

На правах рукописи

*Э. Р. М. Борне*

Рэгжийбуу НЯМДОРЖ

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ  
СОРЕВНОВАНИЙ ПО МОНГОЛЬСКОЙ БОРЬБЕ НА ОСНОВЕ  
ИННОВАЦИОННЫХ ПОДХОДОВ**

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

**АВТОРЕФЕРАТ**

диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Улан-Удэ – 2015

Работа выполнена на кафедре спортивных дисциплин  
ФГБОУ ВПО «Бурятский государственный университет»

- Научный руководитель:** **Самдандоржийн Жамц**  
член корреспондент МАО,  
доктор педагогических наук, профессор  
Монгольского института спорта и физической культуры
- Официальные оппоненты:** **Абаева Любовь Лубсановна**  
доктор исторических наук, профессор, главный научный сотрудник Отдела философии, культурологи и религиоведения Института монголоведения, буддологии и тибетологии СО РАН
- Антропов Александр Ильич**  
кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания ФГБОУ ВПО «Бурятская сельскохозяйственная академия им. В.Р. Филиппова»
- Ведущая организация:** ФГБОУ ВПО «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева», г. Красноярск.

Защита состоится 23 октября 2015 года в 11.00 часов на заседании диссертационного совета Д.212.022.02 при ФГБОУ ВПО «Бурятский государственный университет» по адресу: 670000, Бурятия, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24 а.

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке ФГБОУ ВПО «Бурятский государственный университет» по адресу: 670000, Бурятия, г. Улан-Удэ, ул. Ранжурова, 4 а, а также на сайте <http://www.bsu.ru>

Автореферат разослан «22» сентября 2015 г.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** Монгольская борьба – национальный вид спорта с тысячелетней историей, являющийся культурным наследием монголов.

Уникальными чертами монгольской борьбы, отличающими ее от других видов национальной и международной борьбы, являются: отсутствие весовых категорий; отсутствие строго установленных пространственных ограничений; завершение схватки не по решению судей или начислению очков, а по тому признаку, остается ли выигравший борец на ногах, а проигравший падает; в соревнованиях параллельно используется два способа определения соперника – жеребьевка и *амлах* (выбор борцами своих соперников, в порядке их рейтинга); уникальная система выявления чемпиона с участием большого количества борцов.

Вместе с тем письменных исторических источников, которые бы точно указывали на время возникновения монгольской борьбы, нет. Предполагается, что борьба возникла в период каменного века, или около 20 000 лет назад (Батчулуун Л., 1998). Самым ранним документом о борьбе, найденным на территории современной Монголии, является наскальный рисунок на горе Жавхлант сомона Ханбогд аймака Өмнөговь, открытый археологом Д. Цэвээндоржем (2008). На рисунке изображены фигуры двух борющихся людей. Установленный возраст данного петроглифа около 6000 лет (Цэвээндорж Д., 2008). Другим свидетельством является наскальный рисунок, найденный на горе Дэл Хөнжлийн аймака Дундговь. На нем крупным планом изображены двое мужчин с собранными на голове волосами, которые борются в захвате, нанесены мелкие изображения множества сидящих вокруг людей. По данному рисунку позднего бронзового века можно судить о том, что на территории современной Монголии борьба обрела признаки праздника-зрелища 3000 лет назад (Цэвээндорж Д., 2008). Археологическим документом более позднего периода – периода гуннов – является фигура двух борцов на железной пряжке пояса. Это доказывает то, что монгольская борьба практиковалась более 2200 лет назад (Цэвээндорж Д., 2008).

В монгольской борьбе кроме закаливания организма человека, способности выдерживать большие физические нагрузки и гармоничного физического развития важную роль играли вопросы воспитания: уважение старших, развитие морально-волевых качеств,

острого ума, способности самостоятельно принимать решения, признание более сильного и т. д.

К сожалению, до 1990 г. научно-методических исследований по монгольской борьбе не проводилось, издавалось недостаточное количество специальной литературы, в которой рассматривались вопросы возникновения понятия «борьба», традиционные обычаи монгольской борьбы, биографии и истории знаменитых и прославленных борцов и их спортивные достижения.

По своему объему, содержанию документальной информации представляют интерес следующие издания: Ж. Дамдин «Монгольская борьба» (1966, 1971, 2002), Л. Ням-Осор, Б. Батсүх «Развитие монгольской борьбы» (1989), Бат-Очир Ц. «Три наадама мужей власти Түгээмэл элбэгт, Бүрэнч засагч» (2008), Бат-Очир Ц. «Три наадама мужей власти Бадаргуут»: в 3 т. (2000), «Три наадама мужей власти Түгээмэл элбэгт, Бүрэнч засагч» (2008), С. Ням-Осор «Биография ста борцов» (1983) и др.

В 1990 г. была создана Федерация национальной борьбы Монголии (ФНБМ), которая начала исследования монгольской борьбы как темы для исторически важной научной работы монгольских ученых. Автор в своем докладе на первом съезде ФНБМ впервые определил то, что монгольская борьба является самостоятельным объектом исследования, должна развиваться по следующим основным направлениям: **первое** – теория, практика, история; **второе** – место возникновения; **третье** – антропология монгольской борьбы и **четвертое** – психология монгольской борьбы.

Создание Центра исследования монгольской борьбы в 1990 г. обусловило проведение первых научно-практических конференций по монгольской борьбе, и с этого периода в словарный фонд монгольского языка вошли и начали использовать такие понятия, как «исследование борьбы», «исследователь борьбы» и т. д.

На сегодняшний день существует ряд монографических исследований, в которых рассмотрены отдельные вопросы монгольской борьбы, защищены диссертации по данной тематике, но небольшое количество ученых из Монголии и Внутренней Монголии (Х. Баянмөнх, П. Дагвасүрэн, Г. Батсүх, Б. Буяндэлгэр, Л. Болд, Д. Эрдэнэцогт) и незначительное количество изданий свидетельствуют о том, что научно-исследовательская работа находится на ранней стадии и осталось много незатронутых, неисследованных вопросов. В связи с этим нами выбра-

ны следующие вопросы, относящиеся к категории теоретических исследований: понятие «монгольская борьба», принципы монгольской борьбы, базовые принципы и инновация в системе соревнований без изменения его первоначального вида.

Необходимость разрешения этой проблемы обусловила актуальность данного исследования по теме «Совершенствование системы организации соревнований по монгольской борьбе на основе инновационных подходов».

**Степень изученности проблемы.** Фактически материалом исследования послужили рукописные архивные и этнографические источники, которые характеризуют национальные виды спорта кочевых народов Азии, спортивные состязания по монгольской национальной борьбе, являющиеся основой традиционных праздников монгольского народа.

Самобытные народные физические упражнения и игры монгольского народа изучали многие исследователи (Авирмэд Б., 2007; Адъяаа Ш., Ерэнтэй Б., 2005; Адъяасүрэн Ц., Нямбуу Х., 1987; Бат-Очир Ц., 1991; Батсүх Г., 2007, 2008; Батчулуун Л., 1998; Буяндэлгэр Б., 2008; Дагвасүрэн П., 2000; Нямдорж Р., 2002, 2006, 2010, 2014; Бат-Эрдэнэ Б., 2015 и др.).

О традиционном празднике Наадам писали Ш. Адъяаа, Б. Ерэнтэй (2005), Ц. Бат-Очир (2008), Р. Галиндэв (1978), Р. Нямдорж, Б. Цогтбаатар (2014), в их трудах представлены мифологические, фольклорные сведения о монгольской национальной борьбе.

**Источники исследования.** Источниковой базой нашего исследования являются:

1) архивные материалы (научные архивы: МНУ, Института «Аварга», Центра исследования борьбы ФМНБ, Центрального государственного архива Монголии);

2) фольклорные материалы – Секретное (сокровенное) сказание монголов (2008) и др.

3) исторические документы – документы о монгольской борьбе в исторических источниках (Бямбаа Е., 2015), Краткая история физической культуры (Лхагвасүрэн Г., 1999), Фундаментальные вопросы исторического развития монгольской борьбы, исследования борьбы (Содной Т., 2004),

4) словари – Англо-русско-монгольский словарь (Сод Б.,

2002); Малый толковый словарь ритуалов и традиций монгольской борьбы (Адъяасүрэн Ц., 1997).

**Объектом исследования** является система соревнований по монгольской борьбе.

**Предметом исследования** является становление и развитие системы организации соревнований по монгольской борьбе.

**Цель исследования** состоит в повышении эффективности системы организации соревнований по монгольской борьбе.

**Гипотеза исследования.** Анализ составляющих понятия «монгольская борьба» и разработка системы определения победителей будет способствовать установлению следующего принципа: обязательное участие не только борцов, но и представителей различных слоев населения в обсуждении вопросов, связанных с борьбой. Это защитит монгольскую борьбу от субъективного влияния, окажет большое влияние на сохранение его первоначального облика и правильное его развитие. Формулировка явных правил соревнований, гарантирование неизменного, неприкосновенного состояния монгольской борьбы станет фундаментальным принципом осуществления инноваций при совершенствовании системы соревнований, которое достигается установлением четкого регламента схватки, присвоением титулов «ястреб», «гаруда» (мифическая священная птица) в 6-м и 8-м турах, не имевших до последнего времени самостоятельных титулов, обеспечение вызова борцов, жеребьевка в 4-м туре борьбы. Это должно повысить мотивацию борцов к достижению новых титулов и результатов, искоренить коммерциализацию в борьбе. Все это обеспечит дальнейшее развитие монгольской борьбы и повысит зрелищность соревнований.

**Задачи исследования:**

1. Сформировать основные понятия и термины монгольской борьбы в современных условиях.

2. Проанализировать условия для сохранения неизменности и неприкосновенности основ монгольской борьбы при инновационном подходе к совершенствованию системы соревнований.

3. Разработать современную систему организации и проведения соревнований по монгольской борьбе.

**Методы исследования.**

Для получения научной информации использовались следующие методы: историко-теоретический анализ; обобщение и систе-

матизация исторических материалов, сравнительно-исторический анализ и обобщение литературных источников; изучение архивных и исторических материалов; эмпирический, констатирующий, системный, структурный и статистический анализ; обобщение результатов практики и изучение опыта развития национальной борьбы Монголии.

**Научная новизна исследования** состоит в следующем:

- впервые предпринята попытка осуществления комплексного исследования становления и развития монгольской национальной борьбы;
- впервые сформулированы инновационные пути для сохранения основ монгольской борьбы;
- впервые разработаны и внедрены в систему соревнований 50 изменений в монгольской борьбе;
- впервые сформулированы 5 основных «истин» монгольской борьбы: во-первых, проигравший борец не имеет права продолжать борьбу; во-вторых, не выдавать высший титул тому борцу, который многократно преодолевал порог нижнего титула; в-третьих, все туры должны проводиться по жеребьевке; в-четвертых, борьба завершается падением одного из борцов; в-пятых, возможны некоторые ограничения свобод в монгольской борьбе (время борьбы, принудительные захваты);
- разработана единая система монгольской борьбы, которая состоит из следующих самостоятельных подсистем: «Борьба», «Борцы», «Правила борьбы», «Организаторская команда», «Любители борьбы»;
- в систему присвоения титулов внесены два дополнения: «ястреб» и «гаруда» в 6-м и 8-м туре.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в следующем:

1. Разработаны научно-методические основы составляющих понятия «монгольская борьба», определены условия неприкосновенности и сохранения ее первоначальных «истин» и облика.

2. Установлены некоторые базовые понятия монгольской борьбы, научно обоснованные новшества для дальнейшего совершенствования системы организации соревнований по монгольской борьбе.

3. Полученные результаты исследования направлены на повышение эффективности системы организации соревнований по монгольской борьбе. Непосредственное прикладное значение работы состоит в разработке и внедрении теоретически и практически обоснованных технологий подготовки борцов различного возраста и квалификации.

**Практическая значимость исследования** обусловлена возможностью использования его результатов и выводов:

- в области управления системой организаций соревнований по монгольской борьбе;

- в организации соревнований по возрастным категориям: борьба в дошкольных учреждениях; «старт чемпионов» – 9–10 лет, 11–12 лет, 13–14 лет, борьба среди подростков 15, 16, 17 и 18 лет, борьба возрастных спортсменов 45 лет и старше, борьба сильнейших спортсменов.

Нововведения в процессе исследования могут быть использованы в качестве теоретических и практических обоснований для совершенствования других национальных видов спорта с сохранением всех традиций и в соответствии с современными требованиями монгольского общества.

**Теоретико-методологической основой** исследования являются:

1. Труды ученых Монголии: Б. Батсүх, Л. Ням-Осор («Развитие монгольской борьбы». Улан-Батор, 1989), Т. Содной («Проба шести капель из океана монгольской борьбы». Улан-Батор, 1994), Ш. Ванчинхүү («О монгольской борьбе». Улан-Батор, 1949), Р. Галиндэв («Монгольская национальная борьба». Улан-Батор, 1976), Р. Зориг («Монгольский народный спорт». Улан-Батор, 1960), («Рукопись по изучению великих силачей. XIX век»), Б. Буяндэлгэр («Философское исследование борьбы», тетрадь первая. Улан-Батор, 2003), Г. Батсүх («Учебник монгольской борьбы». Улан-Батор, 2002), П. Дагвасүрэн («Изучение и обучение монгольской борьбе». Улан-Батор, 2003), Г. Батсүх («Введение в секреты монгольской борьбы». Улан-Батор, 2007), Т. Содной («Историческое развитие монгольской борьбы, фундаментальные вопросы исследования борьбы». Улан-Батор, 2004).

2. Востоковедные исследования российских ученых, в том числе по вопросам национальных видов борьбы (Дашиноорбоев В. Д., 1999, 2000; Калмыков С. В., 1994, 1995, Калмыков С. В. с соавт., 1986, 2000, 2012; Ооржак Х. Д.-Н., 1994, 1995; Павлов А. Е., 2010, 2012; Сагалеев А. С., 2012; Сагалеев А. С. с соавт., 2006, 2008, 2011; и др.).

**Положения, выносимые на защиту:**

- реконструкция исторической картины становления монгольской национальной борьбы и этнической монгольской физической культуры показала их инновационный характер, раскрыла их этноинтегрирующую роль;



- определение составляющих понятия монгольской борьбы выявило неизменность и неприкосновенность ее основ;

- усовершенствованная система присвоения титулов и званий устанавливает временные ограничения продолжительности схватки, обновляет рейтинг и правила жеребьевки в монгольской национальной борьбе;

- исследованы результаты совершенствования системы организации соревнований по монгольской борьбе (опрос спортсменов, тренеров, ученых и специалистов).

**Обоснованность и достоверность** полученных результатов исследования определяются теоретико-методологической базой, комплексом адекватных методов, соответствующих задачам исследования. Полученные данные подтверждаются включением правительством Монголии национальной борьбы в программы дошкольного образования, СОШ, спортивных клубов.

**Апробация результатов исследования** осуществлялась на международных, республиканских научно-практических конференциях в Монголии, Китае, России. По теме диссертации опубликованы статьи, учебники и монографии общим объемом более 132 п. л., в том числе в трех рецензируемых изданиях.

**Организация исследования** – исследование проведено в период с 2010 по 2015 г. в два этапа:

- **первый этап (2010–2012)** – изучение состояния системы организации соревнований по монгольской борьбе, определение проблемы, анализ научно-методической литературы, сбор и анализ полученных данных и разработка концептуального подхода;

- **второй этап (2013–2015)** – обоснование системы организации соревнований по монгольской борьбе, оценка педагогического потенциала монгольской борьбы, обработка, обобщение, интерпретация полученных результатов и оформление диссертационной работы.

**Структура и объем диссертационного исследования.** Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы, приложений и составляет 163 страницы.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **введении** обосновывается актуальность исследуемой проблемы, определяются цель, объект, предмет, задачи исследования, раскрываются научная новизна и практическая значимость работы, характеризуется методологическая база и методы исследования, формулируются основные положения, выносимые на защиту.

В **первой главе «Теоретико-методологическое обоснование системы организации соревнований по монгольской борьбе»** осуществлен анализ исторической литературы и этнографических источников, раскрываются понятия «монгольская борьба», «монгольская национальная борьба», «национальная борьба», описано зарождение и исторические особенности развития монгольской национальной борьбы.

Монгольские национальные виды спорта имеют прикладную направленность. Они исторически сложились в относительно этнически однородной группе населения, компактно проживающей на территории современной Монголии. В настоящее время идет процесс дальнейшего возрождения традиций и обычаев монгольского народа, наблюдается повышение интереса к зрелищным мероприятиям, таким как великий национальный праздник Наадам.

Национальная борьба монголов как культурное явление представляет собой несомненный научный и познавательный интерес. Многие исследователи отмечают особую роль монгольской борьбы в воспитании молодого поколения Монголии (Бат-Эрдэнэ Б., 2003, 2015; Баянмөнх Х., 1994; Нямдорж Р., 2002, 2006, 2010, 2014, 2015).

Монгольская национальная борьба как часть самобытной культуры монголов наиболее полно удовлетворяет естественное желание человека помериться силой, показать свою удачу, смекалку и смелость. Этот вид борьбы представляет собой самый распространенный и популярный вид спорта у монгольского народа. Выполнение ритуального танца орла в начале и после поединка является отличительной чертой и служит подготовкой к схватке, придает соревнованиям динамичность, театрализованность и зрелищность. Монгольская борьба как национальный вид спорта с тысячелетней историей является культурным наследием монголов.

Специалисты активно используют понятия «монгольская борьба», «монгольская национальная борьба», «национальная борьба»,

но до сих пор научного определения этого понятия не выработано.

Тем не менее имеется немало фактов нахождения монгольскими учеными-историками документов по тематике монгольской борьбы, содержащих определения, разъяснения и заключения, которые в основном относятся только к двум моментам: во-первых, как возникло наименование «борьба», во-вторых, когда возникла монгольская борьба.

Историк, академик Х. Пэрлээ писал: «монгольское племя Хамниган из Восточной Азии называли вождя своего народа Мофо Мохэ», указывая, что «в V веке лидера государства Кидан называли мофэ-гэ, в VI веке в государстве Кидан называли мохэ-фо, в государстве монголов – мофо, соответственно, считается, что слово мохэ/мофо является монгольским словом бөх с превращением буквы “Б” в букву “М”» (Пэрлээ Х., 1956).

Другие исследователи считают, что слово «бөх» произошло от слова «бат бөх», т. е. крепкий, прочный. В древние времена во время охоты люди подвергались нападению диких животных, получали травмы и даже погибали, но некоторые оставались невредимыми, и таких избранных людей называли «бат бөх хүн» (крепкими людьми), в дальнейшем «бөх» (борец).

Многие авторы придерживались этой версии. Например, Р. Зориг писал, что «из древних традиций и обычаев монголов видно, что борцом в первую очередь называли очень сильного, здорового и энергичного человека» (Пэрлээ Х., 1956).

Исследователь монгольских народных устных произведений У. Загдсүрэн (1969) отмечал, что понятие «борец» на самом деле означает «крепкий», «мужественный», «обладатель бойцовских качеств».

Но авторы не дали разъяснений, что подразумевается под словом «бөх» – борьба или борющийся человек. В других литературных источниках этого периода гипотез образования слова «бөх», отличных от выдвинутых вышеуказанными исследователями, не встречается.

Таким образом, мы поставили перед собой задачу определить понятие «монгольская борьба». По нашему мнению, она представляет собой единую систему и состоит из следующих самостоятельных подсистем: «Борьба», «Борцы», «Правила борьбы», «Организаторская команда», «Любители борьбы».



Рис. 1. Составляющие понятия «монгольская борьба»

Если рассматривать монгольскую борьбу как одну из основных составных частей Наадама и как отдельную единую систему, то элементами этой системы является «Борьба» как вид спорта со своими традициями, обычаями, организацией соревнований, который сформировался много тысячелетий назад и являлся основой воспитания многих поколений с учетом исторических, культурных особенностей монгольского народа.

Борцы – это спортсмены различного возраста и квалификации, принимающие участие в соревнованиях разного уровня.

1. У детей дошкольного возраста (5–6 лет) соревнования проводятся каждую неделю, это необходимо для формирования правильного понимания монгольской борьбы, обеспечения физического развития детей, придания им стойкости и воспитания уважения к монгольской культуре.

2. Соревнования «Старт чемпионов». Эти соревнования организуются и проводятся в школах, районах по возрастным категориям 9–10 лет, 11–12 лет и 13–14 лет.

3. Борьба среди подростков. Проводится среди юношей по трем возрастным категориям – 16, 17 и 18 лет, ежегодно организуются чемпионаты страны, в которых принимают участие лучшие молодые борцы аймаков и районов. Кроме этого, среди мальчиков возраста 15–16 лет каждый квартал проводится 5 соревнований, включая праздники Белого месяца.

Эти соревнования имеют большое значение для повышения борцовского мастерства юных спортсменов, их поощрения, придания им мужества, предоставляют возможность взаимного обмена опытом.

4. Борьба борцов старше 45 лет, которая носит оздоровительный характер, очень важна с точки зрения обеспечения возможностей изучения их мастерства и опыта.

5. Борьба сильнейших борцов. Традиционно проводится по следующим классам:

- чемпионат страны среди молодежи (возраст 19–20 лет). Это соревнования, проводимые с целью повышения уровня мастерства, совершенствования соревновательной деятельности;

- борьба с титулами сомонов. Эти соревнования проводятся каждый месяц, в них принимают участие 360–640 борцов. Эти соревнования имеют своей целью повышение мастерства, дальнейшего совершенствования системы подготовки молодежи, которая в будущем претендует на титулы аймаков и страны;

- соревнования с титулами аймаков и ниже. Эти соревнования также проводятся каждый месяц, и в них постоянно принимает участие 256 борцов;

- соревнования с титулами страны и ниже. В Наадаме принимают участие 512–1024 борца, в новогоднем празднике Белого месяца, за Дары четырех гор, праздниках Дня независимости Монголии – 256 борцов, в других соревнованиях, которые проводятся не менее двух раз в месяц, – 224 борца – прославленные борцы современности.

Спортивно-профессиональная деятельность накладывает своеобразный отпечаток на существующую систему подготовки с самого раннего возраста. В этом аспекте по-новому рассматриваются проблемы индивидуализации, поскольку в профессиональном спорте интересен не только тот спортсмен, который устанавливает мировой рекорд и т. д., но и его оппоненты, без индивидуального своеобразия которых спортивное действие теряет зрелищность (Калмыков С. В., 2008).

Правила борьбы – система соревнований, которая на протяжении многих веков претерпевала различного рода изменения в определении победителей, в присвоении различных титулов и т. д.

В монгольской борьбе традиционным является одевание борцов, куда входят шапка, *зодог* (грудное одевание), *шуудаг* (набедренное одевание), плащ и сапоги в соответствии с моделью и размером, установленными правилами.

### **Неизменяемость действий и движений, выполняемых борцом до и после борьбы**

Выход борца к своему секунданту (*засуул*), *дэлэх дэвэх*, *шавах*, *гарах* – это действия, проводимые до борьбы. *Тахим авч өгөх* (согнуть колени), *орох* (совершение круга вокруг флага) классифицируются как действия, проводимые после борьбы.

До своего выхода борец обоими руками опирается о колени, стоит некоторое время в полусидячем положении, хлопает два раза по внутренней части бедер и один раз по задней части, всего три раза. Это является действием, выражающим намерение бороться в трех играх мужей.

Борец отходит от *засуул*, подходит к флагу, трибуне, делает оборот по часовой стрелке. И выход в стойку, и хлопанье по бедрам означает следующее: «давай честно бороться, без постороннего вмешательства». Кроме того, такое хлопанье по бедрам в начале и конце выхода предназначено для раздражения периферийных нервов и должно быть достаточно сильным.

*Дэлэх* происходит от слова *дэлэм* и означает опору одной рукой на *засуул* и проведение движения другой рукой (*дэлэм*). *Дэвэх* – это движения двумя руками, подобные взмахам крыльев птиц.

Если борцы небольшого телосложения быстро двигают руками, подобно взмахам крыльев ястребов, соколов, с руками в положении ныряния, прыгая на месте, то борцы крупного телосложения выполняют взмахи подобно птице *Хангарьд*, это спокойные, тяжелые движения.

Если при проведении *дэвэх* борцы поднимают ноги как можно выше, намеренно делают интенсивные движения, то это оказывает положительное влияние на кровообращение нижних конечностей. Прыжки на месте, интенсивные хлопки стимулируют кровообращение и подготавливают тело к напряженной борьбе.

Таким образом, выход борцов, *дэлэх*, *дэвэх* – это уникальный способ разминки тела, кроме того, является особенным ритуалом, отсутствующим в других видах национального спорта, показывающим силу и мощь мужчин.

Борец отходит от *засуул* и *дэвэн дэсээр*, подходит к флагу, гербу и трибуне, вращается по часовой стрелке, выполняет движения, сходные со складыванием крыльев птицы в момент ее посадки, занимает полусидячее положение, поворачивает грудь в направлении выхода от *засуул*, топает 2–3 раза, поворачивает грудь в другую сторону, аналогично *дэвнэ*, смотрит прямо перед собой и один раз *дэвнэ*, потом делает движение по постепенному опусканию рук, сходным с складыванием крыльев большой птицы.

В конце *шаваа* опираются о колени, вдыхают глубоко через нос, на некоторый промежуток времени задерживают дыхание, полно-

стью успокаиваются и концентрируют внимание. После проведения *шаваа* два борца выбирают место борьбы и становятся в стойку.

*Өрөх* – это стойка двух борцов друг перед другом с опорой на колени двумя руками. *Өрөх* – это очень краткосрочный период наблюдения перед схваткой, имеющий психологические и тактические характеристики. Двое борцов стремятся выяснить в течение этого краткого периода стойки решительность, смелость друг друга, одновременно с этим они стремятся получить психологическое преимущество и дать почувствовать это сопернику своим взглядом. Кроме этого, они распознают стойку соперника и выбирают способы взятия захватов, проводимых приемов и тактику борьбы.

Таким образом, после стойки борцы выполняют захваты, проводят приемы, соревнуются умом, меряются силой, и борьба заканчивается победой одного из них.

После окончания борьбы совершают обряды *тахим авах*, *өгөх* и *орох*.

Победитель пробегает небольшое расстояние в направлении флага, герба и трибуны, прыгает, поворачивается по часовой стрелке, а в это время упавший борец расстегивает свой *элэг бүс* и ожидает его.

Расстегивание *элэг бүс* является выражением признания своего падения. Вне зависимости от того, кто остался на ногах, а кто упал, борец уважительно проходит под поднятой правой рукой борца со старшим титулом, большим рейтингом, и оба делают движение полуоборота по часовой стрелке.

*Тахим авах өгөх* является традицией, имеющейся только в монгольской борьбе, она символизирует чистоту помыслов борцов. После *тахим авах өгөх засуул* уважительно надевает правой рукой шапку победившего борца, борец обходит по часовой стрелке флаги, бежит к месту своего выхода. Такие традиционные действия, проводимые до начала и после завершения борьбы, исполняют роль разминки и других видах спорта, и наряду с обеспечением психологической готовности являются выражением достоинства монгольского человека.

### **Монгольская борьба без учета весовых категорий**

Имеется немало видов национальной борьбы стран и народов мира, которые не учитывают весовые различия. Одним из них является монгольская борьба. В силу того, что монгольская борьба не

имеет ограниченных решений по надавливанию весом тела или выталкиванию весом тела из маленького круга, она имеет более богатое содержание в сравнении с борьбой с весовыми ограничениями.

В борьбе без учета веса победителей выявляют по природным данным борцов, что демонстрирует равенство возможностей каждого, снимает психологические барьеры. С другой стороны, борьба без учета веса является способом защиты достоинства титулов. Титулы борцов являются обозначением славы борцов. Борца называют по имени перед всем народом, кроме того, титулы борцов очень почитаются в народе.

Самым высоким титулом в монгольской борьбе является титул чемпиона (исполина). Нация в полной мере признает, что борец с титулом чемпиона является лидером (хааном) всех живых монголов и борцом наивысшего уровня.

За титулом чемпиона следуют титулы «лев», «гаруда», «слон», «ястреб» и «сокол», которые народ также почитает, но не на уровне чемпиона. Это является четкой разницей в ценности титулов борцов. Их ценность измеряется тем, что титулы получают сильнейшие мужчины страны без учета их веса. В истории монгольской борьбы имеется много сотен случаев рождения борцов, достигших высоких титулов независимо от их веса.

Если в монгольскую борьбу введут судейство по нескольким весовым категориям, то для каждого веса надо будет выдавать титулы «исполина», «льва», «гаруды», «слона», «ястреба» и «сокола». Возникнет вопрос, кто лучший борец: «лев», победивший в весе 60 кг, или «сокол», победивший в пяти турах в весе 100 кг?

В борьбе без учета веса выявляется лучший по своим природным данным, эта система поднимает престиж титулов, в эту систему нельзя вносить изменения.

**Организаторская команда** – Министерство культуры спорта и туризма, ФНБМ, различные организации, имеющие косвенное отношение к спортивной деятельности в процессе подготовки и проведения крупных соревнований, таких как Наадам.

**Любители борьбы – зрители.** В связи с этим в несколько ином плане выступает зритель. Он уже должен рассматриваться как специфический фактор, интересы зрителей необходимо учитывать в процессе подготовки борцов к спортивному действию.

Таким образом, система подготовки соревнований, построенная без учета интересов потребителей спортивно-культурных ценно-



стей, представляется незавершенной, неполной. Условно данный подход в спорте можно сравнить с ситуацией в сфере производства, когда выпуск товаров осуществляется без учета спроса на него (т. е. потребительских интересов). В результате без обратной связи невозможно говорить о наличии функциональной системы как таковой. Как известно, любая система подразумевает диалектическую взаимосвязь (Калмыков С. В., 2008).

Нет никаких сомнений в том, что борьба как способ проверки силы и ловкости мужчин появилась примерно в одно и то же время. Тысячелетия тому назад у каждого народа возникла борьба со своими особенностями. Ее традиции передавались из поколения в поколение, она совершенствовалась, в Корее это борьба *ширым*, в Японии *сумо*, в Испании *канара*, в отношении монгольских народов: в Монголии – *бөх*, *бөхийн барилдаан*, в Бурятии *бухэ барилдаан*, в Туве *хуреш*, Саха (Якутия) – *хапсагай*, во Внутренней Монголии – *зангиат* и т. д.

Г. Эрдэнэ (1987, 1992) в своей книге «Искусство борьбы» пишет о китайских источниках, в которых упоминается традиция встреч вождей племен аймака гуннов во дворце Шаньюйн, города Луут в первом месяце лета каждого года, они совершали обряды поклонения могилам предков, небу, земле и организовывали борцовские поединки. К этому времени монгольская борьба стала неотъемлемой частью массовых праздников. Имеется немало документов, доказывающих, что в государствах Сянби, Табо Вэй, Уйгар и Кидан, образованных после империи гуннов, во время праздников проводилась борьба. Например, в честь переноса столицы в город Хар балгас был проведен большой праздник, где прошла борьба, и победителю выдали титул «хаан», что отмечено в трактатах государства Тан, Кидан (Ляо) (Эрдэнэ Г., 1987, 1992).

Таким образом, монгольская борьба продолжала оставаться основной частью праздников племен, аймаков Монголии, что сохранилось до образования в XIII в. Великой монгольской империи.

Во все времена при возведении на престол хаана Монголии, начиная с Чингисхана (1162–1227) и его наследника Өгөөдэй хаана (1186–1241), Батмөнх даян хаана (1464–1543) и при заложении в 1235 г. города Хархорин, и в начале строительства в 1255 г. города Кайпан в окрестностях Долнуура для Хубилай хаана, и при строительстве в 1586 г. Халхын Автай цэцэн (1540–1586) хааном монастыря Эрдэнэ зуу проводились наадамы и в том числе борьба.

Позже, когда в 1640 г. сын Түшээт хана Гомбодоржа Занабазара стал лидером ламаистов, при проведении обряда «Даншиг» в местности Өлзийт (Ширээт) Цагаан нуур, расположенного на территории современного сомона Гурванбулаг аймака Булган, состоялся первый наадам «Долоон хошуу даншиг», который непрерывно проводился более 200 лет, до 1912 г. (Эрдэнэ Г., 1987, 1992).

В вышеуказанных наадамах продолжали проводить соревнования по борьбе. Одновременно с этим, после оккупации Монголии маньчжурами, в 1772 г. вышел указ о ежегодном проведении ритуалов поклонения горам Хан (Богд) и Хэнтий хан, посвященные этому игры проводились до 20-х гг. XX в.

После победы народной революции и взятия Кяхты в августе 1921 г. солдаты и партизаны во время празднования победы на сопке Солдат аймака Сэлэнгэ организовали наадам, что ознаменовало начало новейшей истории монгольской национальной борьбы.

Начиная с этого момента 11–12 июля каждого года в столице, аймаках, районах и во всех сомонах Монголии проводится великий национальный праздник Наадам, где борются борцы, проводятся скачки на лошадях и стрельба из лука.

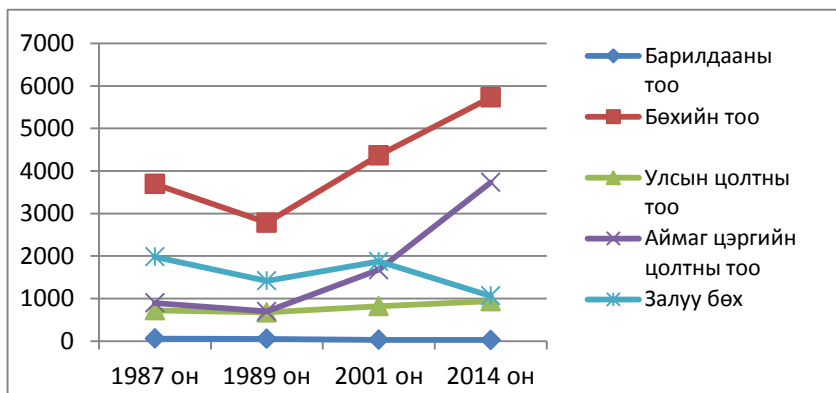
Таким образом, в современной Монголии созданы все условия для занятия борьбой всех лиц мужского пола в возрасте от 5 до 50 лет. В таблице 1 и на графике 1 представлены количество соревнований, участников и их состав в разные годы.

Таблица 1

Сравнительная таблица количества соревнований, участников и их состав в различные годы

№	Год	Кол-во соревнований	Кол-во борцов		Кол-во борцов с титулами страны		С титулами аймаков, армии		Молодые борцы	
			Кол-во	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	
1	1987	57	3690	723	19,6	894	24,2	1981	53,7	
2	1989	50	2784	673	24,1	695	24,9	1417	50,8	
3	2001	28	4368	821	18,8	1675	38,3	1872	42,9	
4	2014	25	5728	936	16,4	3729	65,2	1063	18,6	

График 1



Во второй главе «Традиции монгольской борьбы и вопросы ее обновления» рассматриваются вопросы дальнейшего совершенствования системы организаций соревнований по монгольской борьбе. Традицией называются обычаи, порядки, которые образовались в определенном периоде, возникли и передаются из поколения в поколение. Исследование исторических документов всех наадамов, прошедших за последние сто лет в Монголии, позволило разделить историю борьбы в XX в. на три периода:

1. Начальный период (1900–1920 гг.).
2. Период народной революции (1921–1990 гг.).
3. Период нового развития (после 1990 г.).

Необходимо принять во внимание, что в истории даншиг и наадамов десяти властей, организованных в Монголии в первые 20 лет, больше говорится о традициях и особенностях монгольской борьбы.

Что касается системы организации соревнований, утвержденной советом ФНБМ в 1990 году, при округлении дробных чисел, относящихся к шестому и восьмому турам, был использован принцип отбрасывания дробной части. Но в последние годы больше начали говорить о присвоении титула «льва» борцу, победившему в восьми турах, это соответствует использованию округления дробной части в большую сторону, что является обратной стороной принципа, используемого нами и ранее. Такой способ уже применялся в практике монгольской борьбы.

Несмотря на это, до настоящего времени ни один из этих вариантов не разрешил споров о титулах борцов. Необходимо полностью отказаться от древней традиции присвоения одинаковых титулов на двух различных турах и независимых титулов в отношении победителей при системе использования дробных и целых чисел, что станет действительно правильной системой присвоения титулов. При этом при пяти победах присваивать титул «сокол», при шести победах – титул «ястреб», при семи победах – титул «слон», при восьми победах – титул «гаруда», при девяти победах – титул «лев», при десяти победах – титул «чемпион».

Присвоение соответствующих титулов для каждого тура борьбы окончательно решило бы споры о статусе борцов.

Вторым нововведением стало бы то, что борец, который подтвердил свой титул (а не борец с множеством украшений), в первую очередь начал брать *ам*, т. е. право первоочередного выбора. Такой подход решил бы вопрос оценки успехов борцов, уменьшил бы коммерциализацию борьбы, дал возможность к стремлению подтверждения титулов.

Эти изменения значительно усовершенствуют систему организации соревнований по монгольской борьбе в соответствии с современными требованиями демократического общества.

В связи с переходом Монголии в 1990 г. на путь демократического общества и организацией Федерации национальной борьбы Монголии были проведены научно обоснованные изменения в системе организации соревнований по монгольской борьбе в соответствии с требованиями рыночных отношений.

Основным изменением является установление временных ограничений в монгольской борьбе. В силу того, что для монголов, занимающихся животноводством на обширных территориях, время не имело особого значения, и в связи с этим особых требований по времени проведения борьбы не возникало. А с переходом на рыночные отношения время превратилось в ценность, и естественным образом возникло требование по установлению определенного срока борцовской схватки. Поэтому ФНБМ была поставлена цель установить временные ограничения в монгольской борьбе.

В силу того, что общественность не принимала идеи установления сроков проведения схватки по монгольской борьбе, ФНБМ выдвинула инициативу проведения соревнований нового класса

«Борьба борцов с высокими рейтингами по оценке туров», которая начала проводиться в экспериментальном порядке с 1996 г. с целью подготовки общественного мнения.

По правилам данных соревнований продолжительность схватки в одном туре будет составлять 25–30 минут. Если в течение этого срока не будет выявлен победитель, то они будут платить определенный штраф за каждую минуту просрочки, и, таким образом, в 1996 г., впервые в монгольскую борьбу было введено понятие временного ограничения.

Борьба борцов с высокими рейтингами по оценке туров проводилась в течение 3 лет, и после такой подготовки общественного мнения на заседании Совета ФНБМ от 4 июня 1999 г. в пункт 4.6 правил монгольской борьбы были внесены изменения, время схватки было официально установлено, что стало первым изменением в тысячелетней истории монгольской борьбы. Вначале были установлены следующие временные ограничения:

- 1, 2, 3-й тур – 20 минут;
- 4, 5-й тур – 25 минут;
- 6-й тур – 30 минут;
- 7-й тур – 35 минут;
- 8-й тур – 40 минут;
- 9, 10-й тур – 45 минут.

Затем на заседании Совета от 12 апреля 2002 г. были внесены следующие изменения:

- 1, 2, 3-й тур – 10 минут;
- 4, 5-й тур – 15 минут;
- 6, 7-й тур – 20 минут;
- 8, 9, 10-й тур – 25 минут.

В связи с выходом закона Монголии «О великом национальном празднике Наадаме» в «Правилах национальной борьбы на Великих национальных праздниках наадамах», утвержденных постановлением Правительства № 164 от 2003 г., сроки продолжения схватки на 1, 2, 3 и 4-м турах были установлены равными 10 минутам, на 5, 6 и 7-м туре – 15 минутам, на 8, 9 и 10-м туре – 30 минутам соответственно.

Установление временных ограничений в монгольской борьбе привело правила монгольской борьбы в соответствие с современными требованиями общества.

При сравнении вопросов исследования центра «Альтернатива» и свободного обсуждения были получены следующие результаты.

### **О поддержке обновления правил, канонов монгольской борьбы**

		Количество лиц, принявших участие	Поддержали	Процент
1	Опрос	1000	881	81,2
2	Обсуждение	307	256	83,4

### **О рейтинговании борцов с одинаковыми титулами по показанными ими успехами**

		Количество лиц, принявших участие	Поддержали	Процент
1	Опрос	1000	608	60,8
2	Обсуждение	307	246	80,1

### **О поддержке проведения четвертого тура государственных праздников наадамов в форме, отличной от *амлах***

		Количество лиц, принявших участие	Поддержали	Процент
1	Опрос	1000	878	87,8
2	Обсуждение	307	256	83,4

### **О поддержке присуждения титулов за каждый тур после пятого тура государственных наадамов**

		Количество лиц, принявших участие	Поддержали	Процент
1	Опрос	1000	438	43,8
2	Обсуждение	307	187	60,9

### **О поддержке присуждения титулов способом сравнения**

		Количество лиц, принявших участие	Поддержали	Процент
1	Опрос	1000	119	11,9
2	Обсуждение	307	6	2,0

Таким образом, из опроса тысячи людей и обсуждения с участием 307 человек и мнений членов совета вытекает следующее заключение:

1. Совет ФНБМ должен принять требование, поддержанное подавляющим большинством участников опроса общественности Монголии и свободного обсуждения «Инновации правил Монгольской борьбы, канонов» (81,4–83,4 %), и изменить «Правила монгольской национальной борьбы».

2. Утвердить на заседании Совета ФНБМ предложение, поддержанное подавляющим большинством (80,1–87,8 %) участников опроса общественности Монголии и свободного обсуждения, проводить четвертый тур государственного праздника Наадам и других соревнований способом, отличным от *амлах*, и указать это в правилах национальной борьбы.

3. Утвердить на заседании Совета ФНБМ инновацию, поддержанную подавляющим большинством (60,8–80,1 %) участников опроса общественности Монголии и свободного обсуждения, по «Рейтингованию борцов с одинаковыми титулами, их успехов по подтверждению титулов» и ввести в «Правила монгольской национальной борьбы».

4. Убрать из правил национальной борьбы положение о выдаче титулов способом *дүйцүүлэх*, поддержанное 2,0–11,9 % участников опроса общественности Монголии и свободного обсуждения и не поддержанное подавляющим большинством в 88,1–98 %.

5. В силу того, что на вопросы о присвоении титулов на каждом туре выше пятого, участники опроса дали различные ответы, решено оставить их на рассмотрение Совета.

Таким образом, результаты опроса и обсуждения имеют важное значение для принятия решений Советом ФНБМ.

## ВЫВОДЫ

1. Исторические и археологические исследования, проводимые в Монголии, показывают, что понятие «бөх» возникло от слов «бат бөх» (крепкий, прочный) и от слов «бат бөх хун» (крепкие люди). Таким образом, понятие «борец» на самом деле означает «крепкий», «мужественный», «обладающий бойцовскими качествами». Условия и уклад жизни монголов имели большое значение в формировании своеобразной и самобытной народной культуры. В Монголии национальная борьба является одним из основных традиционных видов спорта и важнейшим элементом воспитания молодого поколения.

2. Разработаны и сформулированы основные понятия и термины: «монгольская борьба», «борьба», «борцы», «правила борьбы», «организаторская команда», «любители борьбы».

3. Монгольская борьба – культурное наследие монголов, она возникла в древние времена и сохранилась в неизменном виде, «неприкосновенном» состоянии, что является ее отличительной чертой.

В «неприкосновенное» состояние входят:

- одеяние борцов;
- неизменность действий и движений, выполняемых до и после борьбы;
- борьба без учета весовых категорий.

4. В связи с переходом Монголии в 1990 г. на путь демократического общества Федерацией национальной борьбы Монголии были введены научно обоснованные изменения в систему организации соревнований по монгольской борьбе в соответствии с требованиями рыночных отношений:

1) Установление временных ограничений в монгольской борьбе.

2) Новые варианты присвоения титулов:

- при пяти победах – «сокол»;
- при шести победах – «ястреб»;
- при семи победах – «слон»;
- при восьми победах – «гаруда»;
- при девяти победах – «лев»;
- при десяти победах – «чемпион».

3) Борец, который подтвердил свой титул, имеет право *ам*, т. е. право первоочередного выбора.

5. Главная цель любого народа – эффективное использование национальных видов спорта (у монголов это борьба), их возможностей в воспитании молодежи, формировании здорового образа жизни населения, оздоровлении нации, на этой основе достойное воспитание спортсменов (дзюдо, самбо, вольная борьба и др.) и в результате их яркие выступления на Олимпийских играх, чемпионатах мира, Азии и на других крупнейших международных соревнованиях.

Монгольская национальная борьба развивалась, формировалась и совершенствовалась на протяжении многих тысячелетий, передаваясь из поколения в поколение. Характерной особенностью монгольской национальной борьбы является динамичность, общедо-



ступность, зрелищность, что обеспечивается системой соревнований и ее постоянным совершенствованием.

Таким образом, в работе нами предпринята попытка восполнить историческую картину развития монгольской национальной борьбы, взглянуть в прошлое. Использование богатейших традиций, учет позитивного и негативного опыта культурного наследия монголов помогут в дальнейшем совершенствовании национальных видов спорта Монголии.

## **ОСНОВНЫЕ ПУБЛИКАЦИИ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ**

### *Статьи в рецензируемых журналах и изданиях*

1. Нямдорж Р. Единоборство как феномен этнокультуры монгольских народов / Р. Нямдорж, Б. Бат-Эрдэнэ, А. С. Сагалеев // Вестник Бурятского государственного университета. – 2015. – Вып. 8: Востоковедение. – С. 89–94.

2. Нямдорж Р. Становление и развитие монгольской борьбы как культурного наследия монголов [Электронный ресурс] / Р. Нямдорж, А. Е. Павлов // European Social Science Journal. – 2015. – № 6. Режим доступа: <http://mii-info.ru>

3. Нямдорж Р. Теоретико-методические основы востоковедных исследований в физической культуре и спорте / Р. Нямдорж, Б. Бат-Эрдэнэ, А. С. Сагалеев // Вестник Бурятского государственного университета. – 2015. – Вып. 8: Востоковедение. – С. 95–102.

### *Монографии*

4. Нямдорж Р. 50 новых реализаций в монгольской борьбе / Р. Нямдорж. – Улан-Батор, 2015.

5. Нямдорж Р. Второй съезд по монгольской национальной борьбе / Р. Нямдорж. – Улан-Батор, 1994.

6. Нямдорж Р. История Федерации монгольской национальной борьбы / Р. Нямдорж. – Улан-Батор, 2015.

7. Нямдорж Р. Их Монгол Улс байгуулагдсаны 800 жилийн ой, Ардын хувьсгалын 85 жилийн ой, Үндэсний их баяр наадам / Р. Нямдорж. – Улан-Батор, 2006.

8. Нямдорж Р. Их Монгол Улс байгуулагдсаны 807 жилийн ой,

Ардын хувьсгалын 92 жилийн ой, Үндэсний их баяр налаам / Р. Нямдорж. – Улан-Батор, 2013.

9. Нямдорж Р. МҮБХ-нд хэрүүл маргаан гараад байдгийн учир юу вэ? / Р. Нямдорж. – Улан-Батор, 2006.

10. Нямдорж Р. Энциклопедия монгольской борьбы / Р. Нямдорж. – Улан-Батор, 2013.

11. Нямдорж Р. Первый съезд монгольской национальной борьбы / Р. Нямдорж. – Улан-Батор, 1991.

12. Нямдорж Р. Монгол бөхийн барилдааны давуу талууд / Р. Нямдорж, Б. Бат-Эрдэнэ, Д. Данзан // Монголчуудын бөхийн соёл-1 / Мөн Өвөрмонголын Биеийн тамир спортын Шит нжлэх ухааны сэтгүүлийн. – Улан-Батор, 2011.

13. Нямдорж Р. Монгол бөхөд анхлан суралцах бичиг / Р. Нямдорж, Б. Бат-Эрдэнэ, Д. Данзан. – Улан-Батор, 2007, 2010, 2015.

14. Нямдорж Р. Монголын үндэсний бөхийн холбооноос монгол бөхөө дээдлэх үзлийг шинэ шатанд гаргах талаар зохиосон ажлын тойм / Р. Нямдорж, Б. Бат-Эрдэнэ // Өвөрмонголын Биеийн тамир спортын Шинжлэх ухааны сэтгүүлийн 2015 оны 15/156-д хэвлэгдсэн.

### *Статьи*

15. Нямдорж Р. К вопросу о понятии «монгольская борьба» / Р. Нямдорж, А. Е. Павлов // Интеграция национально-этнических традиций в физическом воспитании и спорте для профилактики экстремизма в молодежной среде: материалы круглого стола V Международного этнокультурного фестиваля «Ёрдынские игры» 13 июня 2015 г. / Ирк. филиал ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»; отв. ред. Е. В. Воробьева, Н. Г. Богданович. – Иркутск: Мегатринт, 2015. – С. 90–95.

Подписано в печать 21.09.15. Формат 60 x 84 1/16.

Усл.печ. л. 1,5. Тираж 100 экз. Заказ 206.

Издательство Бурятского госуниверситета  
670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а  
e-mail: riobsu@gmail.com

Отпечатано в типографии Издательства БГУ  
670000, г. Улан-Удэ, ул. Сухэ-Батора, 3а