачкам выбирают два участка с травой, на которых попеременно, через день, привязывают коня на веревке длиной в девять сажень – *кулаш*. Трава за это время успевает подрасти, но ее масса постепенно уменьшается. Этого объема корма коню бывает достаточно для постепенного приобретения спортивной формы. Выпасают коня ночью, а на день привязывают в тени.

Цель тренировки коня везде была одинаковой: сбросить лишний вес, постепенно выработать скоростную выносливость, умение быстро входить в состояние «определенного ритма бега», в котором, при наличии достаточной скорости, стабилизируется дыхание лошади, достигается максимальная скоростная выносливость. Состояние коня определяли по поту: чем дольше во время бега не выступает пот, тем в лучшей «форме» находится конь.

Иногда отдельные табунщики тренируют лошадей в песках, ежедневно устраивая скачки днем, в самую сильную жару (Даржаа В.К., 2003; Санданов Б.Д., 1991, 1993).

Таким образом, борьба «Хуреш», стрельба из лука, конные скачки принадлежат к тем видам народной физической культуры, которые хранят многие замечательные традиции и заслуживают более внимательного к себе отношения.

Важнейшими сторонами таких зрелищных игр, как «три игры мужей», являются их массовость и комплексное воздействие на развитие двигательных качеств, а также влияние на формирование разносторонних умений и навыков. Отметим также, что национальные праздники не обходятся без зрелищных игр, т.к. именно игры придают значительный впечатляющий эффект.

1.3. Характерные особенности национальных видов спорта монгол, бурят, тувинцев: борьба, стрельба из лука, конные скачки»

Монголы, буряты, тувинцы являются группой родственных народов связанных с общим происхождением, бытом, историей материальным и духовным богатством общества.

Монголы – группа народов, говорящих на монгольских языках, проживающих на севере КНР, в Монголии и Российской Федерации (Республика Калмыкия, Республика Бурятия), а также в приграничных с Монголией районах Российской Федерации. Тесно связаны с общей историей и культурой.

К монголам себя относят более 10 миллионов человек. Из них 4 млн проживают в автономном районе КНР Внутренняя Монголия, 2,7 млн в Монголии, 2 млн в Ляонине и других провинциях Китая.

Протомонгольские племена, проживавшие в Центральной Азии во II - I тысячелетиях до н. э., создали так называемую культуру плиточных могил.

В 209 году до н.э царь Модэ основал государство Хунну (209 года до н. э. по II век н. э) на Монгольском плато. Монгольские учёные относят Хунну к протомонголам. Протомонгольские государство Сяньби (93-234), Северная Вэй (386-534), Жужаньский каганат (330-555), Кидан (907-1125) и Каракитайское ханство (1125-1218) существовали до 13-го века.

Впервые этноним монголов (мэн-гу, мэн-гу-ли, мэн-ва) встречается в исторических хрониках эпохи Тан (7—10 вв.). Предположительно первоначальным местом расселения протомонгольских племён было междуречье рек Аргунь и Онон, откуда в VIII веке они перекочевали в Трёхречье (бассейн рек Онон, Керулен и Туул).

Буряты (Бурядууд) – монголо-язычный народ Сибири. Общая численность их в мире составляет 520 тыс. человек. Основная масса народа сосредоточена в республике Бурятия (249,5 тыс. чел.), в Усть-Ордынском Бурятском автономном округе Иркутской области (49 тыс.чел.), в Агинском

Бурятском автономном округе Читинской области (42,3 тыс. чел.) и в ряде районов этих же областей, не входящих в состав автономий. За пределами РФ буряты живут в Монголии (35 тыс. чел.) и Китае (около 10 тыс.)

Название «буряты» произошло от монгольского корня «бул», что означает «лесной человек», «охотник». Так монголы называли многочисленные племена, жившие по обеим берегам Байкала. Буряты стали одними из первых жертв монгольских завоеваний и долгие годы с половиной столетия платили дань монгольским ханам. Через Монголию же в бурятские земли проникла тибетская форма буддизма – ламаизм.

Археологические и другие материалы допускают предположение о том, что отдельные протобурятские племена (шоно и нохой) сложились в конце неолита и в эпоху бронзы (2500-1300 лет до н. э.). По мнению авторов, племена скотоводов-земледельцев тогда соседствовали с племенами охотников. В позднем бронзовом веке, на территории всей Центральной Азии, включая Прибайкалье, проживали племена так называемых "Плиточников"- прототюрков и протомонголов. Начиная с 3 в. до н.э. население Забайкалья и Предбайкалья втягивается в грандиозные исторические события, которые развернулись в Центральной Азии и Южной Сибири, связанных с образованием раннегосударственных объединений гуннов, сяньби, жужаней и древних тюрков. С этого времени начинается распространение монголоязычных племен в прибайкальском регионе и постепенная монголизация аборигенов. В 9 -14 веках Забайкалье оказалось в центре монгольских политических событий, в том числе в создании единого Монгольского государства во главе с Чингисханом.

Объединяет эти данные народы, монгол и бурят что 1207-1727 годы территория Бурятии входит в состав Монгольской империи, в XVII-XVIII в.в. ламаистский буддизм из Монголии проник к бурятскому населению Забайкалья, также бурятский язык относится к монгольской группе.

Сравнительный анализ традиций физического воспитания Тувы древнего и российского периодов показывает, что изменение экономического и

культурного состояния общества предопределило изменение традиций и способствовало прогрессу народа Тувы (Ооржак Х.Д-Н.,1996; Аг-оол Е.М., 2006).

А) Хуреш

Тувинская национальная борьба «хуреш» – старинный, любимый тувинцами вид спорта. По данным П. Бороздина, народные борцы пользовались большой популярностью среди населения, и память о них сохранилась до наших дней.

Ареной для хуреш служит ровное место, в нем нет весовых категорий и правила соревнований схожи с монгольской национальной борьбой. Число участников должно быть кратным четырем – 16, 32, 64, 128, 164, так как в результате каждого круга должно оставаться четное число борцов, чтобы до конца оно делилось на два. Своеобразна и жеребьевка, которая проводится следующим образом. На одинаковых размером листочках пишутся фамилия, имя, отчество и другие данные борца. Листочки свертывают трубочкой и опускают в крутящийся барабан. Затем борцы подходят по очереди и вытаскивают бумажки из барабана и таким образом составляются пары. Это повторяется после каждого круга, пока не останутся два борца.

Если встречаются родственники, два брата или сын с отцом, в предварительных схватках, то им дают возможность сначала встретиться с другими борцами; между собой они могут встретиться только в финале.

Судейская коллегия, которая подводит итоги борьбы, присуждает победу, как правило, состоит из трех-пяти человек, на поле находятся еще помощники судей – «моге-салыкчызы» (выпускающие борцов), их количество определяется числом борющихся пар, потому что на каждую пару полагается два моге-салыкчызы.

Хуреш начинается красивым мужественным танцем «Девиг» – (танец орла), в котором участвуют все борцы. «Девиг» проходит в темпе, демонстрирует ловкость, силу, придает борцу уверенность в победе. Танец

орла производит сильное впечатление на зрителей (Кужугет А.К., 2001; Ондар О.Ч., 1985; Кривдик В.М., 1992).

В борьбе «хуреш», как и в других национальных видах борьбы, введены нормативы на звание мастера спорта России по национальным видам спорта.

За выдающиеся успехи в национальной борьбе «Хуреш» в республике официально ввели следующие звания.

Звание Исполина /Кучутен моге/ для абсолютного чемпиона по национальной борьбе хуреш, пользующегося в республике огромной популярностью среди местных жителей. Об этом стало известно после того, как глава республики Шолбан Кара-оол подписал соответствующие изменения в региональный закон "О государственных наградах".

Звание Кучутен моге добавилось к узаконенным ранее в регионе древним титулам Слон "Чаан моге/, Лев /Арслан/ и Сокол /Начын/ за победы в тувинской борьбе хуреш. С нынешнего года звание Исполин будет присуждаться за выдающиеся успехи в этом виде спорта. Оно должно присваиваться пятикратному победителю абсолютных чемпионатов Тувы по хурешу на национальном празднике животноводов Наадыме при условии, что в каждом турнире участвовало не менее 128 борцов. Почетные титулы будут присваиваться по указу главы Тувы, для каждого обладателя за счет средств республиканского бюджета изготовят специальный нагрудный знак в виде медальона и удостоверение.

В Туве звания Чаан моге /Слон/ принято удостоивать за три победы в аналогичном первенстве, а также за два, но при условии, что борец до этого дважды становился вице- чемпионом абсолютного чемпионата.

Звания Арзылан моге /Лев/ достоин спортсмен, хоть раз, становившийся первым на таких соревнованиях, или трижды занимавший на них второе место. Наконец, к награде Начын моге /Сокол/ представляют атлетов, единожды достигавших 2-4 мест или дважды занимавших с 5 по 8 места среди 128 участников на турнире по хурешу в честь Наадыма.

Этот вид борьбы до настоящего времени сохранил свой национальный колорит и все соревнования проводятся по старинным правилам, арсенал технических действий может быть полезным борцам – самбистам, дзюдоистам, вольникам и любителям бурятской борьбы «бухэ барилдан» (Бороздин П., Дашинорбоев В.Д., Ондар О.Ч., 1982, 1985).

Монгольская народная борьба «бухэ барилдан» во многом схожа с тувинской – по правилам соревнований, ритуалу, по форме одежды. Есть некоторые отличия, которые заключаются в следующем: нет жеребьевки, своих противников выбирают борцы, обладающие более высоким даном (например, борец, владеющий титулом «дархан аврага» («непобедимый титан»)) имеют самые большие привилегии при выборе своих соперников; в тувинской борьбе поражение фиксируется при касании земли тремя точками, а в монгольской – четырьмя точками (коленом), но разрешается во время борьбы касаться земли ладонью, форма монгольской одежды включает облегающие трусы, курточку, монгольские сапоги и шапку. Существенное отличие от тувинской борьбы составляет то, что сначала на поле выпускаются самые слабые пары, которые сменяются все более сильными и ловкими, последними выступают самые известные борцы.

Борьба – древний вид спорта монгольского народа, который имеет свою историю, традицию и обычаи. С наступлением лета монголы устраивали народные игры «эрын гурван наадам» – состязания мужчин в стрельбе из лука, борьбе и конных скачках. Такие состязания и другие игры были любимым народным развлечением. Они сопровождались выступлениями представителей народного искусства: певцы воздавали хвалу лучшим борцам, стрелкам и наездникам под звуки моринхура – струнного инструмента, увенчанного конской головой.

Лучшим борцам присваиваются почетные звания: 3-кратному победителю большого наадама – звание «дархан аварга» («непобедимый титан»), 2-кратному победителю – звание «аварга» («титан»), занявшим

1-е и 2-е места – «арслан» («лев»), победителям 3-го и 4-го туров – «начин» («сокол») победителям 5-го тура – «дзан» («слон»),

Монгольская борьба весьма своеобразна. Она требует от борцов большой силы, ловкости и технического мастерства. Перед началом соревнований проводится парад – представление борцов, как и в тувинской борьбе «хуреш». Несколько сотен борцов выбегают на зеленое поле, изображая руками полет орла. Полагается, чтобы движения рук напоминали взмахи крыльев орла, а грудь и туловище были, как у льва.

У каждого борца свой засул (тренер), который в форме своеобразного напева прославляет своего ученика, называя его имя и место, откуда он родом. В ходе поединка засул помогает борцу советами отстаивает его интересы перед судьями.

Побежденным считается тот, кто брошен на землю или коснулся коленом земли. Правила разрешают применять различные приемы, в том числе и действия ногами. Победитель исполняет танец орла, приближается к главе надаама, отвешивает ему поклон, затем пропускает под рукой (как бы под крылом) побежденного противника, что означает мир между ними (Дашинорбоев В.Д., 1997; Санданов Б.Д., 1993).

Борьба у бурят существовала издавна. Она является таким же древним видом физических упражнений, как и стрельба из лука. Она возникла сначала как естественное средство борьбы за существование, а затем постепенно стала входить в быт народа как молодецкая потеха и народное развлечение. В прежние времена борьба как одно из физических упражнений приобрела важное значение в военном деле. Вооружение тогда было крайне примитивным, бои могли происходить только на близком расстоянии, и основой их была рукопашная схватка, в которой сила, выносливость, ловкость и мужество решали исход боя. Поэтому, естественно, физическая подготовка воина играла важнейшую роль.

В бурятской борьбе «бухэ барилдан» атлеты состязались обнаженными до пояса, без головных уборов, босыми или в мягкой обуви (гутал), иногда по

договоренности опоясывались матерчатым поясом в области тазовой кости и бедра (кушак). Пояс завязывался специальным узлом. Поединок считался выигранным, если соперник касался земли третьей точкой опоры (рукой, коленом или туловищем) как и тувинской борьбе «Хуреш». Весовых категорий тогда не существовало, а время поединка не ограничивалось, он мог длиться несколько часов, до победы одного из атлетов. У каждого борца был свой засул, который в форме своеобразного напева прославлял своего ученика, называя его имя и место, откуда он родом, и т. д. В ходе поединка тренер помогал борцу советами, отстаивал его интересы перед судьями. Борцы в основном применяли технические действия (приемы) с захватами ног руками (броски наклоном, сбивания, переводы), разнообразные зацепы изнутри и снаружи, подсечки, подножки, подхваты, охваты, броски с отбивом ноги.

Современная бурятская национальная борьба сохранила присущий ей колорит и традиции, но вместе с тем произошли и некоторые изменения в технике, усовершенствованы правила соревнований с разделением борцов на весовые категории, которые уравнивают условия борьбы при выявлении победителей. Проводится абсолютное первенство, куда допускаются борцы, победившие в своих весовых категориях, также допускается к состязаниям победитель абсолютного первенства прошлого года независимо от результата на данных соревнованиях в своей весовой категории (Баймеев Г.Б., Бардамов Г.Б., 2000; Дашиноорбоев В.Д., 1997).

Абсолютное первенство среди борцов стало разыгрываться на Сухарбанах в Бурятии с 1968 г. и всегда вызывает оживленный интерес у многочисленных болельщиков.

Бурятская национальная борьба во многом отличается от монгольской борьбы. Монголы борются без деления на весовые категории, на возраст и звания, в специальной одежде «зодог и шудак», в легких перевязанных унтах. Обязателен ритуал танца орла с остроконечной шапкой, на которой отмечаются титулы борца. В монгольской борьбе необходимо уронить соперника плашмя.

В бурятской борьбе любое касание земли третьей точкой считается поражением.

подавляющее большинство технических действий выполняются с захватами ног руками, распространенными являются приемы, связанные с помощью ног (подножки, подсечки, зацепы, подсады и т. д.), реже применяются различные варианты переводов и бросков. Амплитудные броски (прогибом, поворотом через спину) практически используются крайне редко. Технику бурятской борьбы можно разделить на пять групп: атаки с захватами ног руками; атаки с помощью ног; переводы; броски; контратакующие действия.

Основная часть праздника – это состязание борцов, стрельба из лука и беговых лошадей. Каждый род или улус выставлял свою команду – борцов, стрелков, скакунов с наездниками. «Сурхарбан» – это национальные фольклорные песни, танцы, запевы, смотр национальных костюмов, которые демонстрировали участники праздника (Санданов Б.Д., 1993; Фомин В.А., Сагалеев А.С., Балдаев К.В., 1997).

Б) Конные скачки

Конный спорт – сборное понятие, под которым понимаются спортивные игры с использованием лошадей. При езде верхом всадник активно взаимодействует с движением лошади. Лошадь при этом управляется перемещением веса всадника, сжатием бедер и ослаблением или натяжением поводьев. Голос всадника тоже может влиять на движение лошади, но не во всех видах конного спорта это разрешено.

Конные скачки с древнейших времен считались праздником чабанов (аратов). Стекался народ со всех углов республики на Наадым, проводимый каждый год. Приезжали борцы, легкоатлеты и другие спортсмены. Но основным зрелищем всегда были конные скачки, разделенные на разные категории: для молодых скакунов малые расстояния, для больших соответственно длинные дистанции.

Программой соревнований у тувинцев представлены скачки рысаков и иноходцев в возрасте 4- лет на дистанции 10 километров, скачки лошадей в возрасте до 4-х лет 15 километров, скачки рысаков и иноходцев под седлом старше 4-х лет на 20 километров, скакуны тувинской породы на дистанции 40 километров.

Конные скачки пользуются большой популярностью у монголов. Считается, что присутствие на финише заездов двухлеток - даага приносит удачу и благополучие.

Скачки – это традиционный, почитаемый праздник монголов, где испытывают выносливость своих лошадей. В монгольских конных скачках протяженность дистанций составляет от 12–32 км в зависимости от возрастной группы коней. По двум показателям: сверхдальней дистанции и малолетнему возрасту всадников. Существуют строгие правила проведения скачек. Устраивают несколько заездов. В первом из них участвуют лошади-двухлетки (даага) – (15 км), во втором – трехлетки (шулдэн) – (20 км), в третьем – четырехлетки (хязаалан) – (25 км), в четвертом – пятилетки (соеолон) – (28 км), в пятом – все остальные возрастные категории, начиная с шестилеток – (30 км). В шестом заезде бегут только жеребцы (азарга) – (28 км), в седьмом – только иноходцы (жороо). Таким образом, всего семь заездов.

В состязании участвовали мужчины от 15–16 до 70 лет, а жокеями на скачках были мальчики 11–13 лет. Участники соревнований должны были соблюдать дисциплину, им запрещалось пить архи, опаздывать, они должны были вовремя лечь спать. В честь победителей исполнялись хвалебные песни, а команде вручался главный приз – крупный баран. На сурхарбане поклонялись людям труда – скотоводам, землепашцам, охотникам, чествовали многодетные семьи. Здесь же шло соревнование умов; дать мудрые ответы на вопросы.

Коня-победителя чествуют с высокими почестями. Пять самых быстрых лошадей с каждого заезда получают коллективное звание «пять кумысных». Их проводят по кругу почета, поют восхваления и освящают кумысом.

Чествование победителей скачек – ритуал древний, содержательный. Награждаются коневоды (уяач) и всадники первой пятерки скакунов из каждой возрастной группы. Наездник из рук президента получает призы, а лошадям присваивают высокие звания. Скачки проводятся за пределами города, в последние годы скачки проводятся в 30 километрах от Улан-Батора. Трасса степная и специально не подготавливается. Это зрелище грандиозное собирается до полумиллиона зрителей.

В) Стрельба из лука

Стрельбу из лука тувинцы называют *адар*. Современные тувинцы употребляют *октаар* в двух значениях бросать, метать, кидать и заряжать ружье, патроны. Значение выражений соответствует функциональным проявлениям стрел в прямом и переносном смысле.

Известны факты, подтверждающие феноменальные способности в стрельбе из лука кочевников Центральной Азии, в этом искусстве им на Земле не было равных. При этом речь шла не об уникальных способностях отдельных, выдающихся, стрелков, а о явлении среди номадов.

Выработке навыков точной стрельбы также способствовали соревнования по стрельбе из лука (Даржа В.К., 2009).

Е.К. Яковлев (Этнографический обзор населения долины Южного Енисея. – Минусинск, 1900. – С. 113–114) пишет: «... к элементарному спорту у тувинцев следует отнести также и некоторые отживающие свой век состязания, в которых стрельба из лука играет главную роль; такова, например, игра «Баг адар», в которой часто выступает сумон против сумона, род против рода, высылая своих лучших стрелков, и которая состоит в том, чтобы выбить стрелами свернутые в кружки замшевые ремни, расположенные по переднему краю большого круга в числе, соответствующем числу участвующих в состязании».

Стрельба из лука по свернутым в кружки ремням в точности соответствует распространенному до недавнего времени среди бурят и

монголов соревнованию *сур харбан*. В определенное, заранее оговоренное место съезжались верхом на лошадях стрелки и болельщики. Они отвязывали от своих лошадей недоуздки, поводья, кожаные подпруги и т. п. ремни. Скатав из кожаных ремней шары, укладывали их на расстоянии 100 метров от рубежа, на котором находились стрелки, на линию, прочерченную на земле в виде круга радиусом в сажень. В середине круга устанавливалась особо отмеченная закрепленными к шару веточками или птичьими перьями цель, ее называли *буга «бык»*. Стрелки стремились поразить стрелой прежде всего отмеченную мишень, при поражении цели, по предварительной договоренности, из круга в равных количествах слева и справа от *буга* удалялось несколько мишеней, от двух до половины.

Смысл соревнования заключается в том, что стрелок должен был «выбить» с линии мишени, представляющие собой клубки, скрученные из ремней. Выигрывал тот, кто выбивал большее количество клубков. Клубков было всегда столько, сколько было участников соревнований, при этом каждому стрелку разрешалось использовать количество стрел, равное количеству клубков или участников соревнований. Ремни в качестве мишеней применялись потому, что стрельбу из лука проводили, как правило, на относительно больших ровных участках местности, где сложно было найти подходящий материал для изготовления мишеней, заметных на расстоянии. К тому же для стрельбы применялась стрела с «тупым» наконечником, который изготавливался из конца рога марала, точно так, как для охоты на белку. При стрельбе такой стрелой в мишень из кожи оставались неповрежденными как мишень, так и сам наконечник. Для того чтобы выявить победителя, после каждой серии выстрелов увеличивали дистанцию стрельбы.

Такой вид соревнований по стрельбе из лука *баг адар* практически ничем не отличался от игры-соревнования *баг кагар* «бить ремень».

М. Райков описывает и второй вид соревнований, во время которого лучники соревновались на точность и прежде всего на дальность стрельбы по мишеням, заполненным из больших пластин бересты. Цель в виде щита из

бересты была высотой 4 аршина (3 м), шириной 3 аршина (2 м).

Устраивалось также соревнование по стрельбе в летающую мишень – пай адар. Мишень называлась пай, представляла собой устройство размером приблизительно 20-30 см, выполненное из тонкой кожи или бересты таким образом, что мишень, будучи подвешенной на длинном тонком шнуре к сетке дерева, парила на высоте в воздухе, совершая при этом различные «пируэты». Возможно, этот вид «летающей мишени» был заимствован у монголов, т.к. на монгольском языке мишень означает *бай*. Хотя, возможно и обратное, т. к. монголы – степной народ, предпочитающий жить в равнинной, безлесной местности, у них традиционно мишени представляют скрученные из ремней клубки – сур, разложенные в определенном порядке на земле.

Монгольский народ – один из древнейших в Центральной Азии, подаривший миру игру трех мужей – конные скачки, стрельбу из лука и борьбу, полностью отражающие особенности его быта и жизненного уклада, дошедшие до наших дней и поражающие современников своей динамикой, удастью, смелостью, статью и красотой в народных играх «Наадам», «Сурхарбан» и «Алтаргана». Стрельба из лука у монголов отличается своеобразной национальной особенностью, весьма привлекательная своей церемониальностью. Лучники имели единообразную стойку и держат лук под определенным углом обладают щипковым захватом тетивы, своеобразным ее натяжением и выпуском стрелы.

Поднять мишень в воздух мог народ, у которого присутствовал, прежде всего, мотив, необходимость в этом. Вероятно, что это был способ тренировки для охоты на мелких пушных зверьков – белку, соболя и т.д., либо лесных птиц – глухаря, тетерева, рябчика, обитающих на деревьях. Указанные объекты промысла свойственны тувинцам, поэтому можно предположить, что и мишень такого типа была более необходима тувинским охотникам, следовательно, и создана ими.

Стрельба из лука входила как обязательная составная часть троеборья, посвященного культу Солнца. Соревнования по стрельбе из лука проводились только в двух дисциплинах: стрельбе на дальность выстрела и стрельбе на фиксированную дистанцию «на точность выстрела». Конечно же, оба вида соревнований имели, прежде всего, утилитарное значение – тренировок воинов – и создавались для подготовки их в двух направлениях, отражающих в полной мере всю тактику ведения боя номадов. Выстрел на дальность был необходим, поскольку номады атаковали своих противников с дальнего расстояния, с дистанции, находящейся вне зоны досягаемости оружия противника. Можно предположить, что выстрел с большого расстояния, т.е. по площадям, предназначался для выстроившихся пеших войск противника, необходимость целиться в одного врага, стоящего среди 10 000 других изначально лишена смысла. В то же время был необходим и точный выстрел на короткой дистанции для поражения одиночного противника, который мог быть не только одиночным пехотинцем, но и быстро перемещающимся кавалеристом.

Существовало два способа стрельбы из лука на охоте. Чаще стреляли в положении, когда стрелок находился на земле, кроме того, в загонных охотах и облавах из лука стреляли с лошади на скаку. Наиболее результативным считался выстрел с дистанции в 20–50 м. Вероятно, поэтому все хитрости и приемы охоты были направлены на то, чтобы приблизиться к зверю на эту дистанцию, создать условия, при которых стрелок мог надежно поразить цель.

Выстрел из лука проводится следующим образом. На левую руку от кисти до локтя наматывался тонкий ремешок, который выполнял важную двойную функцию: уменьшив размер рукава халата, облегчал производство выстрела и защищал руку от удара тетивы. Если стрелок правша, то он удерживает лук левой рукой, стрела при этом укладывается на указательный палец левой руки, слева от лука.

Захват тетивы производился первой фалангой большого пальца правой руки. При этом на этот большой палец надевали специальный перстень,

защищавший палец от воздействия тугой тетивы. Указательный палец накладывался на большой, тем самым увеличивая усиление при натяжении тетивы.

Натяжение лука производилось движением обеих рук одновременно. Правая рука стрелка достаточно быстро натягивала тетиву, при этом левой рукой стрелок как бы отталкивал лук от себя.

Никаких специальных прицельных приспособлений не существовало. Выстрел из современного спортивного лука производится с обязательным предварительным прицеливанием, т.е. совмещением на одной линии цели прицельного приспособления, закрепленного на рукояти лука и глаза стрелка. Важно точно, на одном расстоянии, устанавливать хвостовик стрелы.

Номады пользовались иными приемами прицеливания. При традиционном способе стрельбы, во время прицеливания стрелок, конечно, видит цель, но в момент выстрела он ориентировался, прежде всего, на собственные ощущения о траектории полета стрелы, а не на визуальное прицеливание. Так как стрельбой из лука мужчины занимались постоянно, с детства, то со временем, на уровне подсознания вырабатывалось «чувство выстрела». Другими словами, в основе механизма прицеливания при стрельбе из традиционного лука были не «материализованные» технические приспособления, способствующие прицеливанию, а опыт стрельбы, своеобразная «программа», созданная сознанием, и заложенное в подсознание «ощущение выстрела». Можно сказать, что стрелок осуществлял выстрел как хороший «механический станок с программным управлением». Большинство стрелков не способно объяснить всю механику точного выстрела. Это напоминает механизм вождения автомашины опытным водителем, который не способен объяснить, как он выполняет поворот автомобиля, на сколько градусов необходимо повернуть руль. В момент выполнения тех или иных действий у большинства водителей действует «программа», заложенная в подсознании. Зрение корректирует «программу вождения в подсознании», подсознание выдает команду рукам осуществить строго определенное

действие, при этом постоянно корректируя на каждом этапе выполнение разворота автомашины.

Цели производства точного выстрела служили и специальные перстни *билзек* на большой палец руки стрелка, предназначенные для натягивания тетивы.

В Овюре перстень – *билзек* известен под другим наименованием – *эргенчи*. Подобный перстень помогал натяжению тугой тетивы лука. Боль, вызываемая врезающейся в сустав между фалангами большого пальца тетивой, объективно способствовала, с одной стороны, снижению точности стрельбы тем, что отвлекала, «сбивала программу», заложенную в подсознании, с другой, снижала усилие натяжения тетивы. Небольшой перстень, таким образом, способствовал применению более мощных луков и высокой результативности в стрельбе. Перстень для большого пальца правой руки, удерживающего тетиву, выполнялся чаще всего из полых рогов животных, существовали также кольца из металла.

Выполнить перстень не представляло особого труда, брали рог любого полорогого животного: домашнего козла, барана, но чаще коров или яков, варили его в воде в течение дня до размягчения. Затем ножом вырезали перстень необходимой формы и диаметра.

Следует упомянуть о дистанции стрельбы из традиционного лука. Существовало два типа стрельбы. В военных целях по сконцентрированным подразделениям противника выстрел производился, вероятно, со значительной дистанции – в 200–300 и более метров по площадям. Дистанция точного выстрела в цель была значительно короче.

Говоря о технике традиционной стрельбы из лука во время охоты, следует упомянуть о том, куда целился стрелок, направляя стрелу в зверя.

При охоте на больших и зачастую опасных зверей прицеливание производилось в зависимости от ситуации. Так как большинство тувинских традиционных приемов охоты направлено на создание наиболее благоприятных условий для производства выстрела, можно предположить, что

большая часть стрел посылалась с относительно близкого расстояния в стоящую без движения цель. Ясно, что шею и грудную часть марала или кабана во время сгона осенью из-за толщины шкуры и грязи, которую в шерсть специально втирают животные, не поразить. По этой причине до настоящего времени старые охотники советуют стрелять в кабана во время гона только в область живота первым выстрелом. После того как он «присядет» от первого выстрела в живот, вторым рекомендуют добивать приблизившись. Из этого утверждения можно предположить, что добычу зверей иногда разбивали на этапы. На первом этапе требовалось обездвижить животное, на втором добить выстрелом – это был особый прием стрельбы, который имел и собственное обозначение – *шегелей адар*.

О том, что это имело место, говорит и обычай, требующий не преследовать раненое животное. Старые охотники, осмотрев следы и кровь, после ранения никогда не преследуют подранка и запрещают это делать молодым охотникам. В зависимости от ситуации требовалось подождать, при этом минимальная пауза ожидания определялось временем, необходимым для готовки и потребления чая, максимальная – не более одной ночи. Наличие этой традиции говорит о том, что стреляли в середину бока стоящего зверя, либо в середину грудной части.

Буряты, также как и другие народы, имели самобытные народные физические упражнения и игры состязательного характера. Это подтверждают народные предания, памятники письменного и археологического характера.

Буряты также хорошо освоили лук. Они могли на полном скаку поразить цель, сила выпущенной стрелы была мощной и пробивала насквозь волка. Бурятские мэргэны пользовались простыми и сложными луками, в последних при изготовлении применяли упругие древесные породы, сухожилия животных, роговые и костяные пластины, бересту, конскую кожу и предметы украшения.

В Бурятии по национальным правилам стрельба ведется по мишеням-сурам, лежащим на выровненной поверхности земли. Лук должен быть национальным, стрелы – деревянные с тупыми наконечниками.

Стрельба производится на расстоянии 50–60 метров для мужчин, 30–40 метров – для женщин, юношей и девушек. Мишени-суры имеют форму утолщенного городка, обтянутого кожей или плотной материей. Всего их 19 штук, в центре располагается сур под номером 10, а справа и слева от него номера до цифры один. Суры устанавливаются в линию в середине квадратной площадки. Каждому участнику соревнований дается по 8 стрел. На религиозных праздниках в дацанах между сурами в центре устанавливается ласти (городок высотой в 10 см, диаметром в 3 см, наверху кисточка из материи). Попадание в ласти оценивается в 2 очка, в суры по 1 очку. При одинаковом количестве набранных очков, устраивается перестрелка для определения победителя. Мергены (стрелки из лука) выступают в национальных халатах, что придает соревнованиям первозданный колорит.

Анализируя развитие стрельбы из лука в бурятском обществе можно констатировать, что на основе опыта национальной стрельбы из лука сложились предпосылки развития стрельбы по международным правилам.

Состязания в стрельбе из лука у бурят существовали уже во времена зэгэтэ-аба, но тогда они носили военно-прикладной характер. Люди стремились научиться искусно, стрелять, чтобы успешно охотиться на зверей и быть готовым к ратному делу. В бурятских исторических хрониках неоднократно упоминается об этом (Гомбожапова Х-Ц.Д., 2006).

«...Хоринские буряты, – писал Т. Тобоев в своей летописи, – постоянно занимались стрельбой из лука. Они заставляли полностью все мужское население в возрасте свыше 13–14 лет изготавливать луки и устраивали, начиная с малого возраста упражнения в стрельбе в цель и в стрельбе с коня». Со временем стрельба из лука превратилась в чисто спортивное соревнование и стала любимым народным развлечением.

Кроме суров, у кудинских бурят встречались и мишени несколько иной формы. Стреляли в простой сыромятный ремень шириной в 2,5 пальца, длиной в 1,5 м, натянутый на колышки, воткнутые в землю. Ремень над землей висел на высоте примерно 20 см. Стрелки должны были попадать в него. Это сложнее, чем попасть в сур, тем более что расстояние до цели определялось в 30 луков.

Порядок и правила стрельбы

В советское время в соревнованиях по стрельбе из лука устанавливаются расстояния для мужчин – 40, 50 и 60 м, для женщин и юношей, девушек – 30 и 40 м.

Количество мишеней (кеглей), как и прежде, устанавливаются 19 штук, из которых одна центральная имеет номер «10», а остальные кегли парные с нумерациями – 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1. Парные кегли располагаются по обе стороны центральной десятки в одну линию.

Кегли имеют размеры: высоту от 8–10 см, длину в пределах 10–12 см. Они должны быть туго набиты шерстью или тряпьем, сверху обтянуты крепким материалом, желателно кожей.

Для установки мишеней (кегли) оборудуется квадратная площадка (кон). Площадка должна иметь ровную поверхность размером в глубину и ширину 4 м 30 см, что составляет размер трех луков.

Квадратные площадки кона (зурхай) кругом ярко очерчивается, а с передней стороны выкапывается канавка глубиной 8–10 см в середине и постепенно убывающая к обеим сторонам. Отвесной стеной канавка должна быть обращена к линии стрельбы.

Соревнования по стрельбе из лука могут быть личные и лично-командные. Каждому участнику дается по 8 стрел, значит, стрелок за один тур, на 3 дистанциях должен израсходовать 24 стрелы.

Могут соревнования проводиться в несколько туров, в зависимости как записано в положении о проведении соревнований или как соревнующиеся

договорятся устно. Для стрельбы на линии огня вызываются два стрелка, которые начинают стрельбу по мишеням (кеглям) сериями, состоящими из 4-х стрел, и после того, как один из них выпустит четыре стрелы (первая серия), дается возможность второму стрелку отстрелять в свою очередь 1-ю серию, а затем в такой последовательности стрелки проводят вторую серию.

Участник – стрелок обязан прямым попаданием в кегли выбитые или выкатать их за пределы кона. Засчитываются также кегли, выбитые стрелой рикошетом, если стрела головкой ударилась в черту кона.

Последним видом соревнований на сурхарбанах являлись конные скачки. В них принимало участие от 10 до 20 лошадей.

Судя по материалам тувинского госархива (1896-1909) по свидетельствам путешественников конца XVIII в., борцы были из 2 групп- борцы-ламы и борцы феодалы. До проникновения ламаизма в Туву соревнования проводились между членами родовых общин.

Изучая вещи, найденные при раскопках курганов, находящихся на территории современной Тувы и Центральной Азии ученые определили, что борьба была известна еще в 4-3 в.в. до н.э. В одном из курганов было обнаружено серебряное украшение торона, где было заграверовано изображение двух борцов. Из их взаимного захвата и применяемого ими приема можно определить, что они соревновались по правилам современной борьбы «Хуреш».

Таким образом, появление лука и стрелы древние жители тувинской земли датируют, по свидетельству археологов, бронзовым веком (вторая половина 2-го начало 1-го тысячелетия до н.э.). А стрельба из лука в нынешнем виде пришла в Туву в начале 60-х годов XX века.

С 1930-1931 годов в результате целенаправленной деятельности партийных, правительственных, профсоюзно-ревсомольских органов, при помощи СССР, в Тувинской Народной Республике зарождаются, наряду с традиционной народной физической культурой, современные виды спорта, игры русского народа. Продолжали развиваться национальные виды спорта –

стрельба из лука, конные скачки, борьба «Хуреш». Одним из крупных спортивно-массовых мероприятий 1934 года были соревнования, посвященные 13-летию ТНР. В программу их были включены национальная борьба «Хуреш» (64 борца), конные скачки (40 скакунов) футбол, волейбол, легкая атлетика.

Выводы по первой главе

Кочевому населению Тувы с давних пор была введена физическая культура, национальные виды спорта, не опирающиеся ни на какие научные выкладки, а руководствовавшиеся традициями и обычаями, житейским опытом и трудовой деятельностью (скотоводством, охотой, собирательством). Это спонтанное их физическое воспитание имело и военную направленность, что обуславливалось геополитическим положением Тувы.

Народные виды спорта, зародившись в эпоху первобытного общества как средство подготовки к труду, военному делу играют важную роль в жизни народа, сохраняет общечеловеческие благородные черты, выражающие стремление народа к миру, справедливости, прогрессу и эстетическому идеалу, которые отражены в сказках, стихах о богатырях, которые боролись за честность, доброе имя народа.

Тувинские национальные виды спорта являются одним из важнейших элементов народной культуры человечества, свою силу, ловкость, двигательные навыки, т. е. «готовность ко всему» тувинцы демонстрировали во время традиционных праздников, свадеб и других торжеств. Их неизменным атрибутом были конные скачки, борьба «Хуреш», стрельба из лука, подвижные игры.

Опираясь на исторические факты, можно сделать вывод, что мужское троеборье как комплексное состязание существовало. Однако в настоящее время этого троеборья нет, а проводятся соревнования по отдельным

национальным видам спорта. С точки зрения зрелищности и массовости это оправдано. Каждый вид привлекает множество болельщиков и спортсменов. В то же время не менее интересным было бы выступление одного спортсмена по трем видам с выявлением победителя настоящего богатыря, абсолютного чемпиона по трем видам. Троеборье - спортивное состязание по трем видам спорта или видам упражнений в одном виде спорта.

Особенности тувинского троеборья, заключается в том, что в борьбе «Хуреш» борцы выбирают противников по жеребьевке, также нет весовых категорий, побежденным считается тот, кто коснулся земли третьей точкой, как в бурятской борьбе. В тувинских конных скачках дистанции самые длинные, составляют 35-40 км, в отличие от монгольского и бурятского. Лошадям, которые пришли к финишу первыми и получили призовые места, присваиваются высокие почетные звания, клички.

По нашему мнению, национальные виды спорта должны активно использоваться в общеобразовательных учреждениях, в дальнейшем совершенствоваться, чтобы стать доступными для широких масс.

ГЛАВА 2

ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ ТЫВА

2.1. Современное состояние национальных видов спорта в Республике Тыва

Культура и быт населения Тувы сходны с укладом жизни соседних народов. Многие их черты сохранились на протяжении нескольких веков вплоть до нынешнего времени, отражая генетическую связь и преемственность культуры и быта тувинцев с их далекими историческими предками.

Национальные виды спорта формировались и совершенствовались на протяжении тысячелетий, передавались из поколения в поколение, и пользовались, как основное средство заполнения потребности в движении гармоническом физическом развитии организма, приобретению навыков и умений. Характерной особенностью национальных видов спорта является их динамичность, общедоступность, практичность и простота в применении.

Квалификации тренеров по борьбе «Хуреш»

Таблица 2

№	Фамилия, Имя, Отчество	возраст	Стаж работы	образование	Специальность	квалификация	Личные спорт. достижения	звания
1	Ондар Оргелээр Чувурекович	1948	40	высшее	Учитель биологии и химии	высшее	Мастер спорта по вольной борьбе, судья высшей категории по вольной борьбе и по Хурешу	
2	Хураган Иван Иванович	1959	20	среднее	Учитель физической культуры	2 категория	Мастер спорта СССР по дзюдо, самбо и вольной борьбе	Начын моге

					ы	ия		
3	Кара-Сал Кан-оол Бадыевич	194 9	24	Средне е	Учитель физичес кой культур ы	2 категор ия	Чемпион спартакиады Сибири по тувинской национальной борьбе «Хуреш»	
4	Суктер Шимет Нучукович	195 4	21	Средне е	Электри к	2 категор ия	Призер спартакиады Сибири и Дальнего Востока по тувинской национальной борьбе хуреш	Начын моге
5	Хомушку Алексей Сумбуевич	195 0	20	Средне е	Учитель начальн ых классов	2 категор ия	Чемпион спартакиады Сибири по тувинской национальной борьбе «Хуреш»	Начын моге
6	Монгуш Владимир Семис- оолович	196 0	18	Средне е	агроном	11 разряд	Чемпион Наадым-90г	Арзыла н моге
7	Ооржак Апыш-оол Боодерови ч	194 3	25	Средне е	Учитель начальн ых классов	2 категор ия	Мастер спорта РСФСР	Начын моге
8	Салчак Даш-оол Авармисто вич	194 9	20	Средне е	Учитель физичес кой культур ы	2 категор ия	Призер Сибири по тувинской национальной борьбе «Хуреш»	
9	Монгуш Аяс семис- оолович	197 0	18	высшее	Агроно м	11 разряд	Двукратный чемпион мира, абсолютный и пятикратный чемпион Европы по борьбе сумо , чемпион Азии по борьбе сумо. Заслуженный	Кучуте н (Испол ин)

							мастер спорта России	
1 0	Монгуш Маадыр Кавааевич	196 7	15	высшее	агроном	2 категор ия	Неоднократно входил в четверку в Наадыме-2000, 2002гг	Арзыла н моге
1 1	Хертек Андрей Валерьевич	197 8	10	высшее	Учитель географ ии	11 разряд	Неоднократно входил в четверку в Наадыме -2008, 2009гг	Чаан моге
1 2	Монгуш Амир Эрес- оолович	196 8	20	высшее	Учитель биологи и и физичес кой культур ы	2 категор ия	Неоднократно входил в восьмерку Наадыма-1998, 1999гг	Начын моге
1 3	Наважап Радислав Николаевич	196 6	20	высшее	Учитель физичес кой культур ы	1 категор ия	Неоднократно входил в четверку Наадыма- 1996,1997гг	Арзыла н моге
1 4	Биче-оол Буян Владимир ович	197 0	20	высшее	Учитель физичес кой культур ы	1 категор ия	Мастер спорта по вольной борьбе	Начын моге
1 5	Монгуш Чечен-оол Алексеевич	197 1	20	высшее	Тренер по вольной борьбе	1 категор ия	Мастер спорта по вольной борьбе	

Из данной таблицы видно, что тренеров много, большинство из них в прошлом сами были очень хорошими борцами, в настоящее время тоже готовят физически подготовленных спортсменов по борьбе «Хуреш», по которым видны показатели воспитанников.

**Спортсмены по критериям званий борьбы «Хуреш» начала 1920
годов по настоящее время**

Таблица 3

№	Фамилия, Имя, Отчество	Тувинские звания борцов	Годы участия в соревнованиях	Возраст (год рождения)	Названия соревновани й
1.	Чанман Монгуш Балчымай оглу	Чаан (слон) моге	1921-1923	1898	Чемпионат ТНР
2.	Сундуй Ховалыг	-	1925-1927	1900	Чемпионат ТНР
3.	Куулар Чамьян Сегбээвич	Арзылан (Лев) моге	1935-1937,1939	1908	Чемпионат ТНР
4.	Ойдупаа Часыгбай оглу	Начын (сокол) моге	1940	1905	Чемпионат ТНР
5.	Бегзи-Хуурак Донгак Хелин оглу		1942-1943	1909	Чемпион ТНР, двукратный чемпион
6.	Сарыглар Семис-оол Борбак-Хурен оглу		1949,1950,1955, 1957-1959	1920	Шестикратн ый чемпион ТАО
7.	Донгак Комбу Бавуу оглу		1953,1956	1925	Двукратный чемпион ТАО
8.	Ондар Суур- оол Хургулекович	Арзылан (лев) моге	1960,1962,1965, 1966,1967	1927	Чемпион Тувы, чемпион ТАССР
9.	Базыр-Тараа Василий Аркадьевич		1968,1972	1940	Чемпион ТНР
10	Ооржак Дапыл Аныян		1969,1970,1976	1941	Мастер спорта

.	оглу				РСФСР чемпион ТАССР
11	Хураган Иван Иванович	Начын (сокол) моге	1979,1983	1948	Мастер спорта СССР, чемпион ТАССР
12	Кужугет Сыын-оол Срыг-оол оглу	Начын (сокол)моге	1982-1983	1949	Мастер спорта РСФСР, Наадым- 1982
13	Монгуш Владимир Семис-оол оглу	Арзылан (лев) моге	1985-1986	1951	Мастер спорта СССР, чемпион ТАССР
14	Хомушку Алексей Сумбуевич	Арзылан (лев) моге	1984	1955	Мастер спорта РСФСР, чемпион ТАССР
15	Кызыл-оол Орлан Ховалыгович	Начын (сокол) моге	1985	1958	Мастер спорта РСФСР, чемпион ТАССР
16	Монгуш Маадыр Каваевич	Арзылан (Лев)	1990-2004	1968	Наадым- 2008
17	Наважап Радислав	Арзылан (Лев)	1990-1995	1966	Наадым- 1992
18	Куулар Алдын-оол Солун- оолович	Начын (Сокол)	1992-1994	1965	Наадым- 1998
19	Монгуш Аяс Семис- оолович	Кучутен (Исполин)	1993-2009	1970	Наадым1993 -2009
20	Монгуш Амир	Арзылан (Лев)	1994-1999	1968	Наадым-

.					1998
21	Суктер Шимет Нучукович	Начын (Сокол)	1998-2002	1954	Наадым- 1998
22	Конгаа Начын Викторович	Начын (Сокол)	1995-2003	1972	Наадым- 2004
23	Кара-Сал Эрес Доржуевич	Чаан (Слон)	2012-2013	1988	Наадым- 2010-2013
24	Хертек Андрей Валерьевич	Чаан (Слон)	2004-2006	1978	Наадым- 2005
25	Монгуш Айдамир Владимирович	Начын (Сокол)	2004-2008	1979	Наадым- 2002
26	Монгуш Начын Каадырович	Начын (Сокол)	2006-2009	1987	Наадым- 2008
27	Семис-оол Опанас Кууларович	Начын (Сокол)	2002-2006	1979	Наадым- 2007
28	Соян Сонам Сенгиевич	Начын (Сокол)	2007-2012	1990	Наадым- 2011
29	Бурбучук Буян Вячеславович	Начын (Сокол)	2008-2010	1988	Наадым- 2010
30	Монгуш Сылдыс Алдын- оолович	Начын (Сокол)	2009-2010	1988	Наадым- 2010
31	Ондар Руслан Романович	Начын (Сокол)	2009-2012	1988	Наадым - 2009
32	Тюлюш Сайын-Белек	Арзылан (Лев)	2012-2014	1984	Наадым- 2014
33	Кара-Сал Седен-Очур Алдын- оолович	Арзылан	2012-2014	1979	Наадым- 2012
34	Отчуржап	Начын	2011-2014	1988	Наадым-

.	Айдын Мергенович				2011
---	---------------------	--	--	--	------

В данной таблице прослежены данные борцов «Хуреш» с 1920 года по настоящее время, с титулами, и соревнованиями в которых они принимали участие.

Официальные первенства Тувы по борьбе «Хуреш» стали проводиться с 1921 г., после образования Тувинской Народной Республики.

Аяс Монгуш – боец из породы победителей. В борьбе, полной хитростей и уловок, он в совершенстве владеет своим мастерством. Он ведет борьбу, которую обыкновенные смертные понять не могут, и многие испытывают шок, оказавшись в паре с ним. На международном турнире в Токио японцы болезненно переживали победу тувинского борца Аяса Монгуша над их соотечественниками – двумя чемпионами мира и над действующим чемпионом страны. Это был полный крах иллюзий, что хозяевами дохье могут быть только представители Страны восходящего солнца.

Непобедимость Аяса Монгуша – это гимн счастливому творческому сотрудничеству таланта, труда и знаний своего дела. Своими победами на чемпионатах мира, Европы и Азии доказал, что он не только великий чемпион, он прежде всего истинный боец. Его имя вписано в Государственную книгу «Заслуженные люди Тувы XX века» (Ооржак С.Ы., 2005).

«Чаан моге» второй по значимости титул в спортивной иерархии тувинских борцов-хурешистов, таковыми являются Андрей Хертек, Эрес Кара-Сал, очень сильные борцы в республике. Андрей Хертек тренер-преподаватель РДЮСШ по национальной борьбе «Хуреш».

Эрес Кара-Сал Доржуевич, мастер спорта по вольной борьбе, по сумо «мастер спорта РФ», двукратный победитель среди молодежи в Европе по сумо.

Звание «Кучутен моге» (Исполин) добавилось к узаконенным ранее в регионе древним титулам "Чаан моге» (Слон) «Арзылан» (Лев) и «Начын»

(Сокол) за победы в тувинской борьбе хуреш. С нынешнего года звание Исполин будет присуждаться за выдающиеся успехи в этом виде спорта. Оно должно присваиваться пятикратному победителю абсолютных чемпионатов Тувы по хурешу на национальном празднике животноводов Наадыме при условии, что в каждом турнире участвовало не менее 128 борцов. Почетные титулы будут присваиваться по указу главы Тувы, для каждого обладателя за счет средств республиканского бюджета изготовят специальный нагрудный знак в виде медальона и удостоверение.

В Туве звания «Чаан моге» (Слон) принято удостоивать за три победы в аналогичном первенстве, а также за два, но при условии, что борец до этого дважды становился вице- чемпионом абсолютного чемпионата.

Звания Арзылан моге (Лев) достоин спортсмен, хоть раз, становившийся первым на таких соревнованиях, или трижды занимавший на них второе место. Наконец, к награде Начын моге (Сокол) представляют атлетов, единожды достигавших 2-4 мест или дважды занимавших с 5 по 8 места среди 128 участников на турнире по хурешу в честь Наадыма.

Таблица 4

Развитие национальных видов спорта в Республике Тува

№	Борьба «Хуреш»		Стрельба из лука		Конные скачки	
	Годы развития	Количество участников	Годы развития	Спортсмены и соревнования	Годы развития	Количество участвовавших скакунов
1.	1921-1928	32 участника	1930-1931 гг		1934, соревнования посвященные 13-летию ТНР	40 скакунов
2.	1930-1939	64 участника	1970-1980	Тутачикова Р.	1944, 30-летие присоединения ТНР	100 скакунов
3.	1942-	64 участника	1977-	Тутачикова	2011,	162 скакуна

	1948	ка	1979	Е. Игры доброй воли, Сырат В. чемпионат Европы	республиканские соревнования по конным скачкам	
4.	1949-1959	64участника	1980-1990	Хоз-оол В., Тонтоева Г., Доржу В., Дажы Ш., Саржат-оол В., Чамзо И., Чадамба А.	2012.г, республиканские соревнования по конным скачкам	366 скакуна
5.	1963-1970	64участника	1991-2004	Чургуй-оол С. мастер спорта	2013г., республиканские соревнования по конным скачкам на призы Дзун-Хемчикского кожууна	133 скакуна
6.	1970-1977	64участника	2005-2010	Куулар Сонома, чемпионат Европы	Наадым-2013	234 скакуна
7.	1978-1986	128участника	2010-2014	Чулдум Артыш мастер спорта международного класса чемпионат Европы	Республиканский турнир по конным скачкам посвященный 130-летнему юбилею «Восстания 60-ти богатырей» в Сут-Хольском кожууне	110 скакунов
8.	1987-1996	128	2012-2014	Оюн Михал, мастер		

				спорта международ ного класса, чемпионат Европы, чемпионат России, Чемпионат мира, бронзовый призер Летних Паралимпи йских игр Лондоне		
9.	1997- 2007	128				
10 .	2007- 2014	356				

В таблице 4 показано развитие национальных видов спорта в Республике Тыва с 1921 года, по 2014 год, в национальной борьбе «Хуреш» борцы-участники соревнований, с титулами, и соревнованиями в которых они участвовали и количество участников. В стрельбе из лука, видные спортсмены того периода со званиями и соревнованиями в которых участвовали, в скачках проходившие соревнования, также число участвовавших лошадей, по годам развития данного национального вида.

В 70–80-е гг. XX в. тувинская стрельба из лука получила в своем развитии новый качественный скачок. Впервые в истории Тувы мастерами спорта СССР становятся В. Сырат (1977) и Р. Тутатчикова (1980). Начинают работу секции по данному виду спорта.

Владимир Борисович Сырат является первым дипломированным тренером по стрельбе из лука. Он окончил факультет физического воспитания

Красноярского педагогического института. Долгие годы В.Б. Сырат работал старшим тренером и подготовил немало мастеров спорта по стрельбе из лука.

По его рассказу (газета «Молодежь Тувы» от 15–17 апреля 1983 г.) «... и в то далекое время не было даже мишени, щитов, не говоря о профессиональном луке – все делал сам из картона, ... стрелы для начинающих были деревянными, а потом уже появились пластиковые луки. Сейчас о них вспоминается только с улыбкой» [74]. С назначением Владимира Борисовича Сырата на должность старшего тренера по стрельбе из лука спортивный лук по-настоящему появился в современной Туве.

Первым стартом, в котором спортсмены Тувы проявили свои способности, стала Спартакиада Сибири и Дальнего Востока по национальным видам спорта в 1976 г. Лучники Тувы выступили неплохо, и после завершения турнира учредители соревнований помогли тувинскому тренеру приобрести двадцать настоящих львовских луков. Первые шаги в стрельбе из лука делали спортсмены общества «Урожай». Возродился лук и в других районах республики, особенно в далеком Тоджинском районе. В 1977 г. Сам В.Б. Сырат выполнил норматив мастера спорта СССР.

Много сильных лучников подготовили ведущие заслуженные тренеры Е.В. и Р.С. Тутатчиковы. Евгений и Раиса Тутатчиковы – чемпионы, выходцы из Тоджинского района, успешно руководили секцией в Тандынском районе. Их дочь Елена в 1985 г. Стала серебряным призером международных юношеских соревнований социалистических стран «Дружба». После чемпионата Европы Елена Тутатчикова участвовала в Играх доброй воли, выиграла Гран-при «Стрелы Петра» в Санкт-Петербурге, набрав 333 очка на дистанции 70 метров, в 16 лет она стала чемпионкой Европы в Ла-Тесте (Франция). Елена взяла в руки лук и стрелы, когда ей было три года, а в 13 лет уже выполнила норматив кандидата в мастера спорта СССР, в 14 лет норматив мастера спорта СССР, в 16 лет – в мастера международного класса. С 1985 г. И по настоящее время – член сборной России по стрельбе из лука, участница

XXVI и XXVIII летних Олимпийских игр 1996 г. В г. Атланте (США) и 2004 г. В г. Афины в составе сборной команды России [45].

Трехкратная чемпионка России, пятикратная обладательница кубка России. Приведем некоторые результаты из ее выступлений на мировой арене: чемпионка Европы среди молодежи (Франция, 1985); чемпионка СССР на коротких дистанциях (1986); победитель чемпионата СНГ (1995); чемпионка Европы лично и в команде (Чехия, 1995); серебряный призер чемпионата мира в помещении в команде (1995); серебряный призер Гран-при (Швейцария, 1995); IV место Гран – при (Анталия, Турция, 2001); серебряный призер Зимних и Летних чемпионатов Европы (2002, 2003); чемпионка Гран-при (Хорватия, 2002); чемпионка Зимних чемпионатов России (2004) и т. Д.

Воспитанница Тутатчиковых из Сосновской школы лучного спорта Люба Михайленко – одна из первых девочек деревни, выполнившая норматив мастера спорта СССР на чемпионате Россовета «Урожай» в г. Чите.

Турнир на приз «Стрелы Самбажыка» – один из немногих, где присваивалась выполнившим квалификационные нормативы почетное звание мастера спорта СССР. В Туву приезжали спортсмены – лучники из многих автономных республик – Якутии, Бурятии, Хакасии и Казахстана.

В 1981 г. 24 мая в Кызыле проходили VI Всероссийские игры молодежи по стрельбе из лука, где участвовали команды из Хабаровска, Перми, Иркутска, Читы, Бурятии, Якутска, Челябинска, Тувы и Алтая. Тувинские спортсмены одержали командное первенство.

В 80–90-х гг. XX в. мастерами спорта, чемпионами и призерами соревнований всесоюзного, российского и зонального масштаба становятся многие наши спортсмены. В их числе – Г. Тонтоева (Огнева) [38], В. Хоз-оол, В. Саржат-оол, В. Доржу, Б. Ондур, Ш. Дажы, И. Чамзо, А. Чадамба и многие другие [39], [40].

В Туве уже разработан и дает свои результаты системный подход к подготовке спортсменов высокого класса, работает высококвалифицированный тренерский коллектив.

В настоящее время тувинские спортсмены-лучники добиваются высоких результатов на различных соревнованиях. Например, на зимнем чемпионате России среди инвалидов в 2004 г. В Чебоксары студент IV курса факультета физической культуры и спорта Чургуй-оол Сылдыс занял первое место.

В первенстве Европы в 2008 г. В Дании школьница 11-го класса средней школы №5 Куулар Сонома заняла первое место и стала чемпионкой Европы.

В настоящее время среди тувинских лучников лидером является Чульдум Артыш Болатович, который занимается с 16 лет.

В первенстве России среди юношей в 2008 г. Занял 3-е место с 18 метров, в первенстве «Дети Азии» в личном и командном зачете занял 3-е место, в этом же году в первенстве России занял 1-е место в сборной России. В 2009 г. В первенстве России занял 1-е место и в Весенних стрельбах по России занял 2-е место с 70 м и 1-е место – с 90 м.

В 2010 г. В первенстве России с 70 м занял 2-е место, а в первенстве Европы в Италии занял 1-е место. В 2011 г. В Спартакиаде молодежи занял 1-е место, в первенстве России 2-е место. В 2012 г. В первенстве России занял 2-е место, а в первенстве мира, который проходил в г. Лас-Вегасе занял 1-е место.

Также еще один спортсмен-лучник показывает высшие результаты – Оюн Михаил Кара-оолович. В 2010 г. В чемпионате Европы среди инвалидов занял 1-е место, в чемпионате России – 1-е место, в 2011 г. в чемпионате России занял 1-е место, в чемпионате мира 1-е место, в 2012 г. В чемпионате Европы занял 3-е место, и в 2012 г. Удостоен права принимать участие в Летних Паралимпийских играх в Лондоне (Англия), в настоящее время он бронзовый призер получил золотую медаль в командном зачете на Паралимпийских играх в Лондоне по стрельбе из лука.

В конную секцию, рассчитанную на 70 человек, было принято более ста учеников, по словам Татьяны Мостовой, тренера Кызылского ипподрома.

В честь празднования 30-летия присоединения ТНР к СССР 13 октября 1944 г. Были проведены скачки на только, что открывшемся Кызыльском ипподроме. В скачках участвовало более ста скакунов с Тандынского, Бий-Хемского, Каа-Хемского, Тес-Хемского, Улуг-Хемского районов. Участники сначала были построены на парадный марш со своими лошадьми. В первом заезде участвовали известные скакуны, такие как Зефир, Казбек, Веселый, Иноходец, Спутник, на дистанцию на 1 800 метров. В упорной борьбе первым к финишу пришел Спутник наездником которого был Николай Дыртый-оол, опередивший своего преследователя на 2,5 секунды. Примечательно то, что в другой скачке первое место заняла девушка, Мария Салчак на Ветерке была быстрее всех. Было еще много скачек на дистанции 2400, 1800, 3400 метров.

Глава Тувы Шолбан Кара-оол в ходе республиканских соревнований по конным скачкам, прошедшим 23 апреля 2011 года, обратил особое внимание на безопасность детей-наездников, участвующих в соревнованиях. Как правило, хозяева спортивных лошадей привлекают в качестве наездников несовершеннолетних от 12 до 16 лет, тогда как призы достаются только взрослым владельцам скакунов. Премьер порекомендовал президенту федерации конного спорта Тувы разработать проект нормативных документов, предусматривающих обеспечение безопасности наездников, защиту их прав, а также материальное поощрение.

В республике требуется развивать профессиональный конный вид спорта. Восстановить Кызылский ипподром, который заброшен и привлекает бездомных, оборудование разворовано в 90-е гг. прошлого века.

Как сообщил вице-премьер республики Валентин Ендан, в 2011 г. Из федерального бюджета на развитие коневодства в Туве поступило дотаций в размере 2 млн. 154 тыс. бюджетом Тувы предусмотрен 1 млн. 871 тыс.

Местная порода лошадей была занесена во всероссийский реестр в 1993 г. И основными заводчиками являются ГУП «Чодураа» и ГУП «Ишкин» и ряд

других частных хозяйств. Однако существуют проблемы с идентификацией местной породы. Некоторую часть поголовья лошадей трудно отнести к чистокровным: из-за того что в последнее время постоянный селекционный учет не велся.

Проводятся соревнования по конным скачкам, 22 апреля 2011 года прошли республиканские соревнования по конным скачкам. По сложившейся традиции, турнир конников пройдет в местечке Бора-Булак близ центра Дзун-Хемчикского района города Чадана. На скачках устроили 5 заездов на различные дистанции от 10 до 25 км.

Также на ежегодном празднике животноводов «Наадым-2011» 13 августа, в местечке Тос-Булак в соревновании по конным скачкам было 162 участника, скакуны старше 4 – лет на дистанции 25 км (Улуг чугурук малдар), Рысаки старше 4 – лет на дистанции 15 км (Улуг челер) было 31 участник, рысаки и иноходцы до 4-х лет на дистанции 10 км, 34 участника, скакуны до 4-х лет на дистанции 15 км (аныяк чугурук малдар) 138 участников, скакуны старше 4-х лет на дистанции 15 км (улуг чыраа малдар) 17 участников.

22 апреля 2012 года в пригороде Чадана прошли республиканские соревнования по конным скачкам. В самой длинной дистанции 30 км-победителем заезда становится конь, принадлежащий Альберту Иргиту из села Хемчик Бай-Тайгинского района. В скачках участвовало 366 лошадей, в том числе-130 в возрасте до 4-х лет. Победителем в дистанции 20 км стал конь, принадлежащий Анатолию Ондару жителю Баян-Тала Дзун-Хемчикского района. Два главных приза- автомобили «ВАЗ», которые были вручены победителям скачек на самых сложных дистанциях в 20 и 30 км.

«Наадым-2012» 14-15 августа, на дистанции 25 км скакуны до 4-х лет было 52 участника, рысаки старше 4-х лет на дистанции 15 км, 27 участников, рысаки и иноходцы до 4-х лет на дистанции 10 км 27 участников, скакуны до 4-х лет на дистанции 15 км, 176 участников, скакуны тувинской породы на дистанции 40 км 254 участника, скакуны старше 4-х лет на дистанции 15 км, 18 участников.

30 апреля 2013 года прошел юбилейный спортивный сезон массовых конных скачек в местечке Бора-Булак. Инициаторами проведения скачек выступили администрация района и Федерация конного спорта республики. Программой соревнования предусмотрены скачки рысаков и иноходцев в возрасте 4-х лет на дистанции 10 км, скачки лошадей в возрасте до 4-х лет на 15 км, скачки рысаков и иноходцев под седлом старше 4-х лет на 15 км, скачки лошадей пород на 25 км.

Открытие XX-го спортивного сезона Республиканского соревнования по конным скачкам на призы Дзун-Хемчикского кожууна. Скакуны старше 4-х лет на дистанции 25 км, 100 участников, Рысаки старше 4-х лет на дистанции 15 км, 48 участников, рысаки и иноходцы до 4-х лет на дистанции 10 км, 50 участников, тувинская порода лошадей на дистанции 25 км, 195 участников, скакуны до 4-х лет на дистанции 15 км, 133 участника.

«Наадым-2013» посвященный 250-летию со дня основания села Самагалтай и 90-летию образования Тес-Хемского кожууна 12 июля 2013 приняли участие 234 участника, из них рысаки и иноходцы до 4-х лет на дистанции 10 км, 32 участника, скакуны до 4-х лет на дистанции 15 км, 38 участников, рысаки старше 4-х лет на дистанции 15 км, 35 участников, иноходцы старше 4-х лет на дистанции 15 км, тувинская порода на дистанции 40 км, 110 участников, скакуны старше 4-х лет на дистанции 30 км, 19 участников.

Республиканский турнир по конным скачкам посвященное 130-летнему юбилею «Восстания 60-ти богатырей» в Сут-Хольском кожууне , 20 сентября 2013 года. Рысаки и иноходцы до 4-х лет на дистанции 10 км, 15 участников, скакуны до 4-х лет на дистанции 15 км, 25 участников, рысаки и иноходцы до 4-х лет на дистанции 15 км, 25 участников, иноходцы старше 4-х лет на дистанции 15 км, 12 участников, скакуны старше 4-х лет на дистанции 25 км, 110 участников

В сфере физической культуры и спорта в Республике Тыва особое внимание уделено совершенствованию и развитию нормативно-правового

обеспечения, реализуется Стратегия развития физической культуры и спорта в Республике Тыва на период до 2020 г., республиканская целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Республике Тыва». Создан Совет по физической культуре и спорту при Председателе Правительства Республики Тыва», что способствовало повышению внимания органов исполнительной, законодательной власти всех уровней к вопросам развития физической культуры и спорта. Важное значение отводится вопросам подготовки спортивного резерва.

В 2011 г. Впервые выделены субсидии из федерального бюджета республике на поддержку спортивных организаций, осуществляющих подготовку спортивного резерва. Исполняются распоряжение Правительства Республики Тыва «О мерах по развитию системы подготовки спортивного резерва в Республике Тыва и спортсменов Республики Тыва – кандидатов в спортивные сборные команды Российской Федерации для участия в Играх XXX летней Олимпиады и XIV Паралимпийских летних играх 2012 г. В г. Лондоне (Великобритания)», постановление Правительства Республики Тыва «Об утверждении Плана комплексных мер по совершенствованию профессионального образования в области физической культуры и спорта в Республике Тыва до 2013 г.».

Создана система стимулирования спортсменов, тренеров за высокие спортивные достижения за счет средств республиканского бюджета Республики Тыва путем реализации постановлений Правительства Республики Тыва «Об утверждении Положения о порядке выплаты единовременного вознаграждения спортсменам, представляющим Республику Тыва и выступающим на официальных соревнованиях в составе сборных команд Российской Федерации или Республики Тыва, и тренерам, подготовившим указанных спортсменов», «Об утверждении Положения о стипендиях Председателя Правительства Республики Тыва спортсменам Республики Тыва, спортсменам Республики Тыва – членам сборных команд России», «Об утверждении Положения о порядке и условиях предоставления

субсидии на строительство (приобретение) жилья спортсменам Республики Тыва, завоевавшим звания чемпионов или призеров Олимпийских игр, Паралимпийских игр, Сурдлимпийских игр, чемпионов мира, чемпионов Европы по олимпийским видам спорта, и их спортивным тренерам».

За 5 лет спортсмены республики приняли участие в более 200 соревнованиях, только в 2011 г. Более 180 ведущих спортсменов приняли участие в 47 соревнованиях за пределами республики по различным видам спорта. Общее количество медалей, завоеванных нашими спортсменами на соревнованиях различного уровня с 2007 по 2011 г., составляет – 818, из них золотых медалей – 210, серебряных медалей – 295, бронзовых медалей – 313. В составы сборных команд России (основной и резервной) на 2011 г. Включено 42 спортсмена республики, по сравнению с 2007 г. Увеличилось на 50 %, получили единовременные выплаты Председателя Правительства Республики Тыва 29 ведущих спортсменов, 13 тренеров-преподавателей.

Исполнение Соглашений между Правительством Республики Тыва и Министерством спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации «О сотрудничестве и взаимодействии в области развития физической культуры и спорта», «Об утверждении правил оказания адресной поддержки спортивным организациям, осуществляющим подготовку спортивного резерва для сборных команд Российской Федерации», между Министерством по делам молодежи и спорта Республики Тыва и муниципальными органами исполнительной власти Республики Тыва «О сотрудничестве» позволили создать систему софинансирования при реализации целевых программ, направленных на развитие физической культуры и спорта. Так, по федеральной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006–2015 гг.» с 2012 по 2014 г. Планируется строительство ФОКов в с. Бай-Хаак (2012 г.), с. Сарыг-Сеп (2013 г.), с. Эрзин (2014 г.), плавательного бассейна в г. Ак-Довураке (2013 г.), футбольных полей с искусственным покрытием в п. Каа-

Хем (2012 г.), г. Туране (2013г.), Спортивно-культурного центра в п. Каа-Хем (с 2013 г.).

С 2007 г. Введены новые объекты: Универсальный спортивный комплекс в г. Кызыле «Субедей», Спортивные залы в с. Ак-Чыраа Овюрского кожууна, в с. Кара-Чыраа Сут-Хольского кожууна, Футбольные поля с искусственными покрытиями в г. Кызыл и Шагонаре, Пристройки спортивного зала к Тувинскому республиканскому лицей-интернату, г. Кызыл, к школе № 1 в г. Туране Пий-Хемского кожууна, к школе № 8 г. Кызыл, реконструкция плавательного бассейна спорткомплекса имени Ивана Ярыгина г. Кызыл, Плавательные бассейны в г. Шагонар и ТувГУ. Всего из республиканского бюджета в рамках республиканской целевой программы в течение 5 лет были выделены на строительство данных объектов 596,5 млн. руб., в том числе за счет федерального бюджета – 203,5 млн. руб., республиканского бюджета – 393,0 млн. руб.

В 2007 г. Всего проведены 62 спортивно-массовых мероприятий, в 2008 г. – 72, в 2009 г. – 86, в 2010 г. – 78 (с охватом более 79 тыс. чел.), в 2011 г. – 75 (с охватом более 12 тыс. чел.). За период с 2007 по 2011 г. В Республике Тыва проведены крупные спортивные соревнования: Чемпионат Сибирского федерального округа по вольной борьбе среди мужчин, Первенство Сибирского федерального округа по вольной борьбе среди студентов, Международный турнир по борьбе сумо, Международные соревнования по национальной борьбе кочевых народов Мира, Международный турнир и Чемпионат России по СЛА-планерному спорту, Первенство Сибирского федерального округа по вольной борьбе среди юношей, ежегодно проводятся Всероссийские турниры: по комплексному единоборству на призы С.С-Б. Монгуш и «Центр Азии» по вольной борьбе.

С 2007 г. Добавились новые виды спорта, которые успешно начали развиваться в республике, такие как художественная гимнастика, хоккей с шайбой, лыжероллеры. Увеличено количество отделений в ДЮСШ по видам спорта сумо, каратэ. В 2009 г. Открыта Республиканская детско-юношеская

спортивная школа по восточным единоборствам «Чеди-Хаан», где открыты группы для занятий по каратэ, тхэквондо, ушу. Создана система взаимодействия со спортивными федерациями Республики Тыва, заключены Соглашения «О сотрудничестве», аккредитовано 12 спортивных федераций, объявлен конкурс на лучшую спортивную федерацию.

В 2011 г. Начата работа по совершенствованию работы ДЮСШ, кадровому обеспечению отрасли. В этих целях принято постановление Правительства Республики Тыва «Об утверждении Плана комплексных мер по совершенствованию профессионального образования в области физической культуры и спорта в Республике Тыва до 2013 г.» от 6 октября 2011 г. № 586, позволившее разработать и приступить к реализации программ повышения квалификации тренеров-преподавателей ДЮСШ на базе кафедры по молодежной политике и дополнительному образованию Тувинского института переподготовки и повышения квалификации кадров и факультета физической культуры ТГУ. Курсы повышения квалификации прошли 16 тренеров-преподавателей, на выездных курсах 4 человека, направлены на повышение квалификации 14 тренеров-преподавателей на менеджера по физической культуре и спорту и тренеров по адаптивному спорту. В республике функционирует 22 ДЮСШ, где по состоянию на 1 января 2012 г. В 114 отделениях по 20 видам спорта занимаются 15046 учащихся (2010 г. – 15016 человек), в том числе: 12838 человек в возрасте от 6 до 15 лет, и 3171 – женщин. Из числа занимающихся спортсменов разрядников – 3915 человек (26%), спортсменов разрядников подготовленных за отчетный год – 1925 (13%).

С 2011 г. Введена система проведения массовых спортивно-оздоровительных мероприятий, Спартакиадного движения среди трудовых коллективов по массовым видам спорта. С 2011 г. В республике проводятся этапы всероссийских соревнований «Лыжня России» (более 600 участников), «Российский азимут» (600), «Оранжевый мяч» (400), «Кросс нации» (1300), а также республиканские соревнования, посвященные национальным

праздникам Шагаа, Наадым, Дню Республики, республиканский детский Фестиваль по борьбе «Хуреш». Приняты меры по созданию безбарьерной среды для маломобильных граждан в спортивных объектах, реализуются программы утренних спортивных зарядок для населения, школьников, производственных гимнастик для трудовых коллективов, начата программа подготовки общественных инструкторов по спорту, благоустроены 148 открытых плоскостных спортивных сооружений по месту жительства и учебы, введены 18 спортивных площадок по месту жительства.

В 2011 г. Продолжена работа по развитию национальных видов спорта. Подготовлены документы для внесения во всероссийский реестр вида спорта – национальная борьба «Хуреш». Ежемесячно проводятся соревнования по национальной борьбе «Хуреш». В национальные праздники проводятся конные скачки, национальная стрельба из лука (кара адар). С каждым годом увеличивается число участников соревнований по борьбе посвященном Дню защиты детей, где участвуют дети от 5 до 16 лет. В 2010 г. 1 июня участвовало более 700 юных борцов, а в 2011 г. Около 1 000. Министерством по делам молодежи и спорта Республики Тыва разработана и реализуется Программа тувинской национальной борьбы «Хуреш» для учащихся начального общего образования.

Таким образом, вышеизложенный исторический и этнографический обзор свидетельствует о том, что народные игры и состязания занимали важное место в жизни тувинского народа. Игры и состязания возникали в процессе сложной коллективной жизни и развития общественного сознания людей. Их источник – трудовая деятельность человека. У всех народов игры и состязания стали необходимой частью народной системы физического воспитания.

2.2. Концепция развития национальных видов спорта в Республике Тува, и эффективность реализации

Концепция – (от лат. conception – понимание, система, единый замысел, ведущая мысль) – определенный способ понимания трактовки какого-либо явления.

Функция концепции:

- увеличение численности занимающихся национальными видами спорта, улучшении физической подготовки и физического развития населения республики;
- обеспечение гражданам равных возможностей занятий национальными видами спорта независимо от доходов и благосостояния;
- формирование у населения, особенно у детей и подростков устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях национальными видами спорта и навыков здорового образа жизни.

Реализация концепции:

- создание организационно-управленческих, нормативно-правовых, материально-технических, социально-педагогических и медико-биологических условий для вовлечения различных категорий и групп населения в регулярные занятия национальными видами спорта, подготовки спортсменов высокого класса;
- обеспечение межведомственного и многоуровневого подхода к вопросам организации отдыха населения, способствующего формированию здорового образа жизни, базовым элементом которого являются национальные виды спорта;
- создание постоянно действующей информационно - пропагандийской и просветительско-образовательной системы, направленной на вовлечение в активные занятия национальными видами спорта, на всех этапах жизнедеятельности человека.

Эффективность концепции:

Для эффективного развития национальных видов спорта необходимо обеспечить гармоничное сочетание государственного и общественного управления. В связи с этим возрастает роль федераций по национальным видам спорта.

Механизм реализации национальных видов спорта должен осуществляться через:

- урочные формы занятий;
- дополнительные факультативные занятия;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня;
- спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Введение

Концепция развития национальных видов спорта Республики Тува на 2014-2020 г.г. (далее – Концепция) разработана в соответствии с положениями Стратегии развития физической культуры и спорта Республики Тува на период до 2020 года, во исполнение распоряжения Председателя Правительства Республики Тува от 19 ноября 2010 г. №511.

Разработка Концепции обусловлена необходимостью постановки новых целей и корректировки подходов с учетом достигнутых в настоящее время результатов в выполнении большей части задач, определенных в Концепции развития национальных видов спорта в Республике Тыва в первой четверти XXI века.

В Концепции определены стратегические подходы к дальнейшему развитию национальных видов спорта Республики Тыва, основанные на достигнутом уровне их популяризации и культивирования в Российской Федерации и интеграции в международное спортивное движение. Данная Концепция будет служить целевым ориентиром органам государственной власти, местного самоуправления, спортивным сообществам для реализации своих полномочий и функций по организации развития национальных видов

спорта Республики Тува, а также основой для разработки и реализации программных документов в данной области или отдельных направлениях.

Нормативно-правовая база

- Федеральный закон от 4 декабря 2007 года N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
- Закон Республики Тыва от 12 февраля 2009 года № 1127 ВХ-2 «О физической культуре и спорте в Республике Тыва».
- Стратегия развития физической культуры и спорта до 2020 года, утвержденная постановлением Правительства Республики Тыва от 19 ноября 2010 года № 511.
- Постановление Правительства Республики Тыва от 11 ноября 2013 года № 638 «Об утверждении государственной программы Республики Тыва» «Развитие физической культуры и спорта до 2020 года».
- Постановление Правительства Республики Тыва от 30 мая 2011 года № 291 «О концепции развития туризма в республике Тыва до 2015 года».

I. Цели и задачи Концепции

Целью настоящей Концепции является совершенствование системы, обеспечивающей создание и укрепление правовых гарантий, экономических, организационных и социальных условий для развития национальных видов спорта – культурного наследия народов Тувы, эффективного использования их потенциала для достижения целей государственной политики в области физической культуры и спорта, интеграции во всероссийское спортивное движение.

Для достижения цели должны быть решены основные задачи по уровням развития:

в Республике Тыва:

- 1) Совершенствование взаимодействия органов государственной власти, местного самоуправления, спортивных федераций, общественных спортивных организаций, предприятий и учреждений для развития и ресурсного обеспечения национальных видов спорта.
- 2) Обеспечение равных возможностей для населения Республики Тыва, доступности занятий национальными видами спорта в целях оздоровления и организации досуга граждан, независимо от места жительства и социального статуса.
- 3) Развитие отделений федераций национальных видов спорта в кожуунах Республики.
- 4) Развитие межведомственного взаимодействия в совершенствовании системы непрерывной подготовки спортивного резерва и спортсменов высокого класса.
- 5) Внедрение национальных видов спорта и народных игр в адаптивную физическую культуру.
- 6) Совершенствование научно-методического обеспечения национальных видов спорта и народных игр республики Тыва.
- 7) Совершенствование системы подготовки, переподготовки и повышения квалификации кадров в области национальных видов спорта.
- 8) Развитие информационного сопровождения, издательской деятельности и формирования позитивного имиджа национальных видов спорта.
- 9) Улучшение системы мер социальной поддержки и поощрения специалистов и спортсменов.
- 10) Укрепление материально-технической инфраструктуры для занятий национальными видами спорта.
- 11) Создание отрасли по производству спортивного инвентаря и оборудования для занятий национальными видами спорта.

в Российской Федерации:

- 1) Создание условий для популяризации и культивирования в Российской Федерации национальных видов спорта Республики Тыва: борьбы «Хуреш», стрельбы из лука, конных скачек.
- 2) Расширение взаимодействия с государственными, общественными и ведомственными органами управления физкультурой и спортом.
- 3) Развитие государственно-частного партнерства в области национальных видов спорта.
- 4) Внедрение в практику занятий национальными видами спорта результатов научных исследований в области теории и методики физической культуры, спорта высших достижений и спортивной медицины.
- 5) Организация информационно-просветительской и издательской деятельности.

II. Современное состояние и перспективы развития национальных видов спорта в Республике Тыва

В начале XXI века, в результате деятельности Республиканского центра национальных видов спорта национальные виды спорта получили значительный импульс в развитии, о чем свидетельствует повышение численности систематически занимающихся национальными видами спорта, численности спортсменов массовых разрядов и высокой спортивной квалификации. Значительно расширилась система соревнований, включая проведение комплексных Спартакиад по национальным видам спорта, республиканских чемпионатов и турниров.

На современном этапе в Республике Тыва в результате последовательного проведения эффективной государственной политики, национальные виды спорта стали неотъемлемой частью системы физической культуры – как оздоровительно-массового сегмента, так и спорта высших достижений.

В решении экономических и социальных проблем общества потенциал национальных видов спорта используются пока недостаточно эффективно. Отсутствие совершенного механизма ресурсного обеспечения организации их культивирования путем государственно-частного партнерства не позволяет эффективно развивать индустрию национальных видов спорта, как самостоятельную сферу предпринимательства, включая изготовление спортивного оборудования и инвентаря, спортивной одежды, сувенирной продукции, рекламную деятельность, а также закреплять исключительные права на объекты, торговые знаки в области национальных видов спорта.

В связи с этим, недостаточно используется потенциал национальных видов спорта в формировании позитивного имиджа республики, повышении инвестиционной привлекательности Республики Тыва, привлечении финансовых возможностей крупного и малого бизнеса, инвесторов и спонсоров как в сфере физической культуры и спорта, так и экономики, социальной сферы республики в целом.

Для рационального использования ресурсов в достижении данных целей предлагается ранжирование национальных видов спорта по уровням развития с учетом объективного состояния их культивирования и сложившейся системы подготовки спортсменов высокой квалификации и массового спорта:

- для борьбы «Хуреш» предлагается дальнейшая популяризация в республике в целях раннего привлечения к занятиям вольной борьбой и рекреации борцов вольного стиля высокого класса;
- борьба «Хуреш» будет развиваться самостоятельно, на республиканском, российском и уровнях как самостоятельный вид единоборства.
- для настольных игр народов Тувы предлагается развитие как составной части дополнительного образования школьников и адаптивной физической культуры.
- для стрельбы из лука, конных скачек предлагается дальнейшая популяризация в Республике Тува.

При этом массовое привлечение населения республики к систематическим занятиям всеми национальными видами остается главным приоритетом.

1). Показатели развития национальной борьбы «Хуреш»

1. Количество республиканских соревнований и участников

Таблица 5

Годы:	2009	2010	2011	2012	2013
Количество участников:	1032	1404	1080	936	1296
Количество соревнований:	12	18	15	13	18

С 2009 по 2013г.г. количество участников в соревнованиях возросло на 6356 чел. (36%), количество соревнований на 44 (38,2%). На данной таблице показано как по годам увеличивается количество принимавших участников в соревнованиях, это происходит потому, что люди в наше современное время интересуются своими национальными видами спорта.

2. Количество занимающихся НВС в РТ

Таблица 6

Годы:	2009	2010	2011	2012	2013
Количество человек:	208	167	241	229	231

С 2008 по 2013г.г. количество занимающихся НВС (национальные виды спорта) в РТ возросло на 1076чел.(26,42%). В данной таблице по показателям видно, что число занимающихся из года в год все больше, и это отражено в цифрах.

3. Количество занимающихся НВС в ДЮСШ РТ

Таблица 7

Годы:	2009	2010	2011	2012	2013
Количество человек:	560	578	620	634	675

В таблице 7 видно, что число занимающихся детей, хоть по малу увеличивается, из года в год, что указывает на интерес и увлечение подрастающего поколения своими национальными видами спорта.

4. Доля школьников от численности всего занимающихся НВС в РТ

Таблица 8

Всего:	10505 чел.(100%)
Количество школьников, занимающихся НВС:	2580 чел.(23,7%)

В таблице 8 рассмотрено, что по всей республике количество занимающихся школьников национальными видами спорта, увеличивается в процентах от общего количества всех учащихся.

5. Финансирование мероприятий по национальным видам спорта

Таблица 9

Наименование мероприятий	Финансирование по годам, тыс. руб.				
	2009	2010	2011	2012	2013
Республиканские соревнования по НВС	580,0	1300,0	1407,9	1500,0	1545,0
Городские соревнования по НВС	-	-	-	630,0	640,0

Всего	580,0	1300,0	1407,9	2130,0	2185,0

III. Кадровое обеспечение

Одна из наиболее актуальных проблем национальных видов спорта - это кадровая проблема. В целях ее решения осуществляется комплекс мер по созданию условий для оперативной подготовки квалифицированных кадров, способных вести обучение и воспитание детей. Основным в этом комплексе является открытие на всех факультетах Тувинского Государственного Университета, а также во всех сузах Республики Тыва выпускники, которых направляются в школы кожуунов республики.

В высших профессиональных учебных заведениях не уделяется должное внимание качеству подготовки кадров, выпускники слабо владеют методикой преподавания. Концепцией предполагается усиление контроля за качеством подготовки педагогических кадров, проведение стажировки учителей школ районов.

Для обеспечения динамического развития национальных видов спорта необходимо создать устойчивую систему подготовки и переподготовки кадров, включая подготовку:

- тренерско-преподавательского состава;
- судей для проведения соревнований;

В числе задач подготовки кадров по виду спорта на базе учреждений профессионального образования:

- открытие в учебных заведениях соответствующей специальности в рамках подготовки специалистов, получающих среднее специальное образование, бакалавров, магистров, совершенствование программ повышения квалификации и профессиональной переподготовки;
- подготовка и издание необходимой учебно-методической научной литературы по национальным видам спорта.

Предусматриваются также меры по изменению содержания подготовки и переподготовки педагогических кадров с обращением особого внимания на повышение их общекультурного и этнокультурного уровня.

IV. Система мероприятий по развитию национальных видов спорта

Для решения имеющихся проблем и достижения целей Концепции по дальнейшему развитию национальных видов спорта Республики Тува необходим комплексный подход по следующим направлениям:

1. Нормативно-правовое обеспечение

- 1.1. Утверждение Правительством Республики Тува и реализация Комплекса мероприятий по развитию национальных видов спорта на 2013-2016 г.г. и на 2017-2020 г.г.
- 1.2. Принятие нормативно-правовых актов, устанавливающих нормативы финансирования спортивных и учебно-тренировочных мероприятий, материально-технического обеспечения спортивных сборных команд Республики Тува.
- 1.3. Учреждение грантов Правительства Республики Тува в области национальных видов спорта.
- 1.4. Участие в развитии федерального законодательства в области национальных видов спорта.
- 1.5. Утверждение всероссийских квалификационных нормативов по национальным видам спорта.

2. Организационные мероприятия

- 2.1. Инициирование работы по развитию национальных видов спорта в рамках деятельности Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта.

2.2. Создание совещательного органа по координации развития национальных видов спорта и игр народов Тувы при Председателе Правительства Республики Тува.

2.3. Создание и организационное развитие федераций национальных видов спорта Республики Тува в кожуунах, в субъектах Российской Федерации.

2.4. Создание клубной системы организации спортивно-массовой работы в сфере национальных видов спорта на предприятиях и организациях Республики Тува.

2.5. Создание Студенческой лиги национальных видов спорта Тувы.

3. Совершенствование системы спортивной подготовки

3.1. Закрепление функций ГБУ «Республиканский центр национальных видов спорта »:

3.1.1 по координации межведомственного взаимодействия в обеспечении непрерывной системы подготовки спортсменов, включая подготовку спортивного резерва, по видам, включенным в республиканский Реестр национальных видов спорта»

3.1.2 по формированию, организационному и ресурсному обеспечению сборных команд Республики Тува по национальным видам спорта, включенным во Всероссийский реестр видов спорта.

3.2. Создание опорных центров подготовки спортсменов по национальным видам спорта в муниципальных образованиях республики.

3.3. Внедрение комплексных мер по материальному и моральному стимулированию перспективных спортсменов в национальных видах спорта Республики Тува.

3.4. Внедрение комплекса мер социальной поддержки спортсменов, тренеров и специалистов различного профиля, работающих со сборными командами по национальным видам спорта, включая оказание социально-психологической,

медицинской реабилитационной помощи ведущим спортсменам республики и ветеранам спорта, страхование профессиональной спортивной деятельности.

4. Подготовка спортивного резерва

- 4.1. Создание Республиканской детско – юношеской школы по национальным видам спорта.
- 4.2. Увеличение штата тренеров ГБУ РТ в кожуунах республики.
- 4.3. Создание на базе ГБУ «Республиканский центр национальных видов спорта» экспериментальных молодежных сборных команд по национальным видам спорта, включенным во Всероссийский реестр видов спорта.
- 4.4. Учреждение ежегодных стипендий Председателем Правительства Республики Тува лучшим молодым спортсменам Республики Тува по национальным видам спорта.
- 4.5. Внесение предложений в установленном порядке в Министерства спорта Российской Федерации о включении соревнований по борьбе «Хуреш», стрельбе из лука, конным скачкам в программы летних спартакиад учащихся республики.

5. Совершенствование системы соревнований по национальным видам спорта

- 5.1. Упорядочение системы республиканских соревнований по национальным видам спорта путем включения в Единый календарный план физкультурно – оздоровительных и спортивно – массовых мероприятий зональных, ведомственных, кубковых соревнований.
- 5.2. Включение соревнований и презентационных выступлений по национальным видам спорта в программы праздников Республики Тува.

5.3. Включение в Единый календарный план межрегиональных, физкультурных и спортивных мероприятий соревнований по национальным видам спорта.

6. Развитие национальных видов спорта в городах и кожуунах Республики Тува

6.1. Содействие развитию организационной структуры федераций национальных видов спорта в муниципальных образованиях Республики Тува.

6.2. Принятие муниципальных программ развития национальных видов спорта.

6.3. Строительство спортивных сооружений для занятий национальными видами спорта в муниципальных образованиях Республики Тува.

6.4. Оснащение спортивным инвентарем и оборудованием учреждений физической культуры и спорта, предоставляющих услуги в области национальных видов спорта в районах и городах Республики Тува.

6.5. Оплата проезда спортсменов отдаленных районов к местам проведения республиканских соревнований.

6.6. Организация системы государственного и муниципального заказа по кадровому обеспечению детско-юношеских спортивных школ, отделений по национальным видам спорта, физкультурно-спортивных организаций в районах и городах республики.

6.7. Методическая помощь и отбор перспективных молодых спортсменов по национальным видам спорта (выезды специалистов, тренеров в отдаленные кожууны)

7. Содействие улучшению ресурсного обеспечения развития национальных видов спорта

7.1. Закрепление официального спонсора ГБУ «Республиканский центр национальных видов спорта» и официальных спонсоров республиканских федераций национальных видов спорта.

7.2. Обеспечение софинансирования программно-целевых мероприятий Республики Тува по организации национальных видов спорта из бюджетов разного уровня, внебюджетных источников.

7.3. Финансовое обеспечение организационных взносов для участия в международных спортивных мероприятиях.

7.4. Передача из высвобождающихся объектов недвижимости республиканской собственности в оперативное управление Министерству по молодежной политике и спорту РТ для создания круглогодичной базы по проведению учебно-тренировочных сборов по НВС.

7.5. Реализация проектов государственно-частного партнерства путем привлечения к совместной рекламной, маркетинговой, издательской деятельности предприятий республики, государственной поддержки предпринимательства по изготовлению сертифицированного оборудования и инвентаря для занятий национальными видами спорта, производства формы и спортивной одежды, а также сувенирной продукции.

8. Совершенствование системы подготовки и повышения квалификации специалистов в области национальных видов спорта

8.1. Создание системы целевой подготовки, повышения квалификации и аттестации управленческих и тренерских кадров для сферы национальных видов спорта.

8.2. Обеспечение подготовки и повышения квалификации судей по национальным видам спорта.

8.3. Организация обмена опытом, семинаров, мастер-классов, учебно-тренировочных сборов с участием ведущих российских, зарубежных специалистов в области национальных видов спорта.

8.4. Проведение научно-практических и методических, обучающих семинаров и конференций по национальным видам спорта для учителей физкультуры и тренеров общественников.

8.5. Организация ежегодного конкурса на звание «Лучший тренер-преподаватель по национальным видам спорта Республики Тува».

9. Научно-методическое обеспечение

9.1. Создание комплексной научной группы (КНГ) для организации научно-методического, медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва по национальным видам спорта Республики Тува.

9.2. Организация мониторинговых исследований физического развития и физической подготовленности спортсменов, занимающихся национальными видами спорта.

9.3. Разработка учебных программ, издание методических комплексов по национальным видам спорта для дошкольных и общеобразовательных учебных заведений, ДЮСШ, ССУЗов и ВУЗов.

9.4. Издание учебно-методических пособий и правил соревнований по национальным видам спорта.

9.5. Создание электронных учебно-методических пособий по национальным видам спорта.

10. Информационное сопровождение

10.1. Обеспечение информационно-рекламной поддержки национальных видов спорта на безвозмездной основе средствами массовой информации, финансируемыми из средств Государственного бюджета Республики Тува и муниципальных бюджетов.

10.2. Создание и сопровождение web- сайта национальных видов спорта Тувы

с синхронизацией на иностранных языках, размещение ссылок на данный ресурс на популярных спортивных web-сайтах Российской Федерации и мира.

10.3. Организация мероприятий по выявлению, награждению лучших спортсменов, тренеров, судей в области национальных видов спорта.

V. Материально-техническое обеспечение национальных видов спорта

Одним из основных условий развития национальных видов спорта является обновление материально-технической базы дошкольных учреждений, школ, средних, высших учебных заведений.

На основе изучения конкретной этнодемографической обстановки, социокультурных и образовательных запросов вносятся коррективы в ранее принятую Комплексную программу развития образования республики до 2008 г., что обеспечит расширение сети национальных учебных и воспитательных заведений и выравнивание районов по обеспеченности спортивным инвентарем.

Разрабатываются и реализуются социально гарантированные нормы материально-технического обеспечения школьным, учебным, медицинским, спортивным и другим оборудованием. Концепцией предусматривается целенаправленное изучение состояния материально-технической базы национальных школ, способствующее системному обеспечению школ необходимым оборудованием. Концепция также предполагает разработку специальной программы развития материально-технической базы школ.

VI. Этапы реализации и ожидаемые результаты

1 этап: 2014 - 2016 г.г.

2 этап: 2017 - 2020 г.г.

Таблица 9

Ожидаемые результаты

<p>Количество систематически занимающихся национальными видами спорта</p>	<p>Увеличение количества систематически занимающихся национальными видами спорта:</p> <ul style="list-style-type: none"> • взрослое население: <ul style="list-style-type: none"> - 2016 год – 30 000 человек; - 2020 год - 40 000 человек РТ); • школьники: <ul style="list-style-type: none"> - 2016 год – 20 000 человек; - 2020 год - 30 000 человек РТ);
<p>Физкультурно – массовая, оздоровительная работа с населением в Республике Тува</p>	<p>- удвоение числа охваченных физкультурно-оздоровительными мероприятиями;</p>
<p>Соревновательная деятельность</p>	<p>- увеличение количества спортивных соревнований по национальным видам спорта в Республике Тува -на 30 %;</p> <p>- проведение соревнований по национальным видам спорта Республики Тува в 50 субъектах Российской Федерации;</p>
<p>Научно– методическая, научно-исследовательская, издательская, рекламно – информационная деятельность, медико-биологическое сопровождение занятий национальными видами спорта</p>	<p>- увеличение тиража научно-методических изданий и публикаций на 50 %;</p> <p>- распространение информационно - рекламных продуктов во всех субъектах Российской Федерации ;</p> <p>-повышение посещаемости Интернет-ресурсов по национальным видам спорта Республики Тува на 100 %.</p>

VII. Контроль

Контроль реализации настоящей Концепции осуществляет Министерство по молодежной политике и спорту Республики Тува совместно с федерациями национальных видов спорта с рассмотрением итогов и промежуточных результатов реализации комплекса мер по развитию национальных видов спорта на коллегии Министерства по молодежной политике и спорту Республики Тува.

В настоящее время в сфере физической культуры и спорта особое внимание уделено совершенствованию и развитию нормативно-правового обеспечения, реализации стратегии развития физической культуры и спорта в Республике Тува на период до 2020 года, республиканская целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Республике Тува».

В 2011 году впервые выделены субсидии из федерального бюджета республике на поддержку спортивных организаций.

На основе Закона Российской Федерации "Об образовании" образовательные учреждения самостоятельно с учетом своих уставов, местных условий и интересов обучающихся определяют формы занятий физической культурой и средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, методы и продолжительность учебных занятий на основе федеральных государственных образовательных стандартов и нормативов физической подготовленности, а также проводят внеучебную физкультурно-оздоровительную и спортивную работу с привлечением к ней учреждений дополнительного образования детей и физкультурно-спортивных объединений, в том числе федераций по различным видам спорта.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста осуществляется в процессе включенных в программу физического воспитания в дошкольных

образовательных учреждениях бесплатных учебных занятий по физической культуре продолжительностью, как правило, восемь часов в неделю.

Органы местного самоуправления с участием органов исполнительной власти Республики Тыва в области образования, в области физической культуры и спорта имеют право вводить дополнительные учебные и внеучебные физкультурно-спортивные занятия в дошкольных и других образовательных учреждениях.

Органы исполнительной власти Республики Тыва в области образования, органы исполнительной власти Республики Тыва в области здравоохранения, а также дошкольные и другие образовательные учреждения в соответствии со своими уставами, их руководители:

- 1) обеспечивают высокий уровень проведения в режиме учебного дня ежедневных учебных и внеучебных занятий, создают условия для того, чтобы каждый обучающийся научился плавать, мог выполнять установленные спортивные нормативы, изучил основы гигиены и поддерживал свой организм в хорошем состоянии;
- 2) во всех дошкольных и других образовательных учреждениях проводят на основе нормативов всероссийского комплекса "Физкультура и здоровье" многоразовые соревнования по циклам обучения, обеспечивают участие обучающихся в аналогичных ежегодных кожуунных, городских, республиканских спортивных соревнованиях;
- 3) по итогам учебного года во всех общеобразовательных учреждениях, а также в образовательных учреждениях начального профессионального, среднего профессионального и высшего профессионального образования каждому обучающемуся выставляется оценка его физической подготовленности, в выпускных классах (курсах) проводятся контрольные проверки.

Эффективность концепции осуществляется в значительной степени от согласованности и взаимодействия целевых программ образовательных учреждений различного уровня.

В соответствии с программами развития физической культуры и спорта всех уровней в дошкольных и иных образовательных учреждениях предусматриваются реконструкция и строительство спортивных залов, плавательных бассейнов и спортивных городков, создание детско-юношеских спортивных школ, детско-юношеских клубов физической подготовки и врачебно-физкультурных диспансеров.

Оптимальная система управления отраслью увеличению числа людей занимающихся национальными видами спорта, ведущих здоровый образ жизни, что положительно скажется на снижении заболеваемости наркотизации, потребления алкоголя, сокращении правонарушений, особенно молодежью окажет действенную помощь в воспитании самосовершенствования и самообразования человека, повышения работоспособности и выполнении им долга по защите Родины.

Для некоторых национальных видов спорта в республике отсутствуют современные техники оснащённости спортивных помещений, на которых можно готовиться к крупным соревнованиям.

По новой концепции бюджетное финансирование должно обеспечиваться в полной мере, как в развитии национальных видов спорта, также занятий другими видами спорта.

Эффективность развития национальных видов спорта определяется комплексом взаимосвязанных факторов:

- народных и исторических традиций;
- потребности детей и молодежи в активных занятиях национальными видами спорта;
- государственной поддержки;
- социальной значимости;
- социальной доступности;
- естественной доступности;
- общественного управления;
- общественного мнения;

- международного сотрудничества;
- методического и кадрового обеспечения;
- человеческого фактора.

Значимость фактора государственной поддержки для развития национальных, неолимпийских и становления новых видов спорта во многом решающая, поскольку им определяются многие аспекты этого процесса. Несомненно, что государственная политика в сфере физической культуры и спорта, о содержании которой в настоящее время ведется широкая дискуссия, должна обеспечивать возможность удовлетворения потребностей в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

В сфере становления и развития национальных видов спорта, выделяет основные этапы реализации выбранной стратегии. Данные этапы целесообразно реализовывать на российском и региональном уровнях.

1. Объединение в структуре КНН ВС России национальных федераций (ассоциаций, союзов) по видам спорта как общественных организаций, обеспечивающих управление и функционирование этих видов и опирающихся на деятельность региональных отделений (федераций).
2. Заключение договоров о совместной деятельности по развитию видов спорта.
3. Содействие в организации и проведении соревнований: создание системы региональных соревнований для взрослых квалифицированных спортсменов, для детей и юниоров;
проведение массовых соревнований для различных возрастных групп населения.
6. Организация и участие в конференциях и семинарах.
7. Участие в формировании системы подготовки спортивного резерва (детско-юношеский спорт).

Таким образом, реализация концепции Национальных видов спорта должен осуществляться через:

- урочные формы занятий по предмету «Физическая культура»;

- дополнительные занятия физическими упражнениями и спортом;
- спортивно- массовые и физкультурно - оздоровительные мероприятия.

Выводы по второй главе

Задачи развития национальных видов спорта на современном этапе выходят за рамки определенной сферы культурной деятельности. Она касается всего образа жизни людей, поскольку речь идет о постоянном повышении социальной активности личности.

Важным компонентом народной культуры является народная физическая культура, сыгравшая огромную, жизненно важную роль в истории тувинского народа.

Национальные виды спорта тувинцев зародились в процессе социальной трудовой деятельности, природно-климатических условий, и по мере общественного прогресса физические упражнения постепенно теряют свой утилитарный характер и во все большей степени становятся игровыми.

Для улучшения и совершенствования общей физической подготовки, развития массовой физической культуры необходимо широко использовать народные игры и физические упражнения.

В большинстве регионах России проживают народы разных национальностей, и у всех у них есть множество самобытных игр и физических упражнений. Условия трудовой деятельности различных народов неизбежно должны были привести к возникновению общественной потребности в воспитании у людей таких физических способностей, которые были необходимы в их трудовой деятельности. Эта потребность, а так же биологическая общность людей явилась основной причиной возникновения общенародных видов физических упражнений, то есть таких, которые применялись в физическом воспитании у всех или большинства народов мира. Часть этих упражнений в своем дальнейшем развитии превратились в общенародные виды спорта.

Национальные виды спорта тувинцев должна широко использоваться в современной системе физической культуры с направленностью преимущественно в школе, сузе, вузе. Она выполняет образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи, удовлетворяющие основные требования современной физической культуры.

Практическое воплощение в жизнь всех этих направлений по национальным видам спорта, по нашему мнению, должно повысить авторитет и значимость народной физической культуры, но и придать ей новый импульс для дальнейшего развития и совершенствования.

Таким образом, совершенно очевидно, что тувинские народные игры и физические упражнения в системе физического воспитания представляют большую ценность с точки зрения пополнения духовной и физической культуры личности. Они способствуют передаче жизненно важных умений и навыков, воспитанию нравственности, уважения к народным традициям и обычаям, в которых заключены большие воспитательные возможности.

ВЫВОДЫ

1. Археологические и этнографические исследования, проводившиеся в южных, восточных и северных регионах страны, дают основание говорить о применении различных народных видов упражнений и игр в трудовом и военном воспитании древних тувинцев. Национальные виды спорта и физическая культура возникла из трудовой деятельности, и связана с тувинскими обычаями и традициями, она включала в себя стрельбу из лука, борьбу «Хуреш» и конные скачки.

Республика Тува относится к тем регионам, где сильны народные традиции физической культуры. Природно-климатические условия, уклад жизни, уровень развития культуры, неповторимый характер тувинского народа имели большое влияние на формирование своеобразной, самобытной народной культуры. Состязания в силе, меткой стрельбе, ловкости стали одним из основных элементов воспитания молодого поколения тувинцев.

Таким образом, историографический анализ показывает, что по данной теме написано немало работ, но на современном этапе исследования не велись.

2. В концепции развития национальных видов спорта в республике подчеркивается роль этнокультурных компонентов в физическом воспитании, народных традиций молодого поколения. Также в концепции рассматривается, что для популяризации национальных видов спорта нужно обязательно совершенствовать системы проведения соревнований, улучшение его качества, подготовка спортивного резерва, профессионального образования специалистов, спортивной подготовки участников. Со стороны законодательной базы нормативно-правовое обеспечение по системе мероприятий по развитию национальных видов спорта. Развитие национальных видов спорта в городах и кожуунах республики, улучшение ресурсного развития, повышения и подготовки квалификации специалистов в этой области, научно-методическое обеспечение, также материально-техническое обеспечение. Обязательно самое ожидаемое от концепции

развития национальных видов спорта, это этапы реализации и ожидаемые результаты работы в республике.

3. В ходе исследования выявлено, что на протяжении длительного времени, национальные виды спорта не теряют своей принадлежности к своей нации. В процессе развития традиционной физической культуры тувинского народа формировалась и самобытная классификация. У тувинского народа имеются национальные виды спорта как борьба «Хуреш», стрельба из лука, конные скачки, которые имеют свои правила и условия проведения соревнований которые имеют отличия по сравнению с другими народами.

Кроме этих видов также имеются и подвижные игры для соответствующего возраста детей и взрослого населения. Их при классификации можно разделить на подвижные и спортивные игры тувинского народа.

4. Основная цель любого народа является - эффективное использование национальных видов спорта, их возможностей в оздоровлении нации, воспитании молодежи, формировании здорового образа жизни населения и достойное воспитание спортсменов по близким видам спорта и выступления их на крупнейших международных соревнованиях.

Национальные виды спорта формировались и совершенствовались на протяжении тысячелетий, передавались из поколения в поколение, и пользовались, как основное средство заполнения потребности в движении гармоническом физическом развитии организма, приобретению навыков и умений.

Характерной особенностью национальных видов спорта являются их динамичность, общедоступность, практичность и простота в применении. Тувинские национальные виды спорта по своему ассортименту не уступают играм соседних и родственных народов Центральной, средней Азии и Сибири. Ни тяжелый феодальный гнет в прошлом не мог истребить стремление народа к развитию национальных видов спорта тувинского народа.

Таким образом, в работе мы попытались восполнить историческую картину развития национальных видов спорта в республике Тыва, взгляд в прошлое, использование богатейшего опыта и традиций, учет позитивного и негативного опыта творческого наследия ушедшей эпохи поможет совершенствованию физкультурно-спортивной деятельности республики Тыва на современном этапе.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

В ходе исследования выяснилось, что в развитии национальных видов спорта в Республике Тыва имеют место сложные процессы. Для развития и привлечения к занятиям национальными видами спорта необходимо:

1. Развивать национальные виды спорта как неотъемлемую часть духовного и нравственного воспитания детей и молодежи на примере известных спортсменов занимающихся национальными видами спорта, как стрельба из лука, борьба, конные скачки.
2. Проводить мероприятия, конкурсы, викторины по истории развития национальных видов спорта в республике Тыва.
3. Развивать материально-техническую базу по национальным видам спорта (стрельба из лука, конные скачки, борьба «хуреш»).
4. Открыть специализации по национальным видам спорта в ссузах и вузах.
5. Организовать обмен опытом с мастерами по изготовлению национального лука монгол, бурят.
6. Возродить национальный вид спорта – национальную стрельбу из лука, проводить соревнования из тувинского национального лука.
7. Разработать меры поощрения и стимулирования работы тренеров, общественников в сфере национальных видов спорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аг-оол Е. М. Разработка вариативной части учебной программы по физической культуре для 1–4-х классов с использованием элементов тувинских национальных видов спорта, танцев и народных игр: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Е. М. Аг-оол. – Омск, 1998. – С. 46–83.
2. Аг-оол Е. М. Народные тувинские игры в программе школьной физической культуры / Е. М. Аг-оол, Л. С. Дормидонтова // Физкультурное образование Сибири. – Омск, 1998. – С.18–29.
3. Аг-оол Е. М. Тувинские игры, элементы национальных видов спорта и танцев на уроках физической культуры в начальной школе / Е. М. Аг-оол. – Кызыл, 1999. – С.78–98.
4. Аг-оол Е. М. Использование элементов национальных видов спорта, танцев и игр на уроках физической культуры в 1–4-х классов / Е. М. Аг-оол. – Кызыл, 2004. – 54 с.
5. Агамов Н. С. Народные игры для детей: организация, методика, репертуар / Гос. респ. центр русского фольклора; Н. С. Агамов, И. А. Морозов, И. С. Слепцова // Сб. игр и развлечений по традиционной культуре. – Москва, 1995. – 174с.
6. Аникеев Н.П. Воспитание игрой: Книга для учителя / Н. П. Аникеев. – Москва: Просвещение, 1987. – 143с.

7. Аслаханов С.-А. М. Народные подвижные игры и физические упражнения как средства повышения эффективности уроков физической культуры / С.-А. М. Аслаханов // Теория и практика физической культуры. – 1991. – №12. – С. 43–45.
8. Апинян Т. А. Игра как феномен культуры: типология и историко-культурологический анализ: автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора философских наук / Т. А. Апинян. – Ленинград, 1994. – 381 с.
9. Археология СССР. Степи Евразии в эпоху средневековья. – Москва, 1981. – 238 с.
10. Архив Тувинского НИИЯЛИ. – Ф. II. – С. 179–180.
11. Атаев К. А. Исследование эффективности применения национальных видов спортивной борьбы, народных игр и специальных упражнений для развития физических качеств школьников Узбекистана: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / К. А. Атаев. – Ленинград, 1969.
12. Афанасьев В. Ф. Этнопедагогика нерусских народов Сибири и Дальнего Востока / В. Ф. Афанасьев. – Якутск, 1979. – 44с.
13. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания / под ред. – Москва: Просвещение, 1990. – С. 4.
14. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б. А. Ашмарин. – Москва: Физкультура и спорт, 1982. – 256с.
15. Бажанов Б. Г. О возрастных биологических особенностях и физиологическом воспитании детей школьного возраста // Теория и практика физической культуры. – 1955. – Т. 18, № 11. – С. 843–853.
16. Бальсевич В. К. Конверсия высоких технологий спортивной подготовки как актуальное направление совершенствования физического воспитания и спорта для всех / В. К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 4. – С.21–22.

17. Бальсевич В. К. Концепция физического воспитания с оздоровительной направленностью учащихся начальных классов общеобразовательной школы / В. К. Бальсевич, В. Г. Большенков, Ф. П. Рябинцев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. –1996, № 2. – С.13–18.
18. Бардамов А. К. Проблемы нравственного воспитания учащихся начальных классов современной бурятской школы в условиях влияния религий, распространенных среди бурят / А. К. Бардамов // Системное понимание педагогической действительности: история, теория, практика. – Чебоксары, 2000. – С.195.
19. Бельды В. Ч. Физическое воспитание народностей Приамурья : методические рекомендации по внедрению нанайских и тульских игр в физкультурно-оздоровительную практику национальных сел Хабаровского края / В. Ч. Бельды. – Хабаровск, 1988. – 49с.
20. Бельды В. Ч. Национальные игры народов Севера / В. Ч. Бельды. Проблемы физической культуры и спорта на Дальнем Востоке: сборник научных трудов / Хабаровский ГИФК. – Хабаровск, 1991. – С.32–37.
21. Бурхинов Д. М. Народная педагогика и современная национальная школа / Д. М. Бурхинов, Д. А. Данилов, С. Д. Намсараев. – Улан-Удэ: Бэлиг, 1993. – 136с.
22. Бурхинов Д. М. Свет духовности: Поиски. Творчество. Традиции. Опыт / Д. М. Бурхинов. – Улан-Удэ, 1998. – 44с.
23. Буряты в контексте современных этнокультурных и этносоциальных процессов: традиционная культура, народное искусство и национальные виды спорта бурят в условиях полиэтничности: сборник статей. – Улан-Удэ: ИПК ВСГАКИ, 2006. – Т.2. – С.10–26.
24. Бобров Л. А. Защитное вооружение кочевников Центральной Азии и Южной Сибири в период позднего средневековья // Наследие древних и традиционных культур Северной и Центральной Азии: материалы 40-й

- Региональной археолого-этнографической студенческой конференции. – Новосибирск, 2000. – Т. 3. – С.80–87.
25. Былеева Л. В. Подвижные игры / Л. Б. Былеева, И. М. Коротков. – Москва: Физкультура и спорт, 1982. – 224с.
 26. Былеева Л. В. Игры народов СССР / Л. В. Былеева, В. М. Григорьева. – Москва: Физкультура и спорт, 1985. – 269с.
 27. Былеева Л. В. Подвижные игры / Л. В. Былеева, И. М. Коротков. – Москва: Физкультура и спорт, 1982. – 224с.
 28. Былеева Л. В. Подвижные игры // Л. В. Былеева, И. М. Коротков. – Москва: Физкультура и спорт, 1982. – 15с.
 29. Вайнштейн С. И. Тувинцы-тоджинцы: историко-этнографические очерки / С. И. Вайнштейн. – Москва: Наука, 1961. – 216с.
 30. Вайнштейн С. И. Историческая этнография тувинцев. Проблемы кочевого хозяйства / С. И. Вайнштейн. – Москва: Наука, 1974. – 315с.
 31. Вайнштейн С. И. История народного искусства Тувы / С. И. Вайнштейн. – Москва: Наука, 1975. – 180с.
 32. Вайнштейн С.И. Мир кочевников центра Азии / С. И. Вайнштейн. – Москва: Наука, 1991. – 296с.
 33. Волков Г. Н. Этнопедагогика / Г. Н. Волков. – Чебоксары: Чуваш. кн. изд-во, 1974. – С.217.
 34. Волков Г. Н. Этнопедагогическая концепция национальной школы / Г. Н. Волков // Национальная школа: концепция и технология развития : доклады и материалы международной конференции (Якутск, 16–21 марта 1993г.). – Москва: Просвещение, 1993. – С.45–52.
 35. Волович Л. А., Мухаметзянова Г. В. Национальный компонент образовательных стандартов в средней профессиональной школе / Л. А. Волович, Г. В. Мухаметзянова. – Казань, 1997. – 143с.

36. Всеволодский-Гернгросс В. Н. Игры народов СССР / В. Н. Всеволодский-Гернгросс, В. Г. Ковалева, Е. И. Степанова. – Москва ; Ленинград : Академия, 1933. – 563с.
37. Геллер Е. М. Наш друг игра / Е. М. Геллер. – Минск: Народная асвета, 1979. – 96с.
38. Геллер Е. М. Основные функции подвижных игр и проблемы дальнейшего их внедрения в практику физкультурного движения / Е. М. Геллер // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 3. – С.20–22.
39. Глинкин Л. А. Современный этимологический словарь русского языка / Л. А. Глинкин. – Москва: Астрель; Владимир: ВКТ, 2009. – 379 [5]с.
40. Грач А. Д. Археологические раскопки в Монгун–Тайге и исследования в Центральной Туве / А. Д. Грач // Труды Тувинской комплексной археолого-этнографической экспедиции (1957–1958 гг.). – Москва; Ленинград, 1960. – С.73.
41. Григорьев В. М. Народные игры и традиции России / В. М. Григорьев. – Москва: Молодая гвардия, 1994. – 268с.
42. Григорьев В. М. Народная педагогика игры. Вопросы методологии и теории / В. М. Григорьев. – Москва: ОДИ-International, 1996. – Ч. 1. – 70 с.
43. Григорьев В. М. Народная педагогика игры. Вопросы методологии и теории / В. М. Григорьев. – Москва: ОДИ-International, 1999. – 243с.
44. Гришина Г. Не забывайте народные игры / Г. Гришина // Дошкольное воспитание. – 1993. – № 2. – С.24–26.
45. Грумм-Гржимайло Г. Е. Западная Монголия и Урянхайский край. Описание природы этих стран / Г. Е. Грумм-Гржимайло. – Санкт-Петербург, 1914. – Т.1. – 569с.
46. Гориневский В. В. Игры и развлечения / В. В. Гориневский, В. Г. Марц, А. Ф. Родин. – Москва; Ленинград: Молодая гвардия, 1924. – Изд. 3-е, перераб. и доп. – 135с.

47. Гориневский В. В. Физическое образование. Избранные произведения / В. В. Гориневский. – Москва: Физкультура и спорт, 1951. – Т.1. – С.71–184.
48. Гомбожапова Х-Ц. Д. Историко-педагогические предпосылки Стрельбы из лука и ее современное состояние. – Улан-Удэ, 2006.
49. Госархив Республики Тыва. – Ф.115. – Оп.1. – Д.142. – С.16–17.
50. Даржа В. К. Лошадь в традиционной практике тувинцев кочевников / В. К. Даржа. – Кызыл ТувИКОПР, 2003. – 170с.
51. Даржа В. К. Традиционные мужские занятия тувинцев / В. К. Даржа. – Кызыл: Тув. кн. изд-во, 2009. – Т. 1. – 589с.
52. Дашиноорбоев В. Д. Бурятская национальная борьба «бухэ- барилдаан»: учебно-методическое пособие / В. Д. Дашиноорбоев. – Улан-Удэ, 1997. – 81с.
53. О сохранении традиций бурятской национальной борьбы. Возрождение культур народов Бурятии / В. Д. Дашиноорбоев, Б. Д. Дашибальжиров. – Улан-Удэ: Изд-во БНЦ СО РАН, 1998. – С.134–140.
54. Денисова Н. П. Тувинские этнографические коллекции в Томском государственном музее [Текст] / Н. П. Денисова // Ученые записки Тувинского научно-исследовательского института языка и литературы. – Кызыл, 1975. – Вып. XVII. – С.251.
55. Дэвлет М. А. Каменный «компас» в Саянском каньоне Енисея / М. А. Дэвлет – Москва: Научный мир, 2004. – С.86.
56. Дышечев Р. Д. Подвижные игры в начальных классах школ Адыгеи / Р. Д. Дышечев. – Майкоп, 2003. – 63с.
57. Дьяконова В. П. Культовые сооружения тувинцев // Полевые исследования Института этнографии за 1974 г. / В. П. Дьяконова. – Москва: Наука, 1975. – С.157–164.
58. Жуков М. Н. Подвижные игры / М. Н. Жуков. – Москва: Академия, 2000. – 160с.
59. Жуковская Н. Л. Кочевники Монголии: Культура. Традиции. Символика: учебное пособие / Н. Л. Жуковская. – Москва : Вост. лит., 2002. – 247с.

60. Закон Российской Федерации «Об образовании» (по состоянию на 1 апреля 2009г.). – Новосибирск: Изд-во Сиб. ун-та, 2009. – 64с. [Кодексы. Законы. Нормы].
61. Запорожец А. В. Игра и развитие ребенка. Психология и педагогика игры дошкольника / А. В. Запорожец. – Москва, 1996. – С.6-23.
62. Играем в народные игры: методические рекомендации. – Красноярск, 1992. – С.93.
63. История Тувы / под ред. С. И. Вайнштейна, М. Х. Маннай-оола. – Новосибирск : Наука, 2001. – Изд. 2-е, доп. и испр. – 268с.
64. История Тувы.– Москва: Наука, 2010. – Т. I. – 151с.
65. Каган М. С. Философия культуры / М. С. Каган. – Санкт-Петербург: Петрополис, 1996. – 416с.
66. Каган М. С. Философская теория ценности / М. С. Каган. – С.-Петербур. гос. ун-т. – Санкт-Петербург: Петрополис, 1997. – 205с.
67. Калмыков С. В. Индивидуализация подготовки спортсменов единоборцев в контексте культурных традиций Востока и Запада / С. В. Калмыков. – Москва, 1994. -
68. Катанов Н. Ф. Предания присаянских племен о прежних делах и людях / Н. Ф. Катанов // Сборник в честь 70-летия Г.Н. Потанина. – Санкт-Петербург, 1990. – 274с.
69. Каррутерс Д. Неведомая Монголия / Д. Каррутерс. – Москва, 1914. Т. I. – 236с.
70. Кенин-Лопсан М. Б. Древние традиции тувинского народа (на тувинском языке) / М. Б. Кенин-Лопсан. – Кызыл, 1994. – 185с.
71. Кенин-Лопсан М. Б. Тувинские традиции. Кн. 2-я. Священные традиции тувинского народа / М. Б. Кенин-Лопсан. – Кызыл: Новости Тувы, 1999. – 352с. – (На тувин. яз.).
72. Кенин-Лопсан М. Б. Традиционная культура тувинцев / М. Б. Кенин-Лопсан / пер. с тувин. А. А. Дугержаа, А. С. Дембирель; ред. Э. Б. Мижит, Н. Ш. Куулар. – Кызыл: Тув. кн. изд-во, 2006. – 231с.

73. Килуновская М. Е. Памятники наскального искусства Тувы. Алтае-Саянская горная страна и история освоения ее кочевниками / М. Е. Килуновская, Л. Д. Чадамба. – Барнаул: Изд. АлтГУ, 2007. – С.10–17.
74. Ковалева Т. А. О некоторых вопросах развития обычаев (на болгарском материале) / Т.А.Ковалева. – С.Э. – 1969. – С.68–79.
75. Козлова Т. Б. Использование народных подвижных игр в физической подготовке учащихся младших классов с учетом их индивидуальных особенностей: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Т. Б. Козлова. – Улан-Удэ: Изд-во Бурят. гос. ун-та, 2000. – 179с.
76. Колесникова Н. Н. Совершенствование физического воспитания дошкольников, проживающих в районах Крайнего Севера средствами ритмической гимнастики: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Н. Н. Колесникова. – Улан-Удэ: Изд-во Бурят. гос. ун-та, 1999. – 141с.
77. Коменский Я. Избранное / Я. Коменский. – Москва, 1939. – Т.1. – С.103 - 10.
78. Кон Ф. Я. Экспедиция в Сойотию. За пятьдесят лет / Ф. Я. Кон. – Москва, 1934. – Т. 3. – 117с.
79. Кон Ф. Я. Очерки народного быта тувинцев / Ф. Я. Кон. – Москва, 1969. – 234с.
80. Кон И. С. Традиционное воспитание детей у народов Сибири: сб. ст. / И. С. Кон, Ч. М. Таксамы. – Ленинград: Наука, 1988. – 178с.
81. Концепция воспитания культуры человека в образовательных учреждениях Республики Тыва. – Кызыл, 2004. – С.12 – 19.
82. Красильников В. П. Игры и состязания в традиционном физическом воспитании хантов / В. П. Красильников. – Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф. - пед. ун-та, 2002. – 121с.

83. Кривдик В. М. Эзир самы. Танец орла / В. М. Кривдик. – Кызыл: Новости Тувы, 1992. – 46с.
84. Кофман Л. Б. Настольная книга учителя физической культуры / Л. Б. Кофман. – Москва, 1998. – 495с.
85. Крупская Н.К. Педагогические сочинения / Н. К. Крупская. – Москва: АП РСФСР, 1957. – Т.1. – С.113 - 130.
86. Крупская Н. К. Педагогические сочинения / Н. К. Крупская. – Москва: АП РСФСР, 1959. – Т.5. – С.94-103.
87. Кужугет А. К. Традиционные нормы поведения и общения тувинцев в быту / А. К. Кужугет // Культура тувинцев: традиция и современность. – Кызыл, 1989. – С.65–73.
88. Кужугет А. К. Зрелищно-игровые элементы в культовых обрядах тувинцев / А. К. Кужугет. – Кызыл: Респ. типография, 2002. – 80с.
89. Кужугет А. К. Духовная культура тувинцев: структура и трансформации / А. К. Кужугет. – Кемерово: Изд-во КемГУКИ, 2006. – 320с.
90. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: перевод с венгерского / Л. Кун; под общ. ред. В. В. Столбова. – Москва: Радуга, 1982. – 399с.
91. Курбатский Г. Н. Тувинские праздники (историко-этнографический очерк) / Г. Н. Курбатский. – Кызыл: Тувин. кн. изд-во, 1973. – 75с.
92. Курбатский Г. Н. Тувинские народные загадки / Г. Н. Курбатский. – Кызыл: Тувин. кн. изд-во, 1990. – 317с.
93. Курбатский Г. Н. Тувинцы в своем фольклоре (историко-этнографические аспекты тувинского фольклора) / Г. Н. Курбатский. – Кызыл: Тувин. кн. изд-во, 2001. – 464с.
94. Кызласов Л. Р. Древняя Тува / Л. Р. Кызласов. – Москва: Изд-во МГУ, 1979. – 122с.
95. Кышпанакова О. Н. Педагогические проблемы использования хакасских народных игр в системе подготовки детей шестилетнего возраста к обучению и воспитанию в начальной школе: автореферат диссертации на

- соискание ученой степени кандидата педагогических наук / О. Н. Кышпанаква. – Москва, 1994. – 17с.
96. Лесгафт П. Ф. Сборник педагогических сочинений / П. Ф. Лесгафт. – Москва: Физкультура и спорт, 1952. – Т.2. – 384с.
97. Лесгафт П. Ф. Избранные педагогические сочинения / П. Ф. Лесгафт. – Москва: Педагогика, 1988. – 398с.
98. Литвинова М. Ф. Русские народные подвижные игры / М. Ф. Литвинова. – Москва: АЙРИС ПРЕСС: АЙРИС дидактика, 2004. – 186с.
99. Лялина Л. А. Народные игры в детском саду // Методические рекомендации / Л. А. Лялина. – Москва: Сфера, 2008. – 96с.
100. Лях В. И. Передовой педагогический опыт в физическом воспитании школьников. Научный анализ. Проблемы. Находки / В. И. Лях, Г. Б. Мейксон, Л. Б. Кофман, Ю. А. Копылов. – Москва: РАО, МГФСО, 1992. – 97с.
101. Лях В. И. Концепция физического воспитания и оздоровления детей и подростков / В. И. Лях, Г. Б. Мейксон, Л. Б. Кофман. – Москва, 1992. – 24с.
102. Макаренко А. С. Лекции о воспитании детей / А. С. Макаренко // Педагогические сочинения. – Москва, 1984. – Т.4. – С.73–74.
103. Максаков А., Тумакова Т. Учителю, играя / А. Максаков, Т. Тумаков. – Москва : Просвещение, 2005. – 144с.
104. Маннай-оол М. Х. История родного края / М. Х. Маннай-оол. – Кызыл: Тув. кн. изд-во, 1979. – С.50–63.
105. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – Москва, 1991. – 532с.
106. Маркиянов О. А. Акатуй – мощный фактор развития спортивных традиций сельской молодежи / О. А. Маркиянов // Народная педагогика и современные проблемы воспитания: материалы Всесоюзной научно-практической конференции. – Чебоксары, 1991. – Ч. 2. – С.295–296.

107. Махалова И. В. Воспитание здорового ребенка на традициях чувашского народа: учебно-методическое пособие / И. В. Махалова, Е. И. Николаева. – Чебоксары, 2003. – 255с.
108. Манжуев Г. Н. Баторы бурятской земли / Г. Н. Манжуев. – Улан-Удэ, 2012. – 72с.
109. Манжуев Г.Н. Педагогический потенциал физической культуры и спорта традиционных праздников монгольских народов: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Г.Н. Манжуев. – Улан-Удэ, 2010. – С.24- 35.
110. Мендот Э. Э. Тувинские народные (традиционные) игры для детей старшего дошкольного возраста: учебно-методическое пособие / Э. Э. Мендот. – Кызыл: Изд-во ТувГУ, 2011. – 72с.
111. Найминов Э. Спортивные игры на уроках физкультуры / Э. Найминов. – Ростов на Дону: Феникс, 2001. – 256с.
112. Народная педагогика в современном учебно-воспитательном процессе (дошкольники и младшие школьники): пособие для педагогов, воспитателей, методистов // Воспитание школьников. – Москва: Школьная пресса, 2003. – Вып. 36. – 144с.
113. Настольная книга учителя физической культуры / под ред. Л. Б. Кофмана. – Москва: Физическая культура и спорт, 1998. – 101с.
114. Огородников И.Т. Предисловие. Этнопедагогика / И. Т. Огородников, Г. Н. Волков. – Чебоксары, 1974. – С.3 – 17.
115. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений / С.И. Ожегова, Н. Ю. Шведова; Российская академия наук. Институт русского языка им. В. В. Виноградова. – 4-е изд., дополн. – Москва: Азбуковник, 1999. – 944с.
116. Ондар О. Ч. Программа по борьбе «хуреш» для общеобразовательных школ Республики Тыва / О. Ч. Ондар. – Кызыл, 1982. – С.3–18.

117. Ондар О. Ч. Начальная подготовка борцов вольного стиля на основе приемов национальных видов борьбы (на примере борьбы хуреш): дис. канд. пед. наук / О. Ч. Ондар. – Москва, 1985. – 265с.
118. Ондар О. Ч. Исследование интереса населения Тувы к национальным и международным видам борьбы / О. Ч. Ондар // Теория и практика физической культуры. – 1985. – №1. – С.33–55.
119. Ондар О. Ч. Роль и значение ритуалов для борца в национальных видах борьбы / О. Ч. Ондар // С. К. Тока – государственный деятель и писатель XX века [к 100-летию со дня рождения]: материалы научной конференции (11–14 декабря 2001 г.). – Кызыл, 2002. – С.5–7.
120. Ондар О. Ч. Психология игры тувинского этноса «сайзанак» как развитие детского творчества / О. Ч. Ондар, Э. Э. Мендот // Образ жизни – фактор здоровья: сборник научных статей республканской научно-практической конференции. – Кызыл, 2005. – С.221–222.
121. Ондар О. Ч. Тевек оюнунун дуруму / О. Ч. Ондар, Э. Э. Мендот. – Кызыл, 2007. – 22с.
122. Ооржак А. К. Традиции, обычаи тувинцев: учебная программа для 5-6-х классов тувинской школы: пособие для учителей / А. К. Ооржак, С. Б. Оюн. – Кызыл: Тувин. кн. изд-во, 2003. – 56с.
123. Ооржак С. Ы. Начыннарнын хурежи (Спорт сильнейших): учебное пособие для занятий с борцами / С.Ы. Ооржак. – Кызыл: Тувин. кн. изд-во, 1985. – 96с.
124. Ооржак С. Ы. Шуглуп оорен (Учись побеждать): учебное пособие для начинающих борцов / С. Ы. Ооржак. – Кызыл: Тувин. кн. изд-во, 1990. – 79с.
125. Ооржак С. Ы. Кучутен моге Хунчугеш (Исполин «Солнышко»): методическое пособие / С.Ы. Ооржак. – Кызыл: Рестипография, 2000. – 53с.

126. Ооржак С. Ы. Тиилелгенин кол хоойлулары (Главные законы победы): Методические рекомендации / С.Ы. Ооржак. – Кызыл, Рестипография, 2004. – 84с.
127. Ооржак С. Ы. Хуреш. Баштайгы базымнар (Хуреш. Первые шаги): учебное пособие для борцов / С. Ы. Ооржак. – Кызыл: Рестипография, 2005. – 80с.
128. Ооржак С. Ы. Знаменитые борцы Тувы. История борьбы хуреш: борцы, турниры, результаты / С.Ы. Ооржак. – Кызыл: Тувин. кн. изд-во, 2005. – 171с.
129. Ооржак С. Ы. Могенин оруу (Путь борца): методические рекомендации / С. Ы. Ооржак. – Кызыл: Рестипография, 2006. – 101с.
130. Ооржак С. Ы. Хуреш. Программа для борцов-хурешистов 1-2-го года обучения в группах начальной подготовки и 1-2 года обучения в учебно-тренировочных группах подготовки в спортивных школах, коллективах физкультуры / С. Ы. Ооржак. – Кызыл: Республ. типография, 2006. – 59с.
131. Ооржак С. Ы. Хуреш – философия победы: методические рекомендации / С. Ы. Ооржак. – Красноярск: ПФ «Платина», 2006. – 24с.
132. Ооржак С. Ы. Ботче тончу чок узун орук (Бесконечно долгий путь к себе). Повесть о жизни борцов и тренеров / С. Ы. Ооржак. – Кызыл, Республиканская типография, 2008. – 127с.
133. Ооржак С. Ы. Хуреш: борьба по-тувински: учебник борьбы хуреш / С. Ы. Ооржак. – М.: Медиа Групп, 2008. – 96с.
134. Ооржак Х. Д.-Н. Педагогическое содержание физической культуры народов Южной Сибири / Х. Д.-Н. Ооржак. – Кызыл, 1995. – 228с.
135. Ооржак Х. Д.-Н. Тувинские народные подвижные игры / Х. Д.-Н. Ооржак. – Кызыл, 1995. – 50с.
136. Ооржак Х. Д.-Н. История развития физической культуры и спорта в Туве до 1945 г. / Х. Д.-Н. Ооржак. – Кызыл, 1994. – 72с.

137. Ооржак Х.Д.-Н. Этнопедагогические проблемы физической культуры народов Южной Сибири / Х. Д.-Н. Ооржак // Дисс... . пед... . наук.– Санкт-Петербург, 1995. – 320с.
138. Ооржак Х. Д.-Н. Методы закаливания организма народов Южной Сибири / Х. Д.-Н. Ооржак, Л. Н. Сагалаков, А. М. Ондар // Дети и олимпийское движение. – Абакан, 1995. – С.58–62.
139. Орус-оол С. М. Тувинские героические сказания / С. М. Орус-оол // Памятники фольклора народов Сибири и Дальнего Востока.– Новосибирск, 1997. – Т.12. – С.106–120.
140. Островских П. Е. Оленные тувинцы / П. Е. Островских // Северная Азия. – 1927. – № 5. – 71с.
141. Панкеев И. А. Русские народные игры / И. А. Панкеев. – Москва; Якут: Эксмо-пресс, 1998. – 235с.
142. Подвижные игры: современный взгляд: учебно-методическое пособие. – Смоленск, 2001. – 82с.
143. Покровский Е. А. Физическое воспитание детей у разных народов, преимущественно в России / Е. А. Покровский. – Санкт-Петербург, 1884. – 380с.
144. Покровский Е. А. Детские игры, преимущественно русские в связи с историей, этнографией, педагогикой и гигиеной / Е. А. Покровский. – Москва, 1887. – 368с.
145. Покровский Е. А. Детские игры, преимущественно русские / Е. А. Покровский. – Москва, 1987. – 369с.
146. Пономарев Н. И. Быстрее, выше, сильнее: региональная программа по физическому воспитанию для учащихся 3–4(5)-х классов общеобразовательных школ: методические разработки для регионов Сибири и Крайнего Севера / Н. И. Пономарев. – Норильск, 1996.– 46с.
147. Потанин Г. Н. Очерки Северо-Западной Монголии. Результаты путешествия, исполненного в 1879 году по поручению Русского

- Географического общества / Г. Н. Потанин. – Санкт-Петербург, 1883. – Вып. 4 : Материалы этнографические. – 1025с.
148. Потапов Л. П. Тувинцы. Народы Сибири / Л. П. Потапов. – Москва; Ленинград: Изд-во АН СССР, 1956. – С.420–472.
149. Потапов Л. П. Материалы по этнографии тувинцев районов Монгун-Тайги и Кара-Холя / Л. П. Потапов // Труды ТКАЭЭ. – 1960. – С.221–234.
150. Потапов Л. П. Очерки народного быта тувинцев / Л. П. Потапов. – Москва : Наука, 1969. – 402с.
151. Пономарев Н. И. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания. – Москва: ФиС, 1970. – С.154–169.
152. Преображенский С. А. Борьба – занятие мужское / С. А. Преображенский. – Москва: ФиС, 1983. – 279с.
153. Проблемы истории Тувы. – Кызыл, 1984. – 238с.
154. Прокопенко В. И. Материалы возрастных уровней физического развития, двигательной подготовленности и физической работоспособности школьников народов Севера (ханты, манси) / В. П. Прокопенко. – Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. пед. ин-та, 1992. –123с.
155. Прокопенко В. И. Игры и национальные виды спорта нивхов Амура и Сахалина / В. П. Прокопенко. – Екатеринбург, 1993. – С.80–87.
156. Райков М. Отчет о поездке к верховьям реки Енисея, совершенной в 1897 г. по поручению Императорского Русского Географического общества / М. Райков // Известия ИГРО. – Санкт-Петербург, 1898. – Т. 34, Вып. 4. – С.430–460.
157. Республиканская комплексная программа: программа развития образования Республики Тыва на 1995–2000 гг. / сост. А. Ж. Жарова, А. М. Ким, В. Б. Ховенмей, О. Б. Бузур-оол, З. Ю. Доржу и др. – Кызыл, 1995. – С.3–10.
158. Решетников Н. В. Физическая культура: учебное пособие для студентов средних профессиональных учебных заведений / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын. – Москва: Мастерство, 2002. – 152с.

159. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Москва: Педагогика, 1989. – Т.2– 460с.
160. Салчак К. Б. Преемственность тувинских народных традиций воспитания и современной педагогической культуры Тувы: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / К. Б. Салчак. – Казань, 1974. – 24с.
161. Салчак К. Б. Развитие тувинской народной педагогики / К. Б. Салчак, Л. П. Салчак. – Кызыл, 1984. – 128с.
162. Самбу И. У. Древнее хозяйство и быт тувинского народа: пособие для учителей / И. У. Самбу, М. Д. Самбу. – Кызыл: Тувин. кн. изд-во, 2004. – 80с. (На тувин. яз.).
163. Самбу И. У. Тыва оюннар: төөгү-этнографтыг очерк / И. У. Самбу. – Кызыл : Тувин. кн. изд-во, 1992. – С.20–32.
164. Самбу И. У. Тувинские народные игры: историко-этнографический очерк / И.У. Самбу. – Кызыл, 1978. – 140с.
165. Самдан З. Б. Поэтика тувинских народных сказок / З. Б. Самдан // Фольклорное наследие народов Сибири и Дальнего Востока: сборник научных трудов. – Якутск, 1991. – 113с.
166. Самдан З. Б. Тувинские народные сказки / З. Б. Самдан // Памятники фольклора народов Сибири и Дальнего Востока. – Новосибирск, 1994. – С.150–162.
167. Санданов Б. Д. Сурхарбан / Б. Д. Санданов. – Улан-Удэ: Бурят. кн. изд-во, 1964. – 86с.
168. Санданов Б. Д. Физическая культура и спорт в Бурятии / Б. Д. Санданов. – Улан-Удэ: Бурят. кн. изд-во, 1968. – 163с.
169. Санданов Б. Д. Физическая культура и спорт школьников Бурятии / Б.Д. Санданов. – Улан-Удэ: Бурят. кн. изд-во, 1991.–144с.
170. Санданов Б. Д. Эрын гурбан наадан (Три игры мужей) / Б. Д. Санданов. – Улан-Удэ: Соёл, 1993. – 160с.

171. Сарантуя Б. Педагогический потенциал монгольских народных игр «Шагай»: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Б. Сарантуя. – Улан-Удэ: Изд-во Бурят. гос. ун-та, 1998. – 23с.
172. Сердобов Н. А. История формирования тувинской нации / Н. А. Сердобов. – Кызыл, 1985. – 482с.
173. Сельбиков А. А. Национальные виды спорта республики Алтай / А. А. Сельбиков. – Барнаул, 1996. – 29с.
174. Сидоров Л. К. Формирование и реализация потребности в движении у детей и школьников в системе непрерывного физкультурного образования: концепция, условия, структура / Л. К. Сидоров. – Красноярск : РИО КГПУ, 2001. – 304 с.
175. Столяров В.И. Философия спорта и телесности человека: Монография. В 2-х книгах. – Москва.: Изд-во «Университетская книга», 2011. – кн. 1. – 766с.
176. Сыдеев В. Три игры мужей. Майдари Хурала / Валерий Сыдыев. – Буяад унем, Спорт Тамир. 2004. – С.4–5.
177. Сухарева Э. Л. Учим, играя / Э. Л. Сухарева. – Ярославль, 1992. – 206с.
178. Таран А. А. Народные игры в начальной школе / А. А. Таран // Спорт в школе. Приложение к газете «Первое сентября». – 2001. – № 15. – С.17–18.
179. Таран А. А. Русские народные игры и их классификация / А. А. Таран // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2001. – № 1. – С.41–42.
180. Таран А. А. Обучаем с использованием средств народной педагогики: (русские народные игры на уроках: 1–2-е классы) / А. А. Таран // Физическая культура в школе. – 2004. – № 7. – С.19–21.
181. Тумунов Ж. Т. Очерки из истории агинских бурят. – Улан-Удэ, 1988. – 178с.

182. Тумунов Ж. Т. Этнопедагогика агинских бурят. – Чита: Изд-во ЗавбГПУ, 1998. – 160с.
183. Тумунов Ж. Т. Игры в общественной жизни бурят. – Улан-Удэ: Бурят. кн. изд-во, 1989. – С.64 – 69.
184. Теория и методика физической культуры / под ред. Ю. Ф. Курамшина. – 4-е изд., стереотип. – Москва: Советский спорт, 2010. – 464с.
185. Теория и практика физической культуры / Н. И. Дворкина, Л. И. Лубышева. – 2008. – №8. – С.80–81.
186. Урукова Г.М. Национально-народные игры – средство межнационального общения и оздоровления трудящихся сельской местности / Г. М. Урукова, Ф. В. Мамычкин // Теория и практика физической культуры. – 1989. – №12. – С.41 – 43.
187. Ушинский К. Д. Сочинения / К. Д. Ушинский. – Москва, 1925. – Т. 1. – 589с.
188. Ушинский К. Д. Избранные педагогические произведения / К. Д. Ушинский. – Москва: Педагогика, 1968. – 557с.
189. Физическая культура в школе. – Москва, 2008. – № 7. – С.41–44.
190. Физическая культура в школе. – Москва, 2008. – № 8. – С.37–44.
191. Фокин Г. Ю. Всемирный фестиваль народных игр: [о проведении праздника в группе продленного дня и на уроках физкультуры] / Г. Ю. Фокин // Физическая культура в школе. – 2002. – № 7. – С.52–58.
192. Фомин В. А. Традиционные физические упражнения, состязания и игры бурят / В. А. Фомин, А. С. Сагалеев, К. В. Балдаев. – Нижневартовск, 1997. – С.7–8.
193. Фомин В. А., Мантуров С. В. Вековой путь физической культуры и спорта в Бурятии. – Улан-Удэ: Изд-во БНЦ СО РАН, 2002. – 71с.
194. Фомин В.А. Очерки, истории физической культуры в Бурятии. – Улан-Удэ: Изд-во Бурят. гос. ун-та, 2003. – 101с.

195. Фомин В. А., Сагалеев А. С. Облавная охота источник физической культуры монголоязычных народов // Исторические, педагогические и медико-биологические аспекты физической культуры и спорта: материалы региональной научно-практической конференции. – Чита: Изд-во ЗабГПУ, 1999. – С.28–31.
196. Цыренов Ц. Возродим национальную игру: Наши традиции // Правда Бурятии. – 1994. – 19 мая.
197. Черемисин В.Л. Народные подвижные игры в системе воспитания детей и подростков / В.Л. Черемисин, К.У Тайсаев, Ю.А. Ермолаев, А.Г. Демирчоглян. – Малаховка, 2000. – 108 с.
198. Чухонцева С. В. Традиционное физическое воспитание алтайцев: учебное пособие / С. В. Чухонцева. – Горно-Алтайск, 1999. – 93с.
199. Шамаев Н. К. Нравственное развитие школьников в процессе традиционного физического воспитания / Н. К. Шамаев. – Москва, 2000. – 205с.
200. Шангин И. И. Русские дети и их игры / И. И. Шангин. – Санкт-Петербург: Искусство-СПБ., 2000. – 294с.
201. Ханбиков Я. М. Из истории педагогической мысли татарского народа. Раздел первый. Татарская народная педагогика / Я. М. Ханбиков. – Казань, 1967. – 232с.
202. Хангалов М. Н. Зэгэтэ аба – облава на зверей у древних бурят. Общественная охота у северных бурят. Национальный праздник у бурят. Собр. соч. – Улан-Удэ, 1958. – Т.1. – С.11-32.
203. Харламов И. Ф. Педагогика. Изд. 4. / И. Ф. Харламов. – Москва: Гардарики, 2000. – 519с.
204. Хейзинг И. Игровая концепция Хейзинга.
205. Худяков Ю.С. Вооружение енисейских кыргызов VI–XII вв. / Ю. С. Худяков. – Новосибирск, 1980. – С.131–149.
206. Худяков Ю. С. Железные наконечники стрел из Монголии Ю. С. Худяков // Древние культуры Монголии. – Новосибирск, 1985. – 112с.

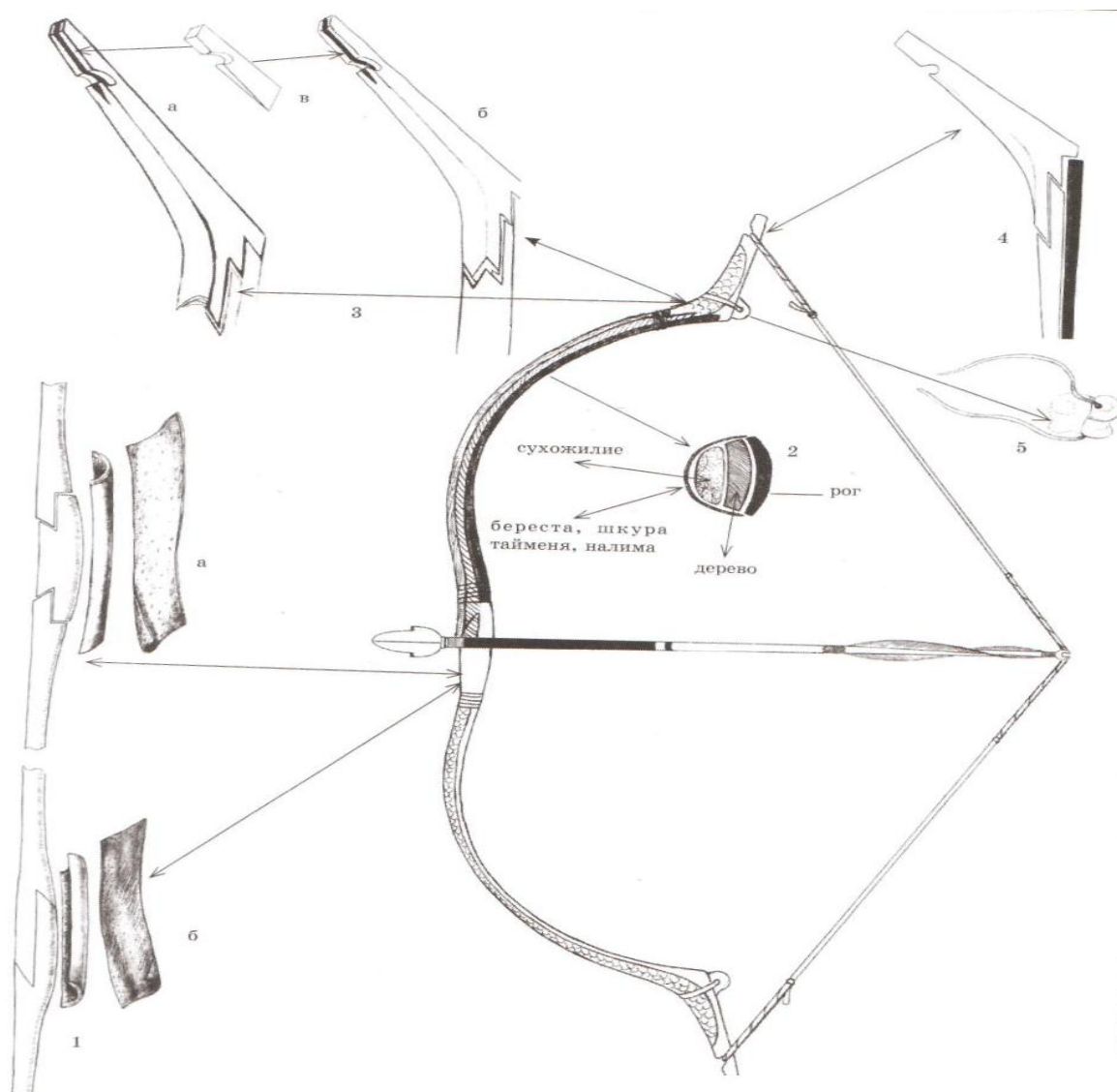
207. Худяков Ю. С. Вооружение центральноазиатских кочевников в эпоху раннего и развитого средневековья / Ю. С. Худяков. – Новосибирск, 1991. – С.86–95; 146–167.
208. Худяков Ю. С. Лук и стрелы бурят в эпоху позднего средневековья. Бурятия // Проблемы региональной истории и исторического образования. Ч. 1. / Ю. С. Худяков. – Улан-Удэ, 2001. – С.78–85.
209. Элашвили В. И. Народная педагогика физического воспитания и возможности использования ее элементов в современной практике / В. И. Элашвили // Теория и практика физической культуры. – 1982. – №5. – С.34–36.
210. Эльконин Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. – Москва: Владос, 1999. – 355с.
211. Ягодин В. В. Теория и практика физической культуры / В. В. Ягодин, 1986. – № 387. – С.16–17.
212. Ягодин В. В. Народные традиции в физической культуре / В. В. Ягодин. – Екатеринбург, 1992. – 154с.
213. Рихтер К. (Richter Chr.) Концепции физического воспитания в Европе. Движение, спорт и здоровье / К. Рихтер. – Мейер Аахен, 2006. –327с. (на нем. яз.).
214. Рихтер К. (Richter Chr.) Концепции физического воспитания в Европе. Движение, спорт и здоровье / К. Рихтер // Международный журнал по физическому воспитанию. – 2007. – №3. – С.101–106 (на англ. яз.).
215. Manchen-Helfen O. Reise ins asiatic Tuwa. – Berlin, 1931.
216. Bruner J. S., MacGinnis R. The Effect of Mentor of the Academic Career // Scientometrics-Amsteram. – Budapest, 1985. – V.7. – №3. – P.225–280.
217. Rothert H., Tepper W. Manual of basic holds in wrestling for children. – Lausanne, 1990. – P.10–19.
218. Saarikko S. Project education as a means for activating young people. Case «New winds» // Sport for all in Finland. – 1993. – 309p.
219. Lasarus M. Riez des Spiel. – Berlin, 1907.

220. Radloff W. Reise den Altai nach dew Telezker. See und dem Abakan // A. Erman. Archivfur. Wissenschaftliche Kunde von Russland, Bd. XXIII. Berlin, 1864. – P.284–312.
221. Domann G., Domann D., Nagy B. Hoy to teach your baby be physically superb. – Garden Gity Park, New York, – 1994. – 334p.
222. Nowak Ema. Физическое развитие детей и подростков в возрасте 4–18 лет. – «Primateriab Jn St Wzorn, Przem», 1985. – №76. – С.1–116.
223. Radloff W. Reise den Altai nach dew Telezker. See und dem Abakan // A. Erman. Archivfur. Wissenschaftliche Kunde von Russland, Bd. XXIII. Berlin, 1864. – P.284–312.

П Р И Л О Ж Е Н И Я

ПРИЛОЖЕНИЯ

1. Способ стыковки рога к плечу — «ласточкин хвост».
2. Длина рогов лука.
3. Угол наклона рога по отношению к плечу.



Лук в разрезе: 1 – рукоять (а, б); 2 – плечо в разрезе; 3 – стык:

а) прямой стык, б) ласточкин хвост, в) вставка из рога домашней козы под тетиву;

4 – рог лука; 5 – амортизатор тетивы из *кажык* – «бабки» КРС



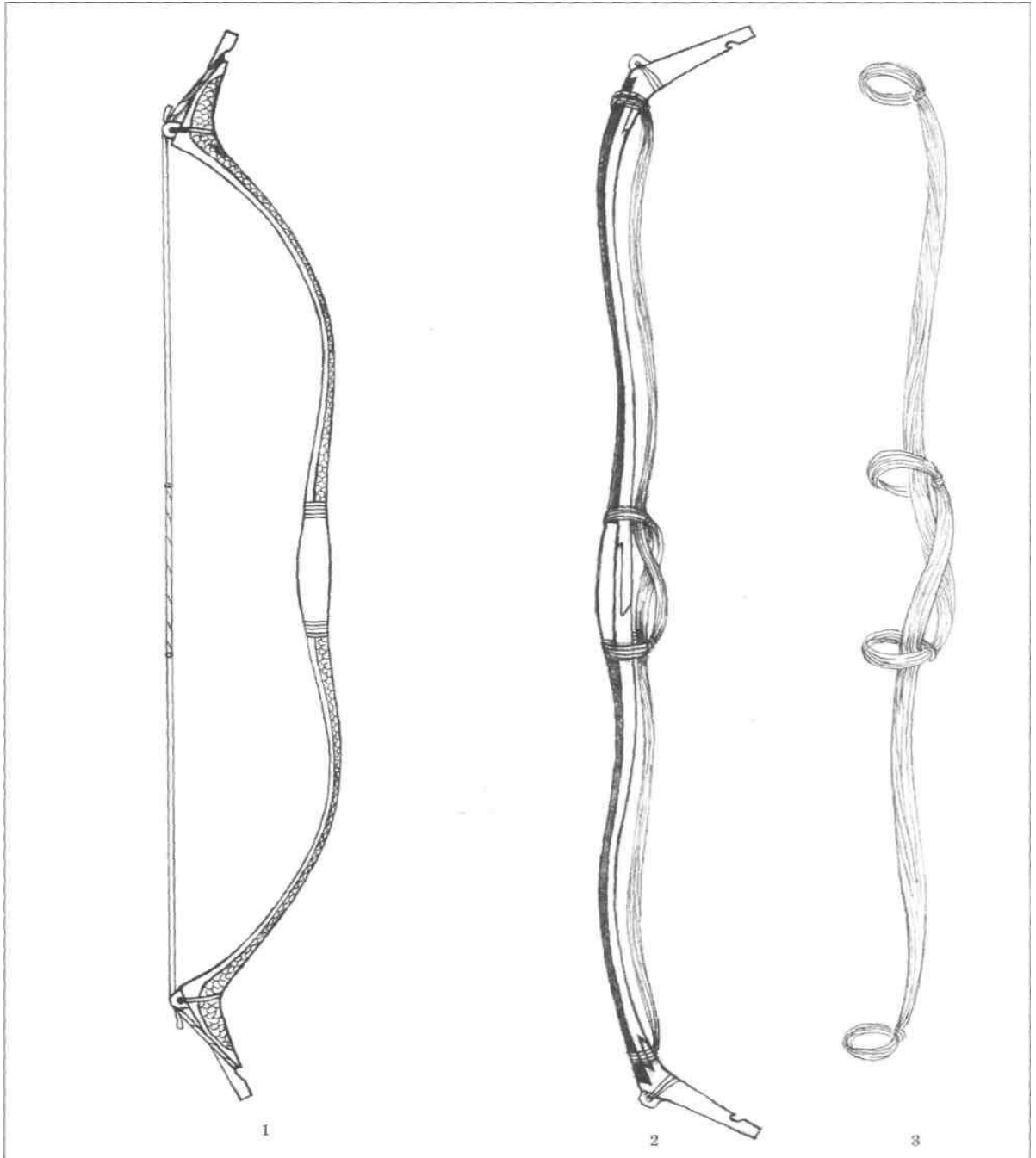
Расстояние между натянутой тетивой и рукоятью лука



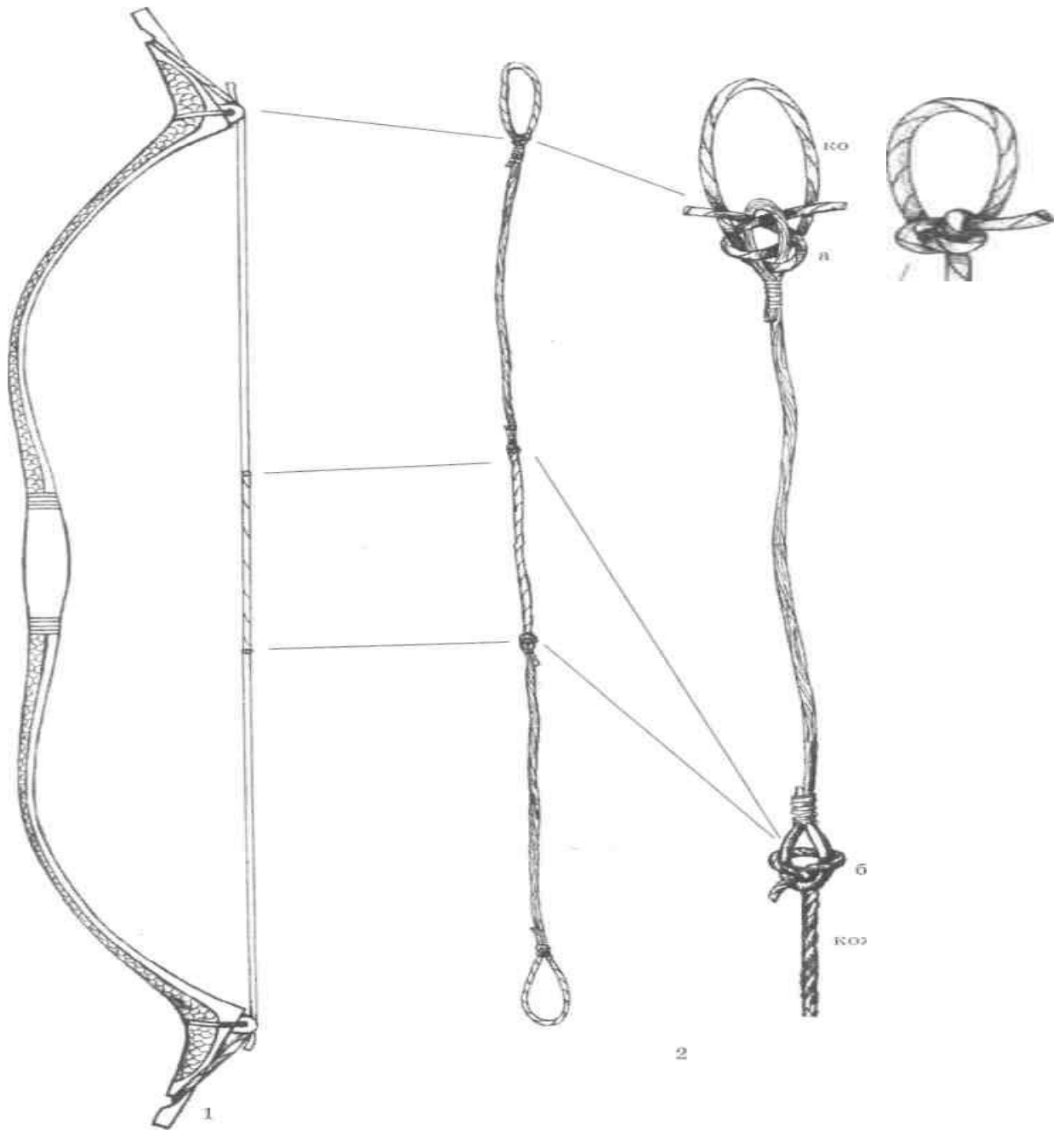
Длина лука – кулаш «сажень»



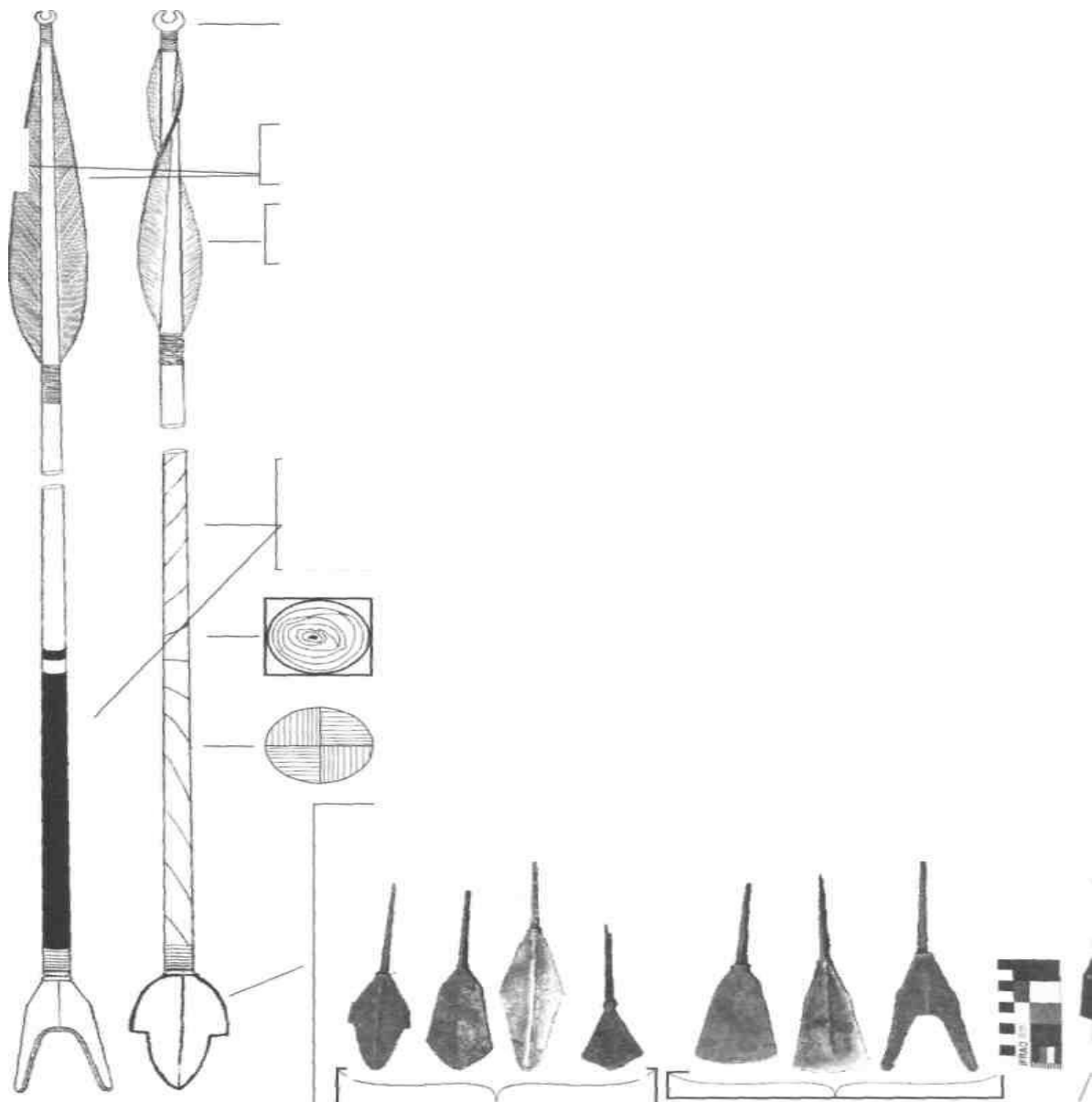
Длина тетивы – *кулаш*



1 – лук; 2, 3 – способ наложения сухожилия



1 – лук; 2 – сложносоставная тетива (кожа и сухожилия); 2 (а) – узел фиксации тетивы у основания рогов лука; 2 (б) – узел стыковки тетивы в месте установки стрелы; 3 – простая тетива (кожа); 4 – узел простой тетивы



Хвостовик кес

Оперение:

1.
используется
орла, дятла, глухаря;

С

наконечником
хвостовое

казыдак
оперение

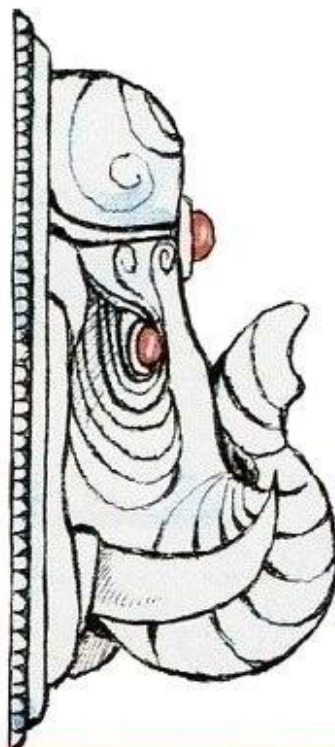
2. С наконечником *тейлиг* — маховое перо с крыльев грифа, орла, дятла, глухаря.



ТР-ниң Начын мөгези / Почетное звание «Начын мөгө Республики Тыва»



ТР-ниң Арзылаң мөгези / Почетное звание «Арзылан мөгө Республики Тыва»



ТР-ниң Чаан мөгези / Почетное звание «Чаан мөгө Республикы Тыва»



ТР-ниң Күчүтен мөгези / Почетное звание «Күчүтен мөгө Республикы Тыва»