

ПРОИСХОЖДЕНИЕ ВИДА СПОРТА «БОРЬБА НА ПОЯСАХ»

Очилов Элбек Олимович

Доцент Узбекского государственного университета
мировых языков

АННОТАЦИЯ

Борьба на поясах совершенствовалась веками. В ходе дальнейшего развития этого вида и совершенствования правил проведения соревнований необходимо сохранить самобытные и эффективные приемы и основу борьбы. А приемы национальных видов единоборств входят в арсенал технических действий некоторых олимпийских видов борьбы.

***Ключевые слова.** Борьба на поясах, национальный, международный, спорт.*

ABSTRACT

Belt wrestling has been perfected over the centuries. In the course of further development of this type and improvement of the rules of competitions, it is necessary to preserve original and effective techniques and the basis of wrestling. And the techniques of national types of martial arts are included in the arsenal of technical actions of some Olympic types of wrestling.

***Keywords.** Belt wrestling, national, international, sport.*

ВВЕДЕНИЕ

Борьба на поясах с незапамятных времен верно служила нашим предкам: была средством воспитания, укрепления здоровья, помогала растить сильную, крепкую физически и духовно готовую к жизненным испытаниям молодежь. Развивается техника, наука, изменяются условия жизни людей. Несмотря на это, остается интерес к национальным традициям и культуре. Пример тому – все возрастающая тяга к национальной борьбе, как молодежи, занимающейся ею, так и широкой публики, зачарованной ее зрелищностью.

Самобытны и разнообразны виды единоборств, такие же разные, как народы и эпохи, их создавшие. Техника достижения победы оттачивалась в течение веков, проходила естественный отбор, хранилась культурами разных народов, передавалась из поколения в поколение и дошла до наших дней в виде национальных видов борьбы.

ОБСУЖДЕНИЕ И РЕЗУЛЬТАТЫ

Все ранее существовавшие и существующие виды борьбы можно разделить, а точнее классифицировать на несколько групп. В основе классификации положен важный признак каждого вида борьбы – приемы

борьбы с противником. В итоге большинство видов борьбы разделено на семь групп:

- борьба в стойке без действий ногами и захватов ниже пояса;
- борьба в стойке с действием ногами, без захвата ниже пояса;
- борьба в стойке с действием ногами и захватами ниже пояса;
- борьба в стойке и партере без действия ногами и захватов ниже пояса;
- борьба в стойке и партере с действиями ногами, захватами ниже пояса;
- борьба в стойке и партере с действиями ногами, захватами ниже пояса и болевыми приёмами;
- борьба в стойке и партере с действиями ногами, захватами ниже пояса, болевыми и удушающими приемами.

Названия видов борьбы сложились на основе языка народа, который ее культивировал. Рассмотрим, в соответствии с классификацией, из каких же видов борьбы произошла борьба на поясах.

1. Борьба в стойке без действий ногами и захватов ниже пояса.

Характерной особенностью техники в этой группе борьбы являются силовые движения, при помощи которых борец поднимает противника и бросает или сваливает его на спину. Поединок, как правило, проходит на травяной площадке. К данной группе относятся:

Русская народная борьба (в схватку с захватом накрест).

Борьба проводилась в повседневной одежде, захваты строго ограничивались. Борцы сцепляли руки на спине, захватив друг друга накрест. Задача – свалить противника или повалить на спину. Время борьбы не ограничивалось.

Молдавская борьба (трыньтэ-дрянтэ). Молдавская национальная борьба. Одежда – холщовые рубашки и брюки с поясом-шарфом. Борцы также делали захваты крест-накрест, захватывая пояс. Задача – бросить противника на обе лопатки. Время схватки неограниченно.

Татарская борьба (корэш). Национальная борьба татар. Костюм – красно-зеленый с красным кушаком. Борец, после захвата кушака, длинную часть его забрасывает на поясицу соперника под его разноименной рукой и захватывает другой рукой над разноименной рукой соперника и, наклоняясь вперед, кладет голову на правое плечо соперника. Для победы нужно оторвать соперника от ковра и бросить на спину или другую часть тела. Через 3 минуты схватка останавливается и продолжается далее с завязанными кушаками. Длительность схватки 6 минут.

Узбекская борьба (кураш). Одежда – национальный халат, стеганный с мягким поясом. Противники захватывают пояс правой рукой на спине и накручивают его на руку. Захват отпускать нельзя.левой рукой можно делать захваты за любое место и отпускать их. Для победы нужно бросить противника на ковер. Не разрешается бросать противника через ноги. Время схватки неограниченно.

Древнегреческая борьба. Эта борьба известна нам по литературным источникам и памятникам искусства. По правилам разрешалось противника захватывать руками туловище не ниже пояса. Задача – повалить противника спиной на ковер. Время схватки не ограничивалось.

Башкирская борьба (курэи). Национальная борьба башкирского народа. Костюм – красно-зеленый с мягким кушаком. Борцы, после захвата кушака, длинную часть его забрасывают на поясицу соперника под его разноименной рукой, и захватывает другой рукой над разноименной рукой соперника и, наклоняясь вперед, кладет голову на правое плечо соперника. Для победы нужно оторвать соперника от ковра и бросить на спину или другую часть тела. Через 3 минуты схватка останавливается и продолжается далее с завязанными кушаками. Длительность схватки 6 минут.

2. Борьба в стойке с действием ногами, без захватов ниже пояса.

В этой группе характерной чертой борьбы является: костюм имеет мягкий пояс, разрешаются подножки. Хотя, несмотря на различие в некоторой специфике и национальных костюмах, перечисленные виды борьбы имеют много общих приемов. Борьба проводится на траве или мягкой площадке.

Казахская борьба (курес). Национальная борьба казахов. Одежда – национальный халат, с мягким поясом. Так же разрешается бороться и в трусах, но с поясом. Задача – повалить противника на лопатки, но, не отрывая рук от пояса. Разрешается применять любые броски через ноги. Длительность схватки 15 минут.

Киргизская борьба (курес). Национальная борьба киргизов. Костюм - национальный халат с мягким поясом. Разрешается делать захваты за пояс и за любое место халата выше пояса, а также броски через ноги. Победителем признается борец, бросивший своего противника на спину. Время неограниченно.

Таджикская борьба (гушти). Национальная борьба таджиков. Одежда – национальный халат с мягким поясом. Захваты выполняются за любое место пояса, отворота халата и рукава. Захватывать ниже пояса не разрешается.

Разрешаются броски через ноги. Задача – бросить противника спиной вниз (хотя бы на одну лопатку). Время схватки - 10 мин.

Туркменская борьба (гореш). Национальная борьба туркмен. Одежда – национальный халат (до коленей), подвязанный мягким поясом. Разрешается делать захваты за пояс и любое место халата выше пояса. Победитель должен бросить своего противника на спину так, чтобы тот коснулся земли тремя точками. Разрешается делать броски через ноги. Время схватки неограниченно.

Грузинская борьба (чидаоба). Национальная борьба грузин. Костюм – трусы и специальная короткая куртка из парусины с таким же поясом, которая называется чоха. Захваты выполняются за любое место чохи выше пояса. Разрешается делать броски через ноги. Победитель должен бросить противника спиной на ковер, не дожимая и не переворачивая его. При отсутствии чистой победы лучшему борцу присуждается полпобеды. Борьба обязательно проводится под национальную музыку. Длительность схватки – 5 мин.

Армянская борьба (кох). Национальная борьба армян. Одежда – борцы носят специальный халат – чоха с мягким поясом. Задача – бросить противника спиной на ковер, не дожимая и не поворачивая его. Захваты выполняются за пояс и за чоху выше пояса. Разрешаются броски через ноги. Время схватки неограниченно, но обычно борьба продолжается не более 5-10 мин.

Молдавская борьба (трыньтэ-купэдикэ). Разновидность национальной борьбы молдаван. Костюм – холщовая рубашка и брюки с мягким поясом-шарфом. Разрешается делать захват за пояс и бросать через ноги. Цель – бросить противника на обе лопатки. Время борьбы неограниченно.

Якутская борьба на поясах (курдацан тустуу). Разновидность якутской народной борьбы. Одежда – трусы и матерчатый пояс. Захваты выполняются только за пояс. Разрешается делать подножки. Задача – сбить противника на три точки. Время схватки неограниченно.

3. Борьба в стойке с действием ногами и захватами ниже пояса.

Особенность этой группы борьбы – все приемы проводятся с захватами ниже пояса одновременно с применением приемов ногами. Несмотря на различие в костюме (в одних видах борьбы туловище борца обнажено, в других – борцы надевают специальную куртку), общим остается пояс, за который делаются захваты. Борьба в партере не проводится. Место борьбы – травяная, песчаная или снежная площадка.

Таджикская борьба (бухарская гушти). Разновидность национальной борьбы таджиков. Развивалась среди населения Бухары. Костюм – национальный халат с поясом. Применяются захваты за брюки на бедрах, не

ниже коленей. Задача – бросить противника на спину. Время схвати неограниченно.

Тувинская борьба (куреш). Национальная борьба тувинцев. Одежда – прочные холщовые трусы-плавки – судаю, пояс. Также одевалась специальная куртка – содаю, которая состоит только из спинки и рукавов. Куртка спереди закрепляется планками из сыромятной кожи. Бороться можно и без куртки. Захваты выполняются за любое место куртки, за трусы и любую часть тела. Разрешаются броски через ноги. Победа присуждается за прикосновение к земле противника четырьмя точками. Время схватки неограниченно.

Монгольская борьба (барильда). Национальная борьба монголов. Костюм такой же, как у тувинских борцов только без курток, которые называются удаю, бороться не разрешается. Правила те же, что и в тувинской борьбе. Поражение фиксируется при прикосновении противника к земле 3 точками.

Якутская борьба (хапсагай). Национальная борьба якутов. Одежда борцов состоит из трусов (бандажа) и мягкой обуви. Борются и в обычной одежде. Захваты выполняются за любую часть тела противника, за туловище и ноги. Разрешаются броски через ноги. Падать вместе с противником и раньше него не разрешается. Задача – заставить противника прикоснуться к земле третьей точкой (встать на колени или коснуться рукой). Время схватки неограниченно.

Существовали попытки модернизировать правила и приблизить их к вольной борьбе (к международным правилам). Победу присуждали за бросок на спину, живот или в положении сидя. Однако эти правила в народной борьбе не привились.

Японская борьба (сумо). Японская народная борьба. Одежда – плавкибандаж из плотной материи. Разрешается выполнять захваты за любую часть тела и делать подножки. Задача – бросить противника на землю на три точки или вытолкнуть его из круга (заставить коснуться ногой жгута соломы). Имеет много различных ритуальных церемоний перед началом борьбы. Время схватки неограниченно. Получила развитие среди борцов-профессионалов. Место борьбы – площадка, ограниченная кругом из жгутов рисовой соломы размером до 5 м в диаметре.

Швейцарская старая борьба (швайцершвиген). Старая народная борьба швейцарцев. Костюм – обыкновенные национальные брюки и куртка с мягким поясом. Разрешается выполнять захваты за пояс и ноги, а также делать подножки. Задача – сбить противника на колени, бросить на бок или спину. Время схватки не ограничивается.

Швейцарская новая борьба (сюис либр). Разновидность швейцарской народной борьбы более позднего времени. Одежда – специальные трусы или обычные брюки и пояс. Разрешается делать захваты за пояс, брюки, любую часть тела и бросать через ноги. Задача – бросить противника на спину. Время схватки по уговору – 5 и 10 мин.

Туркменская вольная борьба (хивинская). Разновидность туркменской борьбы, культивируемой хивинцами. Костюм обычный, национальный, с поясом. Разрешается выполнять захваты за пояс, куртку и за ноги. Задача – бросить противника на спину (на три точки). Время борьбы неограниченно.

Английская свободная борьба (кэтч голд). Старинная английская борьба. Костюм — обычные трусы или короткие брюки. Разрешается делать захваты за любую часть тела и применять подножки. Задача – бросить противника на спину. Время борьбы неограниченно.

Узбекская борьба (бухарская). Разновидность узбекской народной борьбы среди жителей Бухары. Одежда – национальный халат с мягким поясом. Разрешается делать захваты за пояс, подножки и захватывать за ноги. Задача борьбы – бросить противника на спину. Время борьбы неограниченно.

4. Борьба в стойке и в партере без действия ногами и захватов ниже пояса – классическая борьба (греко-римская).

Международная спортивная борьба. Характерная черта этого вида борьбы – борьба в партере. Несмотря на ограниченное количество захватов (не ниже пояса) и запрещение применять броски с действием ног, эта борьба содержит большое количество приемов, так как допускает переворачивание противника на спину из положения стоя на колени и лежа (партер). Место борьбы – специальный ковер. Костюм – трусы с плечиками (трико) и ботинки из мягкой кожи. Для победы нужно прижать противника спиной к коврику (туше). Победа присуждается и за проведение приемов (по баллам). Время схватки часто изменялось.

5. Борьба в стойке и в партере с действием ногами и захватами ниже пояса.

Для этой группы характерны приемы с захватами за ноги как при борьбе в стойке, так и в партере. Кроме того, разрешается применять приемы с действием ногами.

Древнеегипетская борьба. Эта борьба известна нам из истории по изображениям на могильных плитах в селении Бени Гассан (Средний Нил). На них нарисовано 242 приема вольной борьбы в стойке и партере, а также захваты за различные части тела и различные приемы ногами.

Древнегреческая (панкратион). Разновидность борьбы древних греков. Костюм – бандаж-плавки. Разрешалось делать приемы с захватами за ноги и выполнять приемы ногами. Задача – прижать противника спиной к земле. Время неограниченно.

Азербайджанская борьба (гюлеш). Национальная борьба народов Азербайджана. Одежда – прочные брюки специального покроя с мягким поясом. Брюки немного ниже коленей, сильно сужены. Захваты делаются за туловище, ноги, пояс и любое место брюк. Допускаются подножки. При борьбе в партере разрешается переворачивать противника на спину, используя с этой целью захваты руками за туловище, ноги, брюки и с помощью своих ног. Цель – прижать противника обеими лопатками к коврику. Время схватки 15 мин. Победа присуждается также и за большее число проведенных приемов.

Вольная борьба. Международная спортивная борьба. Ковер для борьбы и костюм спортсмена такие же, как и в греко-римской борьбе. Также определяют и победителя. Разрешается выполнять захваты за ноги и делать подножки. В партере допускается переворачивать противника на спину, используя для этого любые захваты, обхваты и действия ногами.

Иранская борьба (персидская кошти). Борьба народов Ирана. Место борьбы – травяная площадка, не ограниченная размером. Костюм обычные брюки, туловище обнажено. Разрешается делать захваты за любую часть тела и применять действия ногами в стойке и партере. Задача – положить противника на спину. Время схватки неограниченно.

Пакистанская борьба (кушти). Борьба ведется в матерчатых плавках и босиком на земляной площадке. Цель борьбы – свалить или повернуть противника на спину. Разрешаются захваты за любую часть тела и приемы ногами в стойке и партере. Время неограниченно. Распространена только среди профессионалов.

Турецкая борьба (гюреш). Национальная борьба турок. Одежда – обычные национальные брюки с мягким поясом. Разрешается делать захваты за туловище, руки и ноги, пояс и брюки, делать подножки и поворачивать противника спиной вниз в партере. Задача – прижать противника спиной к коврику, время схватки неограниченно. Борцам разрешали смазывать тело оливковым маслом.

Ланкаширская борьба (ольд фри реслинг). Старая вольная борьба англичан (Ланкаширского графства). Костюм – обычные брюки, туловище обнажено. Разрешается захватывать за любую часть тела. Борьба ведется в стойке и

партере с подножками и действием ногами. Цель борьбы – прижать противника спиной к коврику. Время схватки неограниченно.

6. Борьба в стойке в партере с действиями ногами, захватами ниже пояса и болевыми приемами.

В этой группе видов борьбы разрешается применять броски, удержания на спине и болевые приемы (перегибание и поворачивание конечностей в суставах, и различные сдавливания). Запрещаются лишь удары и опасные для жизни захваты. Болевые приемы применяются с целью принудить противника к сдаче.

Японская борьба (дзюдо). Разновидность японской борьбы. В Японии существует как система физического воспитания. Место борьбы — специальный, сложенный из рисовых циновок ковер — татами. Костюм (кимono) — специальный халат с поясом и холщовые брюки несколько ниже коленей. Борьба ведется босиком. Применяются захваты за пояс и любую часть халата выше пояса. Разрешается захватывать ногу, если она поднята и не стоит на ковре. Разрешаются действия ногами, захваты суставов рук (кроме кисти) с целью причинить болевое ощущение, удушающий захват горла при помощи отворотов халата и предплечья. Кроме того, разрешается удерживать противника спиной вниз, прижимаясь к нему туловищем. Для победы надо четко бросить противника спиной вниз (не обязательно оставаясь в положении стоя) или удерживать его спиной вниз в течение 30 сек., или принудить его к сдаче, применяя болевой или удушающий прием. Победа присуждается также за лучшие технические действия. Время схватки ограничено условием — по 5 или 10 мин.

Борьба самбо (самозащита без оружия). Борьба, сложившаяся в приемов борьбы дзюдо, греко-римской, национальных видов борьбы народностей некоторых приемов самозащиты. Место борьбы – ковер, как в греко-римской и вольной борьбе. Костюм борцов — трусы, борцовки с мягкой подошвой и специальная куртка с мягким поясом. В борьбе применяются болевые приемы на руки и ноги (кроме удушающих приемов). Победа присуждается за бросок на спину (при этом атакующий должен остаться стоять на ногах) и за болевой прием в положении лежа. В остальных случаях победа присуждается по очкам. Оценка по очкам непрерывно изменяется и совершенствуется.

Вольно-американская борьба (кэч-эз-кэч-кэн). Любительская борьба, культивируемая в США, главным образом, в колледжах и университетах. Костюм — обычные трусы или трико и ботинки. Разрешается применять все приемы, которые выполняются в вольной борьбе по международным правилам, и дополнительно болевые приемы на суставы рук и ног с целью повернуть

противника спиной вниз. Задача – прижать противника спиной к коврику на 2 сек. Время, установленное для борьбы, – 10 мин.

Вольно-американская профессиональная борьба (реслинг). Борьба, распространенная среди профессиональных борцов США, Франции, Италии, других странах. Место борьбы – ковер, ограничиваемый барьером или канатами, – ринг. Одежда – обычные борцовские трусы и ботинки. Разрешается выполнять любые приемы, в том числе удушающие и болевые, с целью прижать противника спиной к коврику. Время поединков устанавливается по специальным условиям матчевой встречи. Соревнования носят коммерческий характер.

Голландская борьба (самозащита). Приемы борьбы, культивируемые в Старой Голландии, известны по литературному источнику Фабиана Ауэрсвальда «Искусство борьбы» (1539) и гравюрам на меди известного художника Дюрера. В этой борьбе, судя по гравюрам, применялись подножки, броски с захватом ног руками и болевые приемы на руки в стойке и партере. Костюм – обычный национальный: куртка с поясом и брюки несколько ниже коленей, туфли. Победа присуждалась, когда противник признавал себя побежденным. Время схватки не ограничивалось.

Борьба, как вид спорта, культивируется различными народами на протяжении многих веков. Каждый народ в разные исторические эпохи проводил соревнования по борьбе. В них он отражал свои национальные обычаи и особенности культуры. В соревнованиях создавались различные приемы для достижения победы. Так, с течением времени рождались правила состязаний и техника борьбы. Это привело к образованию большого количества различных видов борьбы. Одни из них уже исчезли и известны лишь по памятникам искусства и литературным источникам, другие получили распространение и широко используются в современной спортивной практике.

В мире, где существует широкое разнообразие культур, а также видов спорта, всегда будет жить извечная мечта о сближении и единении народов, но одновременно неизбежно желание быть первыми, значительными, неповторимыми, поэтому необходимо сохранить самобытность и основу борьбы на поясах.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ (REFERENCES)

1. Ильдарханов И.Г. Мы родом из «Курэш». Казань: Гасыр, 2003. 42 с.
2. Кашгарий, М. *Devonu lugatit turk.* Фан Наширети. 1960. 344 с.

3. Ким-Кимэн А.Н. Кузнецова З.М. Развитие традиций предков во славу якутского спорта. //Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2018.
4. Кузнецов, А.С., Шулика Ю.А. Теоретические основы и методология овладения техникой и тактикой борьбы на поясах. Казань: Поволжская ГАФКСиТ. 2010. 264 с.
5. Кузнецова З.М. История физической культуры и спорта в Республике Татарстан. Монография. Набережные Челны: КамГиФК. 1999. 268 с.
6. Рустамов, Л. Х. (2013). Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания. *Педагогика и современность*, (3), 69-76.
7. Рустамов, Л. Х. (2013). Физическая культура и ее влияние на организм человека. In *Актуальные вопросы современной науки* (pp. 99-103).