

**Степанов Емельян Николаевич**

студент

**Семенов Ньургун Юрьевич**

студент

Институт физической культуры и спорта

ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный

университет им. М.К. Аммосова»

г. Якутск, Республика Саха (Якутия)

## **НАЦИОНАЛЬНАЯ ТРАДИЦИОННАЯ СТРЕЛЬБА ИЗ ЛУКА**

### **В РЕСПУБЛИКЕ САХА ЯКУТИЯ**

*Аннотация: в статье приводится исследование традиционного олимпийского вида спорта, в котором спортсмены соревнуются в точности стрельбы из лука. Стрельба из лука в Якутии имеет тысячелетнюю историю появления и развития до наших дней. Искусство владения луком на заре развития человечества высоко ценилось в северных просторах. Давние предки человечества искусно владели стрельбой из лука, а современные люди отвыкли от таких навыков. Сегодня появилась надежда возрождения, на новом витке развития человечества, традиционных видов состязаний народов севера по стрельбе из лука. А это значит, и надежды на завоевание лидерства среди других стран мира. Сегодня в Якутии круг желающих заниматься стрельбой из лука значительно расширился и помолодел.*

*Ключевые слова: стрельба из лука, функции лучника, оборудование стрелков-лучников, инвентарь стрелков-лучников, оружие стрелков-лучников, снаряжение стрелков-лучников, стрелковый тир, меры личной гигиены, меры общественной гигиены.*

*Взгляд турчанки – стрела,*

*Брови тёмные выгнуты луком.*

*Боже мой!*

*Но откуда у неё эти лук и стрела?*

Для начала, нашего исследования приведём отрывок из статьи востоковеда Галимзянова Айрат Ильдусовича «Искусство тюркских народов в стрельбе из лука», где автор приводит выдержки из исторических источников о распространённости у тюркских народов искусства стрельбы из лука, а также приводит современные данные о сохранении традиций в культуре стрельба из лука в состязаниях, устраиваемых во время национальных праздничных игр. Вот что он написал по поводу обычая кочевых народов тех далёких времён: тюрки издревле кочевали по бескрайним степям, и умение стрелять из лука могло пригодиться и во время защиты от противников, и во время охотного промысла. Тюрки хорошо стреляли, – отмечает востоковед, из лука и на скаку, о чём свидетельствует Н.М. Карамзин: «Татары стреляли с удивительной меткостью... на всём скаку, в обе стороны, взад и вперёд» [1, с. 364]. Тюркские народы по сей день проводят состязания по искусству стрельбы из лука. Далее, автор статьи Галимзянов Айрат Ильдусович приводит небольшой лингвистический разбор слова и кратко описывает процесс проведения национальных игр и отмечает: — У саха-якутов, например, это древнейшее и интереснейшее соревнование стрелков-мергенов, соревнование проходит таким образом: – Устанавливается мишень из бересты, в середине которой делается отверстие. По правилам состязаний, стрелки-мергены находятся на расстоянии 50–60 шагов от мишени. Каждый участник имеет пять стрел. Побеждает тот, кто пропустит больше стрел в отверстие. Якуты называли словом «бэргэн» искусного стрелка, а у татар, алтайцев, ойротов и тувинцев оно произносилось обычно как мерген (здесь мы видим фонетическое замещение буквы «б» на «м», как и в примерах типа «басурман» – «мусульман»). Ещё, со времен Чингиз-хана было заведено, чтобы в колчанах воинов имелось от 18 до 20 стрел. Стрелок из лука – бэргэн – мог выпустить за минуту 10–12 стрел. Вот кратко ознакомились с исследованием писателя, поэта, востоковеда Галимзянова Айрат Ильдусовича и пройдёмся по работам других научных исследователей. В сети Интернет имеется множество различной информации и публикаций о стрельбе из лука, но мы посмотрим одну из научных совместных работ с

названием «Анализ основных направлений исследований в стрельбе из лука за рубежом» авторы работы Арансон М.В., Озолин Э.С., Тупоногова О.В., Шустин Б.Н. Из огромного количества научных материалов по стрельбе из лука в течении пяти лет с 2015-го по 2019-й год, для предварительного рассмотрения были отобраны 37 научных работ, в окончательном варианте переведены из них 19 трудов, отмечают авторы. Цель этой работы был, изучить основные направления научных исследований по подготовке лучников за рубежом. Авторы включили исследования международных коллективов Великобритании и Австрии. Изучили временные фазы цикла выстрела из лука и выделили самые ключевые факторы влияющие на результат выстрела. Из работы мы узнали, что австралийские учёные проанализировали результаты стрельбы лучника и группировку выстреленных стрел на двух крупнейших международных соревнованиях 2013-го года. А турецкими учёными было установлено, что при стрельбе из лука активизируются девять мышц предплечья и плечевого пояса различного уровня подготовленности, спортсменов. Обнаружены статистически значимые различия между группами спортсменов. Показано, что для натягивания тетивы лука высшей квалификации мастер, меньше использует дистальные мышцы предплечья, тогда как, спортсмены среднего уровня и начинающие лучники в большей степени используют дистальные мышцы. Полученные данные могут быть использованы для построения эффективной тренировки стрелков из лука с применением аудиовизуальных средств обратной связи, отмечается в тексте. Хорошо известно, что в тренировках упражнения с эластичными лентами и собственным весом могут существенно улучшать технику стрельбы, поскольку позволяют имитировать движения при натягивании тетивы лука. В работе греческого учёного было изучение-возрастов спортсменов при соревновательных навыках и гендерных различиях, с психологическими составляющими стрелков; среди греческих высококвалифицированных спортсменов. 70 спортсменов заполнили греческую версию опросника с названием «Навыки копинга у спортсменов 28», во время национального чемпионата Греции по стрельбе из лука среди мужчин и женщин в 2011-м году. Выявлены различия между возрастными группами по

двум факторам настроенности спортсменов; «свобода от забот» и «пиковое давление». Кроме того были отмечены статистически значимые различия между группами по трём факторам «свобода от забот», «уверенность и концентрация», «пиковое давление» но не между полами, а возрастное. Пожилые спортсмены имели лучший контроль эмоций и меньший уровень стресса. Вот к такому психологическому резюмированию пришёл греческий исследователь, и мы теперь лучше будем понимать этот вид спорта, к примеру, как сильно влияет спортсмену психологическое составляющее.

Каждый год с развитием технологий и науки стрельба из лука становится более эффективной и точной. Появились современные инновации в конструкции лука, стрелы и экипировки. Современные луки имеют много новых функций и конструкционных особенностей, которые помогают сделать стрельбу более точной. Некоторые из таких функций включают в себя: удлиненные ручки для улучшения удерживания и устойчивости. Лук со стрелой имеют современные материалы для снижения веса и улучшения прочности. Оснащены механизмом для улучшения точности, такими как, регулируемые прицелы с углом натяжения. Некоторые луки имеют встроенные датчики, которые позволяют стрелку получать обратную связь о качестве своей стрельбы, что помогает спортсмену улучшить свои навыки. Современные аксессуары для лука также могут значительно улучшить точность и эффективность на тренировках. Некоторые из таких аксессуаров включают в себя улучшение прицела позволяющее стрелку быстрее и точнее нацелиться на цель. Есть специальные удобные крепления для стрел, которые обеспечивают надежную фиксацию стрелы в луке. Уже появились новые технологии для улучшения звука и вибрации, что позволяет стрелку лучше контролировать свой выстрел. Инновации в луках и стрелах только улучшают возможности, но настоящее мастерство достигается только через труд и практику.

Из истории нашей страны можно вспомнить как начинался и развивался вид спорта лучников. В СССР стрельбу из лука начали развивать с конца 1950-го года. В августе 1957-м году в Москве, на стадионе «Авангард», прошли первые соревнования по стрельбе из лука, вошедшие в программу З-х международных

---

спортивных игр молодежи. В соревнованиях приняли участие спортсмены из Польши, Финляндии и Чехословакии. Это событие стало началом развития лучшего спорта в Советском союзе.

В это время в Якутии большая часть его научной и методической работы посвящена национальным видам спорта и народным играм коренных народов Севера. В 1955-м году в соавторстве с Н.Н. Тарским были составлены и изданы «Правила соревнований по национальным видам спорта», в 1957-м году – разрядные нормативы; – начиная с юношеского, до мастера спорта Якутской АССР, в 1970-м году – классификационные нормативы РСФСР по национальным видам спорта. Его научные труды, учебники, методические пособия широко используются преподавателями физической культуры, тренерами, профессорско-преподавательским составом, студентами институтов России и Якутии. Речь идёт о заслуженном работнике спортивной организации, о Кочневе Валерий Пантелеимоновиче. Спортивная общественность высоко ценит, благодарит за бесценный вклад – в отечественный спорт. Глубоко признательны за все заслуги перед народом. Будем помнить его все поколения спортивного сообщества.

Как вид спорта «стрельба из лука» стартовала в нашей республике в 1962-м году. Тогда сборная Якутской АССР успешно участвовала на Спартакиаде Дальнего Востока и Сибири по национальным видам спорта. Однако в составе нашей сборной не было стрелков из лука, потому что этот вид спорта в Якутии не культивировался. Чтобы не сняли штрафные очки, гиревик – команды Павел Стасов впервые в жизни взял в руки лук и принял участие в соревнованиях. Он занял четвёртое место. Так образом в Якутии в 1962-м году пришёл новый вид спорта. То, что стрельба из лука является наследием наших предков, убедительно доказали лучники Якутии, которые за короткое время смогли достойно выйти на старт Олимпийских игр.

«Якутские луки были сложносоставными», отметил при изучении Кандидат исторических наук, старший научный сотрудник сектора археологии Института гуманитарных исследований и проблем малочисленных народов Севера СО

РАН, Виктор Михайлович Дьяконов. По-якутски или на языке Саха лук назывался «ох саа». Концы лука были известны как «муос» – «рога». Тетива, как и у многих тюркских народов, называлась «кирис». Учёный сообщил, что луки изготавливались из нескольких деревянных деталей, а из костей – в некоторых случаях, только концевые вкладыши. В основном якутские луки относились к северному типу, но встречались луки центрально-азиатского типа, доказательством чему является лук из «Сергеляхского погребения», обнаруженный в Якутске в 2013 году. Радиоуглеродный метод, сделанный в США, показал, что погребение произведено в XV – начале XVI в. Ещё один артефакт – композитный лук с наличием костяных и роговых накладок со вставками из мамонтового бивня, выявленный в 2014 году в фондах Тойбохойского республиканского музея, – поступил туда от учащихся Кутанинской средней школы Сунтарского улуса 25 января 1937 года. Этот лук датировали 1640–1810 гг.

Мастер спорта международного класса, член национальной сборной России на Олимпийских играх 2012 г. в Лондоне, занявшая в составе сборной команды РФ четвёртое место, прославленная лучница Якутии, Кристина Владимировна Тимофеева-Устинова одна из активных спортсменок поддерживающая начинания по популяризации этого вида спорта в Якутии имеющая профессиональные навыки по стрельбе из лука уверена что, соревнования на якутских луках можно включить в национальные игры как, вид исконных традиций народов Саха, «между традиционным луком и классическим луком – говорит спортсменка, – которым стреляют профессиональные лучники на спортивных соревнованиях, большая разница. В традиционных луках нет прицела, специального дополнительного оборудования и инструментов, к примеру, для смены тетивы. Из традиционного лука стреляешь, ориентируясь на свои чувства, на глаз, на силу натяжения тетивы. Это своего рода интуитивная стрельба. Но навыки, приобретённые при стрельбе из традиционного лука, помогут в будущем в спортивной лучной стрельбе» – цитата из интервью пресс-службы Ил Тумэн.

В 60-ых-70-ых годах XX века стрельба из лука как олимпийский вид спорта распространился по всей стране, в том числе и в Якутии. Была воспитана целая

плеяда мастеров спорта, участников и призёров соревнований различного уровня. Однако в конце 80-ых – 90-ых годах в республике закрылись секции стрельбы из лука, только в Горном улусе, благодаря тренеру-энтузиасту Анатолию Тимофееву, продолжали заниматься лучники. В других регионах России стрельба из лука осталась популярным видом спорта. К примеру, сегодня весь мир знает и восхищается лучниками из Бурятии, спортсменками Натальей Эрдниевой и Инной Степановой, золотые медалисты командного зачета в финале Гран-при Европы по стрельбе из лука. Россия гордится знаменитой Викторией Бальжановой – чемпионкой мира в стрельбе из блочного лука в помещении, принесла России четыре медали из-них одну золотую. И так, можно бесконечно продолжать восхищаться победами наших спортсменов в международных и российских соревнованиях.

В завершение статьи рассмотрим виды боевого оружия якутских богатырей по материалам фольклора в сравнительно-сопоставительном плане с боевым комплектом вооружения древних якутов из археологических источников. Малочисленные народы севера Саха – якуты, смогли сохранить историческую память в мифологии и фольклоре отмечают авторы, А.Ю. Пахомов и Л.С. Ефимова. Они провели исследования по материалам якутского эпоса олонхо и по трудам этнографов исследователей составили научную работу с названием «Боевое вооружение якутских богатырей по материалам олонхо». В статье приводится дословный филологический разбор и описание якутских слов с переводом на русский язык. Вот что пишут авторы работы, с которым нельзя не согласиться; «военное дело любого этноса показывает уровень его развития в экономическом, материальном, социальном, демографическом и в духовном плане». Про древний лук и стрелу исследователь военного дела якутов, этнограф, кандидат исторических наук Ф. Ф. Васильев классифицировал якутский лук – оружием дистанционного боя. «В материалах якутского эпоса олонхо находим слово – *ox saa* (в переводе лук), где большинство олонхосотов очень подробно давали описание данного вида вооружения» – продолжают авторы и приводят отрывок из поэмы – олонхо с упоминанием старинного традиционного лука народов севера.

Совершенно очевидно, что стрельба из лука имеет многовековую историю и глубоко ценится теми народами, у которых сохранился в традициях и культуре. Этот предмет действительно считается оружием для нападения или обороны, хотя в повседневной жизни использовался орудием охоты на уток или зайцев. Традиционными лук и стрела являлись не только у народов севера но и у множества других народов мира, возможно, у них она была в виде арбалета – так сказать, в видоизмененном состоянии, или например был усовершенствован в катапульту, стреляющую одновременно несколькими стрелами. Как бы там ни было, надо сохранить и передать будущим потомкам нашу традицию, навык – умело пользоваться луком и стрелой.

И в заключение исследования пожелаем всем любителям спорта высоких достижений и славы. Особенно лучникам национального вида спорта, потому как это передаваемое культурное наследие от предков к будущим поколениям, вместе с историей о развитии нашей культуры и спорта. А по итогам краткого исследования следует отметить, что спортивный вид соревнований, стрельба из лука, требует дальнейшего, глубочайшего изучения как раздел единоборств народов Севера и Евразии. Включение его в национальный вид соревнований даст толчок для развития этого вида спорта и спортивное достижение для народов севера, которые испокон веков считаются меткими стрелками из большинства огнестрельных ружий, доказавшие своё умение «метко бить белку в глаз» не только на охоте, но и в Великой Отечественной войне.

### ***Список литературы***

1. Анализ основных направлений исследований в стрельбе из лука за рубежом / М.В.Арансон, Э.С. Озолин, О.В. Тупоногова, Б.Н. Шустин.
2. Гаськов А.В. История стрельбы из лука как средства физической культуры тувинцев / А.В. Гаськов, И.Э. Мендот, О.Ч. Ондар.
3. Воронов В.М. К проблеме прогнозирования успешности спортсменов, специализирующихся в смешанных единоборствах / В.М. Воронов, А.А. Горелов // Культура физическая и здоровье. – 2013. – №4 (46). – С. 39–42. EDN RJZADZ

4. О структуре процесса многолетней спортивной подготовки в национальной якутской борьбе хапсагай / Н.В. Никифоров, А.А. Горелов, А.И. Голиков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2023. – №11 (225). – С. 260 – 265. EDN MUTTYX. DOI 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p260-265
5. Тарский Н.Н. Правила соревнований по национальным видам спорта / Н.Н. Тарский, В.П. Кочнев. – 1957.
6. Шилин Ю.Н. Спортивная стрельба из лука: теория и методика обучения / Ю.Н. Шилин, Е.Н. Белевич.