

## БУРЯТСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ ТРОЕБОРЬЕ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ВСЕСТОРОННЕ РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ

### BURYAT NATIONAL TRIATHLON AS AN EFFECTIVE MEANS OF FORMING A COMPREHENSIVELY DEVELOPED PERSONALITY

**V. Ayusheev**  
**O. Makarova**  
**L. Ayusheeva**

*Summary:* The subject of the research is the Buryat national triathlon as an effective means of forming a comprehensively developed personality. The relevance of this research topic is due to the fact that this issue of ethnopedagogy has not been widely studied by scientists. It requires scientific substantiation of the need to preserve and develop the ethnocultural heritage of the Buryat people in the field of ethnopedagogy of physical education of the younger generation and its active use in the system of physical education. The aim of the study is to determine the Buryat national triathlon as an effective means of forming a comprehensively developed personality. The general methodology of the study is determined by the principles of dialectical-materialistic knowledge of the world, society, man, the position on the existence of a universal connection and interdependence of facts and phenomena, the holistic nature and social determinism of the process of personality formation. In the process of research, the method of analysis and generalization of literature on the research topic was applied. The material of the study was scientific research on Buryat ethnopedagogy, sports pedagogy, observations of participants in national sports competitions. The theoretical significance of the study lies in the fact that its results can be applied in the study of the problems of applying the methods and techniques of the Buryat national sports in the formation of a comprehensively developed personality. The results of the study can be used in the education system of the region.

*Keywords:* Buryats, national wrestling, archery, horse racing, physical education, personality, ethnopedagogy, strength, endurance, agility, quickness.

**Аюшеев Виктор Владимирович**

к.пед.н., доцент, Бурятский государственный университет им. Доржи Банзарова  
ayusheevalena@inbox.ru

**Макарова Ольга Гармаевна**

к.пед.н., доцент, Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления  
biltagurs@mail.ru

**Аюшеева Людмила Викторовна**

к.пед.н., доцент, Бурятский государственный университет им. Доржи Банзарова  
6535671@mail.ru

*Аннотация:* Предметом исследования является бурятское национальное троеборье как эффективное средство формирования всесторонне развитой личности. Актуальность данной темы исследования обусловлена тем, что этот вопрос этнопедагогике недостаточно широко исследован учеными. Требуется научное обоснование о необходимости сохранения и развития этнокультурного наследия бурятского народа в области этнопедагогике физического воспитания подрастающего поколения и активного его применения в системе физического воспитания. Целью исследования является определение бурятского национального троеборья в качестве эффективных средств формирования всесторонне развитой личности. Общая методология исследования определяется принципами диалектико-материалистического познания мира, общества, человека, положением о существовании всеобщей связи и взаимообусловленности фактов и явлений, целостного характера и социальной детерминированности процесса становления личности. В процессе исследования применен метод анализа и обобщения литературы по теме исследования. Материалом исследования послужили научные исследования по бурятской этнопедагогике, спортивной педагогике, наблюдения за участниками состязаний по национальным видам спорта. Теоретическая значимость исследования заключается в том, что её результаты могут быть применены при исследовании проблем применения методов и приемов бурятских национальных видов спорта в формировании всесторонне развитой личности. Результаты исследования могут быть использованы в системе образования региона.

*Ключевые слова:* буряты, национальная борьба, стрельба из лука, конные скачки, физическое воспитание, личность, этнопедагогика, сила, выносливость, ловкость, быстрота.

**В** формировании всесторонне развитой личности важное значение имеет прежде всего физическое воспитание. Недаром гласит пословица: в здоровом теле – здоровый дух. Без крепкого здоровья человек теряет работоспособность, не проявляет волевых усилий, что мешает в дальнейшем его развитии. А значит, физическое воспитание является одним из главных условий всестороннего развития личности, направленный на

активизацию его двигательной активности, дальнейшее укрепление здоровья. Ряд ученых в своих исследованиях отмечают [5, 6, 7], что в ходе развития общества спорт достаточно сильно изменился, он стал предметом научных исследований в области педагогики, психологии и др. Достаточно много стало видов спорта, открылись новые спортивные направления. Все эти изменения привели к тому, что в современном мире спорт становится не-

отъемлемой частью социокультурной жизни общества.

Во все времена многие народы в процессе своей эволюции выработали разные виды национальных игр, которые в будущем стали неотъемлемыми средствами формирования всесторонне развитой личности.

Они оказывают большое воздействие на физическое, нравственное, эстетическое и умственное развитие личности. Роль национальных видов спорта во всестороннем развитии личности трудно переоценить. Благодаря двигательным действиям развиваются и совершенствуются все самые важные функции организма человека.

Издавна к бурятским традиционным спортивным играм относят «*бүхэ барилдаан*» 'борьба', «*һээр шаалган*» 'разбивание хребтовой кости крупного рогатого скота', «*һуур харбаан*» 'стрельба из лука', «*мори урилдаан*» 'конные скачки', «*шагай наадан*» 'игра в лодыжки', «*буряад шатар*» 'бурятские шахматы' и другие, отражающие сущность бурятской культуры и их кочевнический образ жизни. Из них так известные «*Эрын гурбан наадан*» 'Три игры мужей' пользуются наибольшей популярностью. Это «*һуур харбаан*» 'стрельба из лука', «*бүхэ барилдаан*» 'борьба' и «*мори урилдаан*» 'конные скачки', ставшие основой для развития бурятского национального троеборья. Эти спортивные состязания, пришедшие из глубины веков, притягивают и по ныне большое количество болельщиков. Они проходят во время проведения национальных культурно-спортивных праздников «Сагаалган» или «Сурхарбан», где победители признаются национальными героями. Еще со времен Чингисхана традиционные спортивные игры определяли всестороннюю подготовку участников и выявляли самых отважных «*баатарнууд*» (борцов), «*мэргэн хүбүүд*» (стрелков) и «*хүлэгүүд*» (наездников). Этому подтверждение можно найти во многих исторических памятниках, народных «*үльгэр*» легендах как эпос «Абай Гэсэр», «Гургал Мэргэн ба тэрэнэй хүбүүн» и др.

Национальные игры во все времена отличались большим азартом, поскольку во время игры участники показывали не только свою стойкость, мощь и упорство, но и сообразительность, смелость. В процессе участия в состязаниях игроки расширяют круг общения, повышают национальное самосознание, приобщаются к культурному наследию народа. А участие в национальных играх представителей других национальностей способствует воспитанию у них толерантности посредством приобщения к национальной культуре.

Во все времена наиболее азартными считали «*мори урилдаан*» 'конные скачки'. Скакунов готовили специальным режимом и тренировкой.

«*Морин*» 'конь' имеет важное значение в культуре,

хозяйстве и веровании бурятского народа. Культ коня был развит не только у бурят, но и у других тюрко-монголоязычных народов. Культ коня отчетливо можно проследить в народных легендах и преданиях. Тесная связь образов богатыря и его коня видна в бурятских «*үльгэр*» легендах, где его имя довольно часто сопровождается с определенным титулом – указанием на масть его коня, например: «*Гургал Мэргэн боро морёороо*» 'Гургал Мэргэн на сером коне'.

В старину конные скачки проводили не только во время больших праздников как Сурхарбан и Сагаалган, но и во время проведения религиозных празднеств.

Также популярным видом бурятского троеборья считается «*бүхэ барилдаан*» 'борьба', который проводится на всех больших праздниках и знаменательных событиях бурятского народа.

«*Бүхэ барилдаан*» 'борьба' – это не только борьба двух «*баатаров*» 'богатырей', но и это битва двух духовных сил, борьба смелости и ловкости. Самым завораживающим моментом поединка является исполнение борцами ритуального танца «*Бүргэдэй хатар*». Все игроки танцуют этот танец в начале, а победители – после схватки.

С давних времен совершали ритуал «*Бүргэдэй хатар*» "танец орла" во время состязания и эта традиция передавалась из поколения в поколение. Этот ритуал, на наш взгляд, придает поединку богатырей театрализованность. Он является разминкой перед схваткой, снимает напряжение борцов. По старинным традициям борец имитирует взлет и парение орла, показывает зрителям красоту и атлетизм тела, силу, спортивную форму, подчеркивающие его мужество.

«*Бүргэдэй хатар*» "танец орла", как предстартовое упражнение, выполняется достаточно энергично. При исполнении этого танца каждый борец старается искусно изображать парящего в небе орла. Ритуальный танец завершается двумя хлопками по бедрам, демонстрирующий о начале готовности участника к борьбе.

Не менее зрелищным видом бурятского троеборья является «*һуур харбаан*» 'стрельба из лука', пришедшая к нам из глубины веков. Стрельба из лука для человека древности был жизненно необходим, он позволял успешно охотиться на дичь и на мелких животных. Без лука не обходились ни в мирной и ни в военной жизни. Он учил человека изобретательности, трудолюбию, дисциплине, благородству и соблюдению традиционных обычаев, нравов и ритуалов.

В истории возникновения стрельбы из лука как вида спорта важную роль сыграла охота. Охотники, наблюдая за движениями и играми животных и птиц, а также их со-

перничеством при схватках, стали подражать и воспринимать их действия для охотничьих целей и удовлетворения своих физических и эстетических потребностей. Затем, реализуя потребность в зрелищах, стали устраивать состязания, соревнования, чтобы помериться на них своими силами.

В современном мире все виды бурятского троеборья являются эффективными средствами формирования всесторонне развитой личности, в том числе физического воспитания подрастающего поколения. Воспитывает такие качества, как упорство, настойчивость в достижении цели, выдержка, смелость, отвага и бескомпромиссность в борьбе за лидирующее положение.

В настоящее время в тренировочном процессе борцов вольного стиля и лучников как дополнительные средства активно используются методы и приемы из бурятской национальной борьбы и стрельбы из лука.

Следует отметить, что буряты в процессе трудового и физического воспитания подрастающего поколения четко придерживались системы нормирования физической нагрузки с учетом возраста, учитывали их состояние здоровья и физическую подготовку. На наш взгляд, этот продуманный и верный подход в тренировочном процессе использовался и в трудовом воспитании детей, где выполнялись работы с высокой физической нагрузкой.

У бурят физическое воспитание детей всегда тесно было связано с нравственным и трудовым воспитанием. С маленьких лет детей обучали к самостоятельности, прививали уважение и любовь к народным ценностям, бережное отношение к народным обычаям, окружающей природе. Тем самым дети росли крепкими, здоровыми, готовыми к труду, защите своей родной земли, очага. Эти традиции передавались из поколения в поколение.

Во многих «*ульгэр*» легендах бурят часто встречаются описания главных героев-баатаров, заступников рода и племени, которые прошли суровые испытания всестороннего психического, физического развития. Они решительны, выносливы, храбрые, смелые. Умеют быстро бегать, поднимать тяжелые предметы, отражаться от меча, ловко стрелять, ловить на лету стрелы, обладают навыками верховой езды и т.д.

Таким образом, в спортивных баталиях человек приобретает двигательные умения и навыки в езде на лошади, борьбе, стрельбе из лука, вследствие чего он получает физическое и психологическое развитие. Тем самым формируется самобытная система разностороннего воспитания будущих мужчин – защитников Отечества:

1. «*Барилдаха*» 'уметь бороться';
2. «*Номын хубшэ татаха*» 'уметь натягивать тетиву лука';

3. «*Морёор урилдаха*» 'уметь быть наездником';
4. «*Агнаха*» 'уметь охотиться';
5. «*Һээр шааха*» 'уметь ломать хребтовую кость одним ударом'.

Такой способ воспитания подрастающего поколения применяется и в настоящее время.

Практика показывает, что занятия бурятской традиционной борьбой формируют, особенно у юношей, нужные навыки ведения единоборства. Как отмечает Дашиноорбов В.Д., «бурятская борьба (техника, тактика, состязания) используются не только в подготовке начинающих, но и в тренировке квалифицированных спортсменов» [5, С. 37].

Весьма эффективными приемами бурятской борьбы являются броски через бедро и спину, прогибом с обвисом ноги, прогибом с подсечкой и нырком под руку, наклоном захватом ног, а также сбивания (переводы захватом ног, зацепом ноги, подсечкой, подхватом, рывком за руку, нырком). При этом техника их выполнения предусматривает падение атакуемого раньше, чем атакующего.

Ученые [5, 6, 7, 9] отмечают в своих исследованиях, что с позиции теории и методики детского и юношеского спорта, методики спортивной тренировки, бурятская национальная борьба с акцентом на победу, результат представляет собой спортивно-игровую деятельность, а с акцентом на обучение, игру – игровую деятельность.

В целом национальные единоборства являются той движущей силой, благодаря чему обеспечивается эффективная адаптация спортсмена к трудным жизненным условиям. Следовательно, в бурятской национальной борьбе присутствуют все традиционно обусловленные законы для благополучной жизнедеятельности человека, при котором происходит более благоприятная его адаптация к суровым условиям жизни.

В настоящее время учеными факультета физической культуры, спорта и туризма Бурятского госуниверситета имени Доржи Банзарова разработаны научно-методологические подходы, на базе которого разрабатываются новые схемы современного процесса физического воспитания, которые планируют решить ряд принципиально важных организационных вопросов по изменению всего учебно-воспитательного процесса. В настоящее время ученые активно продолжают проводить научные исследования, основанные на этнокультурных традициях бурятского народа. Новые модели работы успешно применяются в работе специализированных спортивных школах по подготовке борцов вольного стиля и спортсменов-лучников.

В настоящее время современная молодежь все больше стала заниматься традиционными видами спорта, в

процессе которого происходит формирование этнокультурной идентичности молодого поколения, приобщение к традиционной культуре своего народа, а значит, развиваются морально-волевые качества личности.

Таким образом, бурятское национальное тоеборье является не только эффективным средством физического воспитания молодежи, но и в целом развития личности.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Аюшеев В.В., Цыренов В.Ц. Национальные виды спорта как средство культурного развития студентов / В.В. Аюшеев, В.Ц. Цыренов // Мир науки, культуры, образования. – Горно-Алтайск: Концепт. – 2019. – № 2. – С. 177-178.
2. Аюшеев В.В. Физические упражнения и традиционные игры бурятского народа как эффективные средства физического воспитания молодежи [Электронный ресурс] / В.В. Аюшеев, О.А. Куликова // Педагогика и просвещение. – 2018. – № 4. – С. 9-14.
3. Бурятские традиционные игры и виды спорта: учебно-методическое пособие. – Улан-Удэ: НовоПринт, 2016. – 26 с.
4. Гомбожапова Х-Ц.Д. Стрельба из лука как один из путей формирования толерантных отношений // Межнациональные и межконфессиональные отношения в условиях глобализации: сборник научных трудов в 2 ч. Ч.1 / науч. ред. Д.Ш. Цырендоржиева. – Улан-Удэ: Изд-во Бурятского государственного университета, 2012. – с. 162-163.
5. Дашиноорбоев В.Д. Вольная борьба: учебное пособие / В.Д. Дашиноорбоев, Ю.В. Авдеев, В.В. Кузьмин. – 2-е изд., перераб., доп. – Улан-Удэ: Изд-во ВСГТУ, 2088. – 327 с.
6. Калмыков С.В. Бурятская борьба как эффективное средство при обучении технике вольной борьбы в стойке / С.В. Калмыков, А.С. Сагалеев, М.В. Тапхаров // Буряты в контексте современных этнокультурных и этносоциальных процессов. Традиционная культура, народное искусство и национальные виды спорта бурят в условиях полиэтничности: Сб. статей. Т. II. – Улан-Удэ: Изд-во полиграф. компл. ИПК ФГОУ ВПО ВСГАКИ, 2006. – С. 63-68.
7. Сагалеев А.С. Бурятская национальная борьба как эффективное средство физического воспитания школьников. – Вестник Бурятского государственного университета. Сер. Педагогика. – 2001. – Вып. 7. – С. 83-88.
8. Санданов Б.Д. Три игры мужей. – Улан-Удэ: Бурят. кн. изд-во, 1993. – 160 с.
9. Тапхаров М.В., Сагалеев А.С., Бельков А.М. Обучение технике спортивной борьбы: учебное пособие. – Улан-Удэ: Изд-во Бурятского государственного университета, 2011. – 101 с.

© Аюшеев Виктор Владимирович (ayusheevalena@inbox.ru), Макарова Ольга Гармаевна (bitagurs@mail.ru), Аюшеева Людмила Викторовна (6535671@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Бурятский государственный университет им. Доржи Банзарова