

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КУБАНСКИХ КАЗАКОВ

Физическое воспитание подрастающего поколения, здоровый образ жизни занимали важное место среди казачьих ценностей. Формирование физической культуры осуществлялось на разных Уровнях: в семье, станичной общине, учебном заведении, Кубанском казачьем войске. Это давало основательную подготовку к нелёгкому земледельческому труду и военной службе.

Физическое воспитание в семье. Укреплению тела и духа с раннего детства способствовала помощь родителям в ведении Домашнего хозяйства. Дети кормили и выпасали домашнюю птицу и скот, собирали колосья пшеницы после уборки урожая, пропалывали огород, помогали убирать сено. При вспашке земли, при обмолоте зерна катком мальчики 5-6 лет выполняли роль погоничей. Осенью дети помогали заготавливать хворост и дрова для отопления дома. Всё это требовало немалой физической нагрузки.

Участие в нелёгком труде не исключало радости и веселья. Любимый вид трудовой деятельности для мальчиков – выпас лошадей. Первые уроки верховой езды давали отец или старший брат. Они показывали при случае, как правильно защитить себя. Постоянное пребывание на воздухе закаляло молодые растущие организмы, делало их выносливыми и малочувствительными к жаре и холоду.

Семейный фольклор поощрял формирование крепких физических качеств у подростков. Звучащие по вечерам в семейном кругу воинские песни рассказывали о предстоящих трудных испытаниях - их может выдержать только сильный и здоровый человек. Речь старших в семье была наполнена соответствующими пословицами и поговорками: вонка ноги годуют; ходи больше, проживешь дольше; наибольшее богатство - здоровье; без здоровья нима щастя. Преемственность поколений в деле физического воспитания подкреплялась изречениями: знание старого - сила молодого; молодёжь плечами крепка, а старость - головою.

Семья с ранних лет уделяла большое внимание укреплению тела и духа казака. Этому способствовали помощь старшим в ведении хозяйства, семейный фольклор, поощрительное отношение взрослых к физическому развитию детей.

Народные игры

Игры будущих казаков. Физическому развитию и формированию необходимых будущему воину качеств способствовали подвижные игры. В кубанских станицах была широко распространена игра «перетяжка», которая подразумевала ярко выраженное силовое соперничество. Дети делились на две группы. На земле чертилась линия, и игроки становились друг против друга. Держась руками за палку, участники игры по сигналу начинали тянуть её с соперником, стараясь перетащить на свою сторону. Побеждала группа, игроки которой одержали больше побед.

Простейшие навыки единоборства, чувство дистанции, ловкость и быстроту реакции формировала игра «комар». Участники игры разбивались на тройки, располагаясь в шеренгу - на расстоянии вытянутой руки друг от друга. В центре каждой тройки находился нападающий - «комар», по бокам у него становились дети, которые должны были защищаться. «Комар» начинал жужжать, стараясь неожиданным движением руки коснуться плеча, спины или щеки одного из стоявших рядом с ним игроков. Те в свою очередь старались избежать прикосновения, уклоняясь и приседая.

Защищающиеся игроки могли остановить «комара» лёгким толчком ладони в плечо или в торс. При этом запрещалось делать захваты за одежду. Если это удавалось, защищавшийся и нападавший менялись Местами. В итоге побеждал тот, кто дольше других оставался «комаром» и сумел выполнить больше касаний соперников. В обобщённом виде эта игра отражала действия пластунов в кубанских плавнях, где они охраняли границу.

Силовую выносливость, навыки выведения противника из состояния равновесия, реакцию и ловкость вырабатывала игра «казаки-разбойники», сформировавшаяся под влиянием военизированного быта казачества. Игроки делились на две группы - «казаков» и «разбойников». На месте, где велась игра, очерчивались границы. «Разбойники» выстраивались за боковыми линиями площадки, а «казаки» свободно перемещались в пределах поля. По определённом сигналу «разбойники» выбегали на площадку и старались вытеснить соперников за её пределы или опрокинуть их. Можно было использовать захваты за одежду, обхваты и броски. За каждый бросок или вытеснение противника за пределы площадки игрок получал одно очко. Через определённое время команды менялись ролями. Побеждал тот, кто набирал больше очков.

Состязались подростки в прямой борьбе один на один в групповых поединках - свалке. Борьба велась по сговору, по согласию, которые предусматривали определенные правила: нельзя было наносить удары, разрешались лишь захваты и броски. Основная задача поединка - вывести соперника из равновесия, а ходе этих игр происходило освоение приёмов самозащиты, укреплялись мускулы всего тела, особенно спины, рук и ног.

Существовали игры, которые воспитывали морально-волевые качества, связанные со способностью переносить болевые ощущения. Устраивались, например, состязания в беге босиком на дальность по разложенным на земле растениям, имевшим колючки.

Участвовали подростки и в конноспортивных играх. Игра «казаки» предусматривала основы конной подготовки: построение всадников в развёрнутый конный строй, повороты на лошади, скачку галопом, рысью и в карьер, преодоление препятствий (рва, забора).

Формированию необходимых будущему казаку качеств способствовали детские подвижные игры. Они давали практические навыки единоборства, развивали чувство дистанции, ловкость, быстроту, воспитывали волю и способность переносить болевые ощущения.

Роль станицы в физическом воспитании казачьей молодёжи

Танцы и хороводы. Начиная с 14-летнего возраста, юноши и девушки участвовали в совместных играх, танцах и хороводах, организуемых станичным обществом во время праздников и массовых гуляний. Молодёжные группы делились по территориальному принципу: каждая ватага включала в себя тех, кто проживал на одном конце станицы.

В мужскую подростковую компанию принимали тех, кто проходил испытание и проявлял необходимые волевые и двигательные качества. У девушек, помимо внешних качеств, важное значение придавалось танцевальным способностям. Танцы гопад, казачок, краковяк включали разнообразные перемещения, прыжки, вращения. Обучение этим танцам было важным средством физического воспитания.

Своеобразные боевые черты содержали танцы, заимствованные у горцев: Шамиль, Наурская, лезгинка. С их помощью юноши достигали необходимого психологического настроя, ловкости, гибкости. Особенно трудными были танцевальные действия с зажатыми в руках кинжалами, передвижения на пальцах ног. Их успеху могли способствовать только долгие тренировки. Девичьи хороводы сопровождали кулачные поединки. Бои шли во всё время хоровода.

Кулачки. Составной частью физического воспитания подрастающего поколения выступало организованное внутри станицы проведение кулачных боёв - кулачек. В них участвовало мужское население станицы начиная с семилетних мальчиков. Дети и подростки принимали участие в зачине - начале боя, юноши - в основной части схватки. Постепенно в бой вступали взрослые казаки.

В этих народных зрелищных боях каких-то особых приёмов, стоек, передвижений, ударов не было. Бойцовские навыки приобретались в процессе регулярного участия в схватках и наблюдения за другими кулачниками. Важным было слаженное

Действие бойцов в едином строю - стенке. Удары наносились сквозь, то есть в любую часть тела выше пояса, преимущественно в голову и корпус. Запрещалось бить ниже пояса, нападать сзади, использовать в бою какие-либо предметы. Основными были прямые, боковые, сверху вниз, снизу вверх и наотмашь удары кулаком. С появлением крови, травм у одного из соперников индивидуальная схватка могла прекратиться. Если кто-то сильно уставал, чувствовал значительное превосходство противника или получал травму, он мог присесть и тогда считался выбывшим из поединка. Старики контролировали соблюдение правил состязания.

Особенно часто кулачки проводились в зимний период, во время Рождественских Святков и Масленицы. Местом проведения боёв служили станичная площадь или скованное льдом русло реки. В праздничные дни за кулачками наблюдала вся станица. Были кулачники, которых не могли свалить

с ног 5-6 человек. Выдающиеся бойцы сбивали соперника с ног одним ударом. В таких поединках закалялся характер, молодёжь набиралась силы и сноровки.

Скачки и джигитовки. Торжественно, при стечении большинства жителей станицы, в присутствии гостей из соседних казачьих станиц и горских аулов проводились скачки и джигитовки. В них принимали участие и взрослые и дети. Скачки и джигитовки были сложны по своему составу. Они включали в себя преодоление препятствий и барьеров. Джигитовка (от тюркского слова «джигит» - искусный, отважный всадник) " гимнастические упражнения на скачущей лошади. На скаку казаки переворачивались, спрыгивали, отбивались и вновь садились на лошадей и мчались дальше. Традиционными были поднятие платков с земли, вольная джигитовка.

К подросткам предъявлялись более щадящие требования, чем к взрослым казакам, но сам факт участия детей в общих состязаниях вызывал чувство гордости у родителей и радость у зрителей. Лучшим юным наездникам вручались призы: сапоги, газыри, ткань на бешмет. Всем участникам раздавались конфеты и пряники.

В Старолеушковской, Старокорсунской, Васюринской и некоторых других станицах устраивались бега пластунов. В станице Исправной было такое состязание будущих пластунов. С двух сторон заросшего густой и высокой травой кургана навстречу друг другу по-пластунски передвигались подростки, за ними с соседней возвышенности наблюдали бывалые казаки и жители станицы. Проигравшим считался тот, кто обнаруживал себя. Случалось, мальчишки действовали настолько незаметно, что проползали мимо соперника, не обнаружив себя. Так воспитывались качества будущих разведчиков. Устраивались и станичные стрельбы дробинками в цель. Победителям вручались призы.

Станичное общество возвышало и поощряло сильных, выносливых, смелых и справедливых. Присутствие на состязаниях многочисленных участников и зрителей, принадлежность к своей улице, краю, хутору, станице, накал страстей - всё создавало атмосферу единения, сплочения, постепенно включало подростков в выполнение предстоящих им нелёгких обязанностей - перед государством, перед обществом.

Станичные зрелищные мероприятия были направлены на закаливание характера, развитие силы и сноровки молодёжи, воспитание сильных, смелых и справедливых людей.

Во второй половине XIX века на Кубани была создана сеть учебных заведений - станичных и городских училищ, гимназий, специальных школ. Им принадлежала важная роль в организации физического воспитания и начальной военной подготовки детей и юношества.

Гимнастика. Средством физического воспитания в дореволюционной России были занятия гимнастикой. Особенно большую известность получила сокольская гимнастика, направленная на воспитание соколов - физически развитых и патриотически настроенных людей с высокими морально-волевыми

качествами. Сокольская гимнастика основывалась на одновременном выполнении группой подростков упражнений, связанных с движениями рук, ног и туловища, действий с палками и булавами. Упражнения на снарядах включали прыжки с наклонной доски и через «коня»; гимнастические действия на параллельных брусьях: упоры, размахивания, выжимы; занятия на перекладине. Отдельный раздел - занятия бегом: ускоренная ходьба, бег взапуски, бег наперегонки, эстафетный бег.

Занятия сокольской гимнастикой старались проводить зимой в хорошо проветриваемых помещениях, летом - на открытом воздухе, в училищном дворе, где были установлены гимнастические снаряды и приспособления. Ученики работали на снарядах, меняя их поочередно.

Популярностью пользовались гимнастические праздники, которые устраивали в конце учебного года. К участию в них привлекались воспитанники екатеринодарских гимназий и училищ. Эти праздники включали упражнения с флажками, живые пирамидки, состязательные игры, прыжки, вольные движения и упражнения на снарядах. Среди массовых оздоровительных мероприятий в кубанских народных училищах активно применялись длительные регулярные прогулки.

Начальная военная подготовка. В учебный процесс станичных школ активно внедрялись основы военного дела. Освоение молодыми казаками «фронта и чинопочитания» включало общеразвивающие движения головы, повороты туловища, махи ногами и строевые упражнения: размыкание, смыкание, движение фронтом. Учитывался военизированный характер физической подготовки молодого поколения казачества Кубани.

Во многих станицах проводились манёвры казачат. В поле выходили «военные отряды», состоящие из воспитанников станичных училищ, где под руководством военных инструкторов производились атаки, наступления, длительные переходы, изучались приёмы действий в обороне. Чтобы избежать травм, школьники состязались исключительно в пешем составе и упражнялись с деревянными макетами ружей и кинжалов. Из наиболее смышлёных и физически развитых школьников выбирали урядников, которых обучали умению командовать. За детскими манёврами наблюдало и взрослое население станицы.

В кубанских школах к началу XX века физическое воспитание стало системным, сочетавшим общегосударственные и самобытные казачьи средства подготовки подрастающего поколения.

Важная роль в организации здоровья казачьей молодёжи принадлежала школе. Занятие сокольской гимнастикой, начальная военная подготовка, участие в станичных маневрах готовили молодого казака к нелёгким предстоящим испытаниям боевой и трудовой жизни.

Военная подготовка в Кубанском казачьем войске

Физическому воспитанию и боевой подготовке будущих воинов большое внимание уделялось и войсковой администрацией. Штаб Кубанского казачьего

войска, атаманы отделов разрабатывали специальные программы по проведению скачек и джигитовок, занятий полевой гимнастикой, пешего учения. В Русской армии в результате практических наблюдений были подготовлены рекомендации для занятий пехотинцев, кавалеристов и артиллеристов. Специальные мероприятия содействовали приобретению необходимых навыков, облегчали овладение воинской профессией.

Лагерные сборы. Для сохранения воинского духа и обучения военному делу казаки, которые не были на действительной военной службе, и «малолетки» ежегодно призывались на мерочные лагерные сборы. Май определялся как самое подходящее время: казаки не отрывались от хозяйственных занятий в поле, а время сенокосов ещё не начиналось. Казаки выступали в лагерь на собственных лошадях, получая из полковых арсеналов лишь оружие.

Первая неделя отводилась на медицинское освидетельствование. «Малолеткам» надо было выучить основные молитвы, наименование своей части, изучить войсковые и полковые знамёна, знаки отличия, обмундирование. Казакам давали представление о воинской дисциплине, обучали правильному обращению к начальству, объясняли значение присяги.

В течение второй недели происходило ознакомление с условиями и сроками службы. Изучались устройство и правила ухода за стрелковым оружием, проводилось обучение приёмам и строевым упражнениям с винтовкой, осваивались навыки владения холодным оружием.

На третьей неделе полученные знания углублялись и закреплялись, происходило обучение действиям в конном и пешем строю. Тогда же изучались обязанности и права часового и караульного.

Четвёртая неделя отводилась изучению правил гарнизонной службы, обязанностей при несении сторожевой службы. Казаков обучали правильному уходу за лошадьми, скачкам, рубке лозы на скаку.

Конное и пешее учение. Кубанское казачье войско старалось поддерживать в подрастающем поколении искусство верховой езды. Для этого не только готовились специальные учебные пособия, но и практиковались регулярные весенние скачки с участием «малолеток» и казаков, находившихся в «приготовительном разряде» - первой ступени военной службы, которую проходили заочно. Участники соперничали, демонстрируя резвость лошадей, рубку, джигитовку.

К необходимым условиям успешного освоения кавалерийского искусства относились крепкая посадка, смелость, ловкое управление конём, умение брать препятствия, ездить по неровной поверхности и преодолевать водные рубежи. Въезд казаков на скаковое поле приветствовала музыка духового оркестра. Лучшим наездникам присуждались призы - предметы казачьего вооружения или снаряжения. Фамилии победителей вносились в приказы по войску.

Молодой казак должен был уметь остановить лошадь во время движения, уложить её на бок, поднять и продолжать движение. Особенно трудным было выполнение акробатических Упражнений: пролезть под брюхом лошади во

время скачки; девать стойки на голове и руках; вращать шашку, стоя на седле. В движении необходимо было уметь рассёдлывать и седлать лошадь, выполнять прыжки с поворотом в направлении гривы лошади, соскальзывать по боку коня, взявшись руками за подпругу и держа одну ногу в стремяни. Групповая джигитовка включала пирамиду, когда во время скачки двое всадников сидели в седле, а третий стоял у них на плечах; скачку с преодолением препятствий втроём на двух лошадях. Отдельный элемент джигитовки - рубка шашкой лозы и глиняных массивов. Казаки должны были умело рубить на скаку тряпичные шары, продевать шашку в подвешенное кольцо, стрелять по мишеням и в подкидываемые предметы.

Конное учение включало знание правил седловки лошадей, пригонки стремян, выючения лошади, укладки вещей в перемётные сумы (сумка, перекидываемая через седло).

Занятия военными упражнениями с казаками пеших разрядов состояли из строевой подготовки, гимнастики, основ штыкового боя и стрельбы. Молодые казаки осваивали стойки, повороты и маршировку, изучали караульную службу и организацию сторожевых постов. В строю особое внимание уделялось выправке и поворотам. От пластунов требовалось умение быстро бегать, преодолевать препятствия, наносить удары штыком в чучело, метко поражать цели.

Рукопашный бой.

Атака казачьей конницы была скоротечной, рассыпной. Задерживаться для полноценного фехтования было нельзя: застрелит пехота, вооружённая не только нарезным, но и скорострельным оружием; накроет артиллерия валом осколков или шрапнельным залпом.

Видели вы в исполнении профессиональных танцевальных казачьих коллективов фехтование и кручение шашкой? Клинок шашки при ударе обычно описывал большую дугу, наибольший рассекающий эффект достигался в её нижней части. Поэтому удобнее всего было использовать это оружие при внезапном н^ападении всадников на пеших.

В стремительном конном бою имел значение один удар. с размаха, с оттяжкой, на всём скаку, а дальше вперёд во весь опор. Поэтому при обучении шашечным приёмам в полках внимание было сосредоточено на ударах влоборота направо, направо и вниз направо. В реальном бою казак действовал больше огнестрельным, нежели холодным оружием.

Кубанские пластунские батальоны ориентировались на уставы пехотных полков Русской регулярной армии, постигая страшное для врагов традиционно русское мастерство штыкового боя.

Пластуны, которым требовалось умение подкрасться незаметно, напасть и взять «языка», владели захватами, подсечками и ударами. При этом предполагалось, что противник не готов к обороне. Вступить в «честный» манёвренный бой с часовым было смерти подобно! Первое, что делает часовой в таком случае, - кричит, и это становится концом для тайной вылазки, лично для пластуна. Опыт войн второй половины XIX - начала XX века показал:

пластунские батальоны выполняли обычную тяжёлую работу «царицы полей» - пехоты.

Кубанское казачье войско физическому воспитанию и боевой подготовке казаков уделяло большое внимание. Регулярно устраивались скачки, джигитовки, манёвры и лагерные сборы. В реальном бою казаки выполняли обычную тяжёлую работу кавалерии и пехоты.