

**ДИВИНСКАЯ Е.В.**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ  
РОССИИ С ДРЕВНЕЙШИХ ВРЕМЕН  
ДО НАЧАЛА XX ВЕКА**



**Волгоград – 2010**

# **Елена Викторовна Дивинская**

## **Физическая культура и спорт России с древнейших времен до начала XX века**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=16930484](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=16930484)*

*Физическая культура и спорт нашей страны с древнейших времен до начала XX века. Учебное пособие:  
ISBN 5937*

### **Аннотация**

Учебное пособие по учебной дисциплине «История физической культуры и спорта» цикла федерального компонента «Общепрофессиональная дисциплина направления» предназначено для студентов физкультурных вузов по направлению 032100 «Физическая культура», специальностям 032101 «Физическая культура и спорт» и 032102 «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура», слушателей курсов повышения квалификации и профессиональной переподготовки руководящих работников и специалистов по физической культуре и спорту.

# Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА I. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РОССИИ С ДРЕВНЕЙШИХ ВРЕМЕН ДО XVIII ВЕКА	7
I.1 Физическая культура у скифов, славян и в Древнем русском государстве	7
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# **Елена Дивинская**

## **Физическая культура и спорт России с древнейших времен до начала XX века**

### **ВВЕДЕНИЕ**

Воссоздавая картину исторического развития физической культуры и спорта страны, следует учитывать условия жизни народа, его национальный характер, взаимодействие потребностей и культурных ценностей, традиций общественной жизни, близости центров цивилизации, ее природно-географических условий и т.п. Чтобы существовать, человек должен удовлетворять свои биологические потребности (есть, пить, продолжать свой род). Для этого ему необходимо адаптироваться к среде обитания и самим преобразовывать ее.

Самобытность России определяет ее географическое положение между Европой и Азией, миром модернизации и миром традиционности. Взаимодействие человека со средой в процессе производственной деятельности во многом влияет на национальный характер, жизненные ценности, состав-

ляющие менталитет народа. В значительной степени он является формой духовного и физического приспособления к среде обитания, способом наделения смыслом привычных, повседневных действий и поступков.

Влияние географической среды многообразно. Главным среди природных факторов расселения славян, появившихся в VI веке на территории современной Украины, был ее континентальный характер. Море с его торговыми путями, связывающими цивилизации, играло в русской истории меньшую роль, чем необъятные просторы, слабо освоенные территории Евразийского материка. Колониальной заморской империи, такой, как в Англии, русским создать не удалось. Зато они освоили и заселили шестую часть суши от Прибалтики до Дальнего Востока. Подобной зоны компактного расселения не имеет больше ни один народ в мире. Это потребовало от русского народа невероятных физических и морально – волевых сил по колонизации земель, которая составляет своего рода географический «стержень» русской истории.

История России и история физической культуры и спорта являются составной частью всемирной истории, прошедшей многовековой путь своего развития. В то же время, оценивая работу Н.А. Полевого «История русского народа», А.С. Пушкин высказал парадоксальную мысль о том, что «...Россия никогда не имела ничего общего с остальной Европой... история ее требует другой мысли, другой формулы, чем мыс-

ли и формулы... выведенные из истории христианского Запада».

На первых взгляд это может показаться преувеличением, но в словах поэта содержался глубокий смысл. Ведь в истории существует не только общее, но и особенное. Необходимо найти собственную «формулу» для характеристики истории физической культуры родной страны, показать ее самобытность в мировом историческом процессе. Чем глубже мы будем осознавать свое прошлое, тем легче будем ориентироваться в сегодняшних реалиях, тем яснее сможем представлять контуры будущего истории физической культуры и спорта России.

# **ГЛАВА I. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РОССИИ С ДРЕВНЕЙШИХ ВРЕМЕН ДО XVIII ВЕКА**

## **I.1 Физическая культура у скифов, славян и в Древнем русском государстве**

История древних русов, как свидетельствуют исторические факты, начинается с середины I тыс. до н.э. В это время, главенствующую роль среди населения юга и юго-востока страны играли скифы. По мнению А.П. Смирнова (1966) скифы находились на стадии военной демократии, которая сочеталась с элементами раннеклассового образования. Исторические данные свидетельствуют о высоком мастерстве скифов, их ловкость в бою, физической выносливости, закаленности и дисциплинированности. Византийский писатель Маврикий так описывает действия скифов в засаде: «Когда уже началась схватка, то находящиеся в первой линии нарочно обращаются в бегство, и неприятель бросается преследо-

вать их в беспорядке; когда он минует то место, где расположены засады, то они выскакивают и бросаются обыкновенно ему в тыл, а отступавшие до этого поворачивают назад и, таким образом, неприятель оказывается окруженным со всех сторон». Древнегреческий историк Геродот изображает скифов народом храбрым и воинственным, у которого особенно ценились мужество на войне, ненависть к врагам.

Ученые полагают, что в начале нашей эры славяне занимали громадную территорию: от Балкан до современной Белоруссии и от Днепра до Центральной Европы. В те далекие времена в пределах современных границ России славянских племен еще не было. Византийские историки VI века называли славян антами и склавинами. Анты отличались воинственностью. Изначально они не были славянским народом, но, долгое время, живя бок о бок со славянами, славянизировались и в представлении писавших о них соседей стали самыми могущественными из славянских племен. Неистовство в бою и способность переносить самые суровые условия походов делали славян серьезными противниками. Почувствовав, что оборона границ империи слаба, славяне широким потоком полились на ее земли, занимая области от Дуная до Крита и от побережья Адриатического моря до алой Азии. Одновременно потоки славянских переселенцев устремились во всех направлениях, в том числе и на Русскую равнину.

Примерно с VI века из общеславянского единства начина-



ется выделение трех ветвей: южных, западных и восточных славян. Южнославянские народы (сербы, черногорцы и т.д.) поселились в пределах Византийской империи, постепенно слившись с ее населением.

Западными славянами стали те, кто занял земли современной Польши, Чехии, Словакии, и частично Германии.

Что же касается восточных славян, то им досталась громадная территория между тремя морями: Черным, Белым и Балтийским. Их потомки стали современными белорусами, украинцами и русскими.

В византийских и сирийских источниках VI века восточнославянские племена называют «рос», «русы», «росы».

Первоначальные сведения о расселении восточнославянских племен получены из «Повести временных лет», а так же подтверждаются находками археологов.

Полянами назывались славяне, которые поселились в среднем течении Днепра вокруг Киева. К северу от полян по рекам Десна и Сула жили северяне, а к северо-западу от Киева расселились древляне, названные так потому, что обитали в дремучих лесах. Их центром был город Искоростень.

Племена, которые поселились между Припятью и Двиной, назывались дреговичами; другие «сели» по Двине в том месте, где в нее впадала речка Полота, и получили название полочан. В верховьях Волги, Днепра и Западной Двины поселились кривичи, их главным городом был Смоленск. Радимичи и вятичи, по летописи, произошли от рода «ляхов» (по-

ляков). Славяне, расселившиеся вокруг озера Ильмень, назывались словенами новгородскими, или ильменскими; их главным городом был Новгород (рис. 1).

Полян, древлян, вятичей правильно было бы называть не племенами, а политическими или военными союзами, которые включали в себя до ста и более мелких племен и называвшихся по имени одного из них, самого многочисленного. Каждый такой союз имел собственных князей – вождей из племенной знати.



добывали там рабов и предметы роскоши.

Славяне жили общинами, родами. Каждый мужчина был вооружен и входил в ополчение. Византийские авторы отмечали, что славянские племена живут в «народоправстве», не имея никакой государственной власти. Выделение дружин было существенным этапом в расслоении славянской общины и превращении власти князя из родоплеменной в государственную.

Славянские поселения обычно располагались по берегам рек и озер в местах пригодных для земледелия – их основного занятия. Выращивали рожь, пшеницу, горох, ячмень, овес, просо, лен, коноплю, различные овощи. Кроме земледелия, восточные славяне занимались также животноводством, охотой, бортничеством, рыболовством.

О физическом развитии славян свидетельствуют византийские историк Прокопий Кесарийский и писатель Маврикий, знавшие их в VI веке. Они изображают их «бодрыми, сильными, неутомимыми. Презирая непогоды, свойственные климату северному, они сносили голод и всякую нужду; питались самою грубою, сырою пищею; удивляли греков свою быстротою; с чрезмерной легкостью всходили на крутизны, спускались в расселины; смело бросались в опасные болота и в глубокие реки. Думая, без сомнения, что главная красота мужа есть крепость в теле, сила в руках и легкость в движениях, славяне мало пеклись о своей наружности: в грязи, в пыли, без всякой опрятности в одежде явля-

лись во многочисленном собрании людей. Греки, осуждая сию нечистоту, хвалят их стройность, высокий рост и мужественную приятность лица. Загорая от жарких лучей солнца, они казались смуглыми и все без исключения были русые, подобные другим коренным европейцам».(5)

О внешнем облике славян сообщает и арабский путешественник Ибн-Фадлан: «Я видел русов, когда они пришли со своими товарами и расположились на реке Итиль (ныне Волга). Я не видел людей более совершенного телосложения, они подобно пальмам, румяны».

Прокопий Кесарийский, привыкший к константинопольским самодержавным порядкам, отмечает, что «славяне и анты не управляются одним человеком, но издревле живут в народоправстве и потому у них счастливые и несчастливые дела решаются сообща». Другой византийский писатель Маврикий заявляет еще более категорично: «Племена славян и антов ведут одинаковый образ жизни, у них одни нравы, любят свободу и не склонны ни к рабству, ни к повиновению, храбры, в особенности в своей земле, выносливы, — легко переносят холод и жару, недостаток в одежде и пище... Взятые в плен у них не обращаются навсегда в рабство, как у других народов...».

Живший за четыре века до Прокопия римский историк Тацит вначале было, заколебался, куда ему отнести славян (венедов) — к отсталым варварам или к народам, достигшим уже заметного культурного уровня. Когда же ближе присмот-

релся к славянам, решительно включил их в число оседлых европейских народов. «Они, – пишет Тацит, – и дома строят, и щиты носят, и сражаются пешими. Все это совершенно отлично от сарматов, живущих в кибитке и на лошади». (7)

В течение многих столетий славянам приходилось вести тяжелые оборонительные войны против кочевых народов (гуннов, аланов, аваров и др.). В процессе труда, военного дела и самобытных форм физического воспитания формировался физический и духовный облик славян. Записки путешественников – византийцев и арабов, наблюдавших жизнь восточных славян, свидетельствуют о том, что в быту, трудовой и военной деятельности имелись отчетливо выраженные элементы физического воспитания.

Родители передавали детям трудовые и военные навыки, такие, например, как умение хорошо ездить верхом, стрелять из лука, метать копья, плавать. Все эти навыки нужны были взрослому населению, из которого в случае войны формировались военные отряды.

В физическом воспитании детей и молодежи большое место занимала охота и игрища. Охота была древнейшей и существенной отраслью хозяйства и одним из средств укрепления и развития физической силы, выносливости и ловкости человека. Во время игрищ проводились соревнования в стрельбе из лука, метании копий (дротиков), прыжках через костер, состязались в борьбе, кулачном бое и таких играх как городки и бабки.

Воспитательное значение этих видов физических упражнений и игр состояло не только в том, что они служили средством развития силы, ловкости и выносливости. Игры и упражнения способствовали развитию смекалки и активности, формировали и совершенствовали такие черты характера, как отвага, воля к победе – качества, которые необходимы в военной и трудовой деятельности не меньше, чем физические.

По сведениям Прокопия и Маврикия анты отличались свободолобием, гостеприимством, были высокорослыми, сильными, храбрыми и чрезвычайно выносливыми воинами. «Сражаются они обычно в местах труднодоступных, применяя много хитростей. Они неожиданно нападают на противника, вооруженные щитами, дротиками и луками». По свидетельству византийского писателя, Иоанна Эфесского, «славяне, будучи вооруженными копьями, захватили много укрепленных городов, обосновались на захваченной территории, обжились на новых местах, обзавелись оружием, которым научились владеть лучше, чем римляне».

Чрезвычайная отважность славян была столь известна, что хан аварский всегда ставил их впереди своего многочисленного войска, и сии люди неустрашимые, видя иногда измену хитрых аваров, гибли с отчаянием. Византийские историки пишут, что славяне сверх их обыкновенной храбрости имели особенное искусство биться в ущельях, скрываться в траве, изумлять неприятелей мгновенным нападением

и брать их в плен. Так, знаменитый Велисарий при осаде Авксима избрал в войске своем славянина, чтобы схватить и представить ему одного гофты живого. Они умели еще долгое время таиться в реках и дышать свободно посредством сквозных тростей, выставляя конец их на поверхность воды. Древнее оружие славянское состояло в мечах, дротиках, стрелах, намазанных ядом, и в больших, весьма тяжелых щитах.

По данным А.Ф. Медведева у народов Восточной Европы был широко распространен лук. «Древнерусские стрелки – лучники, – пишет А.Ф. Медведев, – ... имели хорошую выучку и мастерски пользовались луком и стрелами. Обучение меткой стрельбе начиналось с детских лет, одновременно с обучением верховой езде. В результате постоянной тренировки в стрельбе из лука с коня восточные конные стрелки добивались удивительной меткости. Они поражали цель на полном скаку, чего не могли сделать западноевропейские стрелки из лука, как правило, сражавшиеся лишь в пешем строю» (8).

На особенном физическом развитии славян отразился и ещё один фактор. Н.М. Карамзин в своем труде «История государства Российского» отмечает, что умеренный климат, нежаркий, даже холодный, способствовал закаливанию, долголетию, укрепляя здоровье и телесные силы человека. Святой странник, возвратясь в Рим, рассказал об увиденных им удивительных обычаях славян, живших, где нынче сто-



ит Новгород, которые в банях деревянных, разожженных докрасна, наги, бьют себя прутьями, совершают омовение и обливаются водою студеную. «А радимичи, вятичи и северяне имеют общий обычай: ...устраивались игрища между селами, и сходились на эти игрища, на пляски и на всякие бесовские песни и здесь умыкали себе жен по сговору с ними».(5)

Физические качества и воинское искусство славян развивались благодаря разносторонней систематической подготовке, которая достигалась с помощью разнообразных игр и физических упражнений: кулачный бой, фехтование на палках, стрельба из лука, метание камня в цель и на дальность, игры «чур», «бабки», «взятие города» и др.

Известно, что кулачный бой на Руси практиковался в трех формах: бои «сам на сам» (один на один), бои «стенка на стенку» и бои сцепные («сцеплялка – свалялка»), в детской игре – «куча – мала». Сами бои проходили в три этапа. Сначала бились мальчики, потом юноши и неженатые парни, а затем взрослые мужчины. Сами бои назначались в определенный день, и до этого набирались команды. Большинство исследователей указывают, что разгул боев приходился зимой на Масленицу, так как в теплое время года люди были загружены работой.

Кулачные бои регламентировались рядом неписанных правил. Так, в боях «стенка на стенку» их было не менее 20: «лежачего не бить», «биться лицом к лицу, грудь с грудью», «зачачку в рукавицу не класть», «на чужую сторону не пере-

ходить», «в схватку не браться, подножек не ставить» и т.д. Была на нашей земле еще одна пословица: «Сила по силе – осилишь, а сила не под силу – осядешь». Это означало, что боец, получивший сильный удар, мог присесть на корточки, и его, как лежачего, уже никто не должен трогать.

Соблюдать правила – это значит, по народному выражению, «биться на силу». При этом имелась в виду не только физическая сила, но и честность, стойкость, мужество, храбрость, ловкость и т.п. На это указывают русские народные пословицы: «Не тот борец, кто поборол, а кто вывернулся», «Силач силачом, а ловкость и сноровка своё возьмут».(6)

Самым древним видом борьбы, культивирующимся на территории нынешней России, можно признать медвежью борьбу. Древнейшие борцовские поединки происходили на территории Валдайской возвышенности и до Уральского хребта за долго до новой эры (около 2 тыс. лет до н.э.). На зверя ходили как с оружием (рогатина, нож) так и без оружия. В медвежьей борьбе не было строгой трактовки технических приемов, в нее входили физические упражнения, отражающие приемы и способы приучения диких животных. Единоборства с медведем требовали необычайной смелости, большой силы и ловкости, быстроты реакции, знания целого ряда болевых приемов, помогающих с наименьшим риском для жизни усмирить животное.

Древнерусская игра «чур», бытовавшая в крестьянской среде еще в XIX веке, была когда-то коллективной игрой в

честь предка (пращура) – покровителя рода. По своим техническим средствам и составу физических упражнений она напоминает современный хоккей с мячом.

Игроки делятся на две группы и с помощью длинных палок (типа клюшек) стремились загнать шар (рюху) лунку своих противников. Лунки вырывались в земле на ровном месте, а в зимнее время – на льду реки.

В раскопках Черниговского кургана «Гульбище» и Яблоновского кургана (бывшей Киевской губернии, Каневского уезда) обнаружены естественные бараньи косточки и бронзовая копия игральных бараньих бабок, что свидетельствует о распространении народной игры «в бабки». Игра «в бабки» имела самые различные варианты. Один из весьма древних вариантов этой игры сохранялся в Сибири еще в первой половине XIX века (стрельба из лука по бабкам, установленным во всю ширину улицы). В игре могло участвовать неограниченное количество стрелков.

Как известно славяне в рассматриваемый период были язычниками. Князь Владимир (980 – 1015 гг.), придя к власти в Киеве, водрузил рядом со своими теремами деревянные идолы шести богов: Перуна – бога грозы, войны и оружия; Хорса и Дажьбога – божества Солнца; Велеса – бога-защитника домашнего скота и торговли; Семаргла – божество подземного мира, связанного с культом предков и плодородия, а также Мокошь – женское божество, олицетворяющее женское начало в природе.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.