

УДК 796.011: 37.013

**Традиционная физическая подготовка орочей,
проживающих на Дальнем Востоке России**

Прокопенко Виктор Иванович¹, доктор педагогических наук, профессор

Добровольский Сергей Славич¹, доктор педагогических наук, профессор

Лейфа Андрей Васильевич², доктор педагогических наук, профессор

¹*Дальневосточная государственная академия физической культуры, Хабаровск*

²*Амурский государственный университет, Благовещенск*

Аннотация. В статье рассмотрено традиционное физическое воспитание и физическая подготовка одного из малочисленных коренных народов севера российского Дальнего Востока – орочей. Акцентируется внимание на традиционном процессе закалывания, целенаправленной физической подготовке подростков, на развитии наиболее важных физических качеств. Отмечены средства, которые эффективно влияют на физическое состояние молодого поколения, высочайший уровень физической подготовки фольклорных героев.

Ключевые слова: орочи, закалывание, физическое воспитание, физическая подготовка, средства физического воспитания.

Traditional physical training of oroch people living in the Far East of Russia

Prokopenko Viktor Ivanovich¹, doctor of pedagogical sciences, professor

Dobrovolsky Sergey Slavich¹, doctor of pedagogical sciences, professor

Leifa Andrey Vasilyevich², doctor of pedagogical sciences, professor

¹*Far Eastern State Academy of Physical Culture*

²*Amur State University*

Abstract. The article deals with the traditional physical education and physical training of one of the indigenous small-numbered peoples of the North of the Russian Far East - the Orochi. Attention is emphasized on the traditional process of hardening, purposeful training of teenagers in physical training, on the development of the most important physical qualities, means that effectively influenced the physical condition of the young generation are noted, the highest level of physical training of folklore heroes is noted.

Keywords: Orochi, hardening, physical education, physical training, means of physical education.

ВВЕДЕНИЕ. На Российском Дальнем Востоке, в его северной и южной части расселена большая часть коренных малочисленных народов Севера РФ – 21 этнос. Одним из них является небольшой по своему количественному составу народ – орочи, которые проживают в Хабаровском крае. Согласно Всероссийской переписи населения РФ 2020 года, орочей насчитывается 530 человек [1]. Естественно встает вопрос, существовала ли у этого народа какая-то система физического воспитания, особенно подрастающего поколения, какие наиболее практико-применяемые средства были в приоритете у этого народа. В современной научной литературе по поводу традиционного физического воспитания орочских детей, подростков и средств физического воздействия недостаточно информации, которая могла бы пролить свет на многовековые традиции в этом деле. Ранее опубликованный материал [2, 3, 4, 5, 6, 7] эпизодичен, краток и в основном обозначает направленность этого процесса.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Наши полевые исследования, а также скрупулезный анализ литературы показали, что этот народ, несмотря на свою малочисленность, обладал уникальной и достаточно жесткой традиционной системой физического воспитания детей и подростков, которая в своей основе опиралась на подготовку их к освоению традиционных промыслов.

Фундаментом этого процесса являлось закаливание от холода, голода, промысловых, бытовых и природных испытаний. Так, закаливание детей у орочей начиналось не тогда, когда ребенок рождался, а задолго до этого. Будущая мать знала, в каких сложных условиях будут проходить роды, настраивала себя на температурную дискомфортность – экстремальность, тем самым в определенной степени вырабатывала защитную иммунную реакцию для плода и родившегося ребенка. Таким образом, родившийся ребенок в определенной степени был уже адаптирован к суровости природы [8, с. 129]. С ростом ребенка его закалка не прекращалась, а наоборот нарастала. Поэтому к 12 годам орочский подросток имел высочайшую стойкость (физическую и психическую) к холоду и другим неблагоприятным жизненно-промысловым факторам. Закалка выражалась в полной неприхотливости к пище, к ночлегу, к жажде, к боли и др. Как отмечает В. П. Маргаритов [6, с. 166], в период охотничьего сезона ороч часто ночевал прямо зарывшись в снежный сугроб, а во время длительной и изнурительной погони за соболем и затем по пути домой долгое время мог находиться без пищи.

Детство орочских детей проходило на лоне природы. Сама природная среда как бы «благословляла» их заниматься физически и быстро приобретать навыки промыслового и бытового назначения. Когда мальчик вступал на «мужское» поприще, отец ему изготавливал маленький лук и небольшую острогу. Дети быстро осваивали это оружие в повседневных своих забавах и играх на охотничью тему – без промаха били намеченную цель как из лука, так и острогой [5, с. 236]. Вся система физического и трудового воспитания включала юного ороча в сферу активной деятельности с 12-летнего возраста. Чтобы стать полноправным охотником, т. е. показать и доказать свое мастерство, смелость, расчетливость, выносливость, ловкость и многие другие физические и промысловые качества, он в 14 лет сдавал «экзамен», т. е. проходил инициацию [3, с. 24-25]. Отец давал ему лук и семь стрел. В «экзамен» входило убить кабаргу или подстрелить подсвинка. Это было первое задание отца и, если сын выполнял его, давалось второе задание: уже 9 стрел и копье. На этот раз сын должен убить сохатого или медведя, в случае удачи он обязан был принести домой голову убитого зверя. Если и на этот раз сын выполнял задание, через три дня отец устраивал угощение, на которое приглашали родственников, сородичей, соседей по стойбищу. После чествования удачного «охотника» на следующий день устраивали спортивные игры: стрельба из лука в цель, метание копья вдаль, остроги по движущимся целям, фехтование на палках, борьба. Во всех этих состязаниях «именинник» обязан был принимать участие.

В прошлые времена отцы занимались специальным обучением своих сыновей. По данным В. П. Маргаритова [6, с. 34], они старались развивать у подростка ловкость, учили состязательным играм и забавам, которые развивали их физически и делали их закаленными в борьбе за свое существование. Надо заметить, что у орочей, как ни у кого из других северных этносов Дальнего Востока, были специальные учителя, которые занимались физической и промысловой подготовкой молодежи. Молодых орочей учили не только метко стрелять из лука, но и ловко увертываться от пущенных в него стрел. Это было сверхэкстремальное испытание. Нужно было суметь увернуться от пускаемых в испытуемого стрел из лука с

определенного расстояния. Кто это требование выполнял, допускался к следующему этапу состязаний, которые проводили на медвежьем празднике орочей.

Молодые орочи учились выполнять всевозможные прыжки, лазать быстро по деревьям и шестам, а также фехтовать на копьях. Как отмечает В. П. Маргаритов [6, с. 34], орочи считали, что «ученым» мог стать только тот молодой человек, который «...мог делать прыжки в свой рост по вертикальному направлению и в три роста по горизонтальному, кто мог лазить по дереву так проворно и ловко, что стрела, пущенная в него на расстоянии 10 сажень, не могла попасть в него». То, что орочи были большими мастерами лазать по деревьям, отмечал и С. Леонтович [4, с. 53]. Он охарактеризовал это лазанье такими словами: «как кошки, не исключая даже стариков». Они искусно прыгали в высоту и в длину, обладали уникальным зрением, что так важно было во время охотничьего промысла.

Орочи обладали и прекрасной выносливостью. Это качество, по данным В. К. Арсеньева [2, с. 334], орочи проявляют при ходьбе на лыжах. Они могли проходить без усталости в день 100 верст и при этом не чувствовать усталости. Высочайший уровень выносливости и терпения орочей отмечал и В. П. Маргаритов [6, с. 37]. По его данным, орочи могли без остановки грести «часов 6–7 сряду». В то же время выносливость орочей проявлялась в основном во время трудовых процессов – гребли на лодке, ходьбе на лыжах, восхождении в горы во время охоты и т. д.

Не менее ярко проявлялось у орочей и другое физическое качество – ловкость. Они настолько хорошо владели этим качеством, что даже в преклонном возрасте не теряли его. Так, В. П. Маргаритов [6, с. 37] и С. Леонтович [4, с. 52], отмечали, что эта ловкость чаще проявлялась при необходимости, «...когда сами орочи бывают чем-либо взвинчены, например, опасностью, соревнованием и т. п.». Вот таким высочайшим уровнем физической подготовки обладали в прошлом юноши орочей.

Развитию физических качеств у орочей способствовали и традиционные подвижные игры. В этих играх дети много двигались, импровизировали, отрабатывали навыки рыбной охоты острогой, учились метко стрелять из лука, а также развивались и закалялись. Об этих играх, в том числе и традиционных состязаниях, мы писали ранее [8, с. 131-133; 9, с. 216-225; 10, с. 110-118].

Важной частью, влияющей на физическую подготовку ороческого молодого поколения, является фольклор (сказки, предания, мифы) как носитель всей информации о многовековой жизнедеятельности орочей, в том числе и об их физической подготовке. Ороческий фольклор изобилует множеством сведений о мужестве, смекалке, ловкости, силе, выносливости, великолепной реакции и прекрасной прыгучести. Все эти качества обычно аккумулировал главный герой фольклорных произведений орочей – *мэггэ*. Нужно отдать должное орочам, они в своих героических преданиях наделяли и женские персонажи некоторыми чисто мужскими физическими достоинствами, такими как навыки охоты, умение быстро ходить на лыжах и др. Такой персонаж они обычно обозначали – *нуди*, т. е. «красавица» (русский перевод). В преданиях рассказывается, что раньше орочи настолько были сильны, что могли даже схватиться в единоборстве с медведем, а от его укусов могли ловко увертываться [11, с. 103]. Из фольклора мы узнаем, что орочи были

прекрасно натренированы физически и чутки к различным движениям каких-либо предметов или животных, они могли успешно увертываться от стрел, пущенных в них. Часто герой произведения наделяется такой прыгучестью, что порой трудно верить этому, например, «...он прыгал выше самого себя» [11, с. 103]. Очень часто говорится, что герой был силен в поднятии большого камня, настолько силен, что ему это поднятие давалось легко [12, с. 136, 157, 159, 171-172]. Вне всякого сомнения, орочи, видимо, раньше использовали это упражнение в своих тренировках и для молодого поколения – поднятие камней. Как это было и у других коренных малочисленных народов Севера российского Дальнего Востока [13, с. 60-61; 14, с. 77; 15, с. 154]. В устной народной традиции орочей часто встречается, что герой борется со своим противником, при этом проявляя незаурядную ловкость и сноровку. Это указывает на то, что борьба занимала особое место в физической подготовке молодого поколения орочей.

ВЫВОДЫ. Таким образом, можно сказать, что у орочей в прошлом была выстроена строго регламентированная жесткая система физической подготовки подрастающего поколения, ориентированная на сопротивление организма к суровому климату, сложным и трудным промыслам, бытовой скудности и к умению защитить свой род от нападения близлежащих народов. Эта система была высокоэффективна и практически не давала сбоев. Прошедший ее тренинг мальчик был полностью к 14-15 годам подготовлен ко всем трудностям жизнедеятельности. С другой стороны, эта система физической подготовки орочей отразила и традиционные средства этого процесса, многие из которых (игры, состязания) вполне могут быть использованы в настоящее время в системе современного физического воспитания детей не только орочей, но и других народов.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Всероссийская перепись населения 2020 г. [Электронный ресурс]. URL: <https://rosstat.gov.ru/vpn/2020> (дата обращения: 25.01.2024).
2. Арсеньев В. К. Наши Американцы // Вестник Азии. Харбин, 1916. № 38–39. С. 331–335.
3. Ларькин В. Г. Орочи. Историко-этнографический очерк с середины XIX в. до наших дней. Москва : Наука, 1964. 176 с.
4. Леонтович С. Природа и население бассейна р. Тумни (Приморской области) // Землеведение. Москва, 1898. Т. IV, кн. 3–4. С. 1–74.
5. Максимов А. Я. Полное собрание сочинений. Кн. 3 : На Далеком Востоке. Санкт-Петербург, 1898. 281 с.
6. Маргаритов В. П. Об орочах императорской гавани. Т. 4, кн. 3–4. Санкт-Петербург, 1888. 56 с.
7. Штернберг Л. Я. Гиляки, орочи, гольды, негидальцы, айны. Хабаровск : Дальгиз, 1933. 740 с.
8. Прокопенко В. И. Народные игры и физическое воспитание // История и культура орочей. Санкт-Петербург, 2001. С. 129–133.
9. Прокопенко В. И., Прокопенко В. В. Игры орочей. Игры коренных малочисленных народов Севера Приамурья и Сахалина. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2011. 328 с. : ил.
10. Прокопенко В. И. Традиционные состязания орочей // Этноспорт народов Севера Приамурья и Сахалина. Хабаровск : Дальневосточный издательский центр «Приамурские ведомости», 2015. 264 с. : ил.
11. Аврорин В. А., Лебедева Е. П. Орочские тексты и словарь. Ленинград : Наука, ленингр. отд, 1978. 264 с.
12. Орочские сказки и мифы. Новосибирск : Наука, Сиб. отд., 1966. 235 с.
13. Прокопенко В. И. Традиционное физическое воспитание нанайцев: игры и состязания. Екатеринбург : Изд-во Урал ун-та, 1992. 112 с.
14. Прокопенко В. И. Игры и национальные виды спорта нивхов Амура и Сахалина. Екатеринбург : Изд-во Урал ун-та, 1993. 136 с.
15. Прокопенко В. И. Традиционное физическое воспитание и игры удэгейцев. Екатеринбург : Изд-во АМБ, 2009. 252 с.

REFERENCES

1. All-Russian Population Census 2020. URL: <https://rosstat.gov.ru/vpn/2020>.
2. Arseniev V. K. (1916), "Our Americanoids", *Vestnik Asii. Harbin*, No. 38-39, pp. 331–335.
3. Larkin V. G. (1964), "Orochi. historical and ethnographic sketch from the middle of the X1st century to the present day", Moscow, Nauka, 176 pp.
4. Leontovich S. (1898), "Nature and population of the Tumni river basin (Primorskaya oblast)", *Zemlevedenie*, M., Vol. IV, books 3-4, p. 1–74.
5. Maximov A. Ya. (1898), "On the Far East", *Poln. Sobr. op. sobranie*, St. Petersburg, book 3, 281 pp.
6. Margaritov V. P. (1888), "About the Orochs of the Imperial Harbor", SPb. Vol. 4, books 3-4, 56 p.
7. Sternberg L. Ya. (1933), "Gilyaks, Orochi, Golds, Negidals, Ainu", Khabarovsk, pp. 447–448.
8. Prokopenko V. I. (2001), "Folk Games and Physical Education", *History and Culture of the Orochi*, St. Petersburg, pp. 129–133.
9. Prokopenko V. I. and Prokopenko V. V. (2011), "Games of the Orochi", *Games of the Indigenous Peoples of the North of Priamurye and Sakhalin*, Ekaterinburg, Izd-e Ural. un-ta, 328 p., ill.
10. Prokopenko V. I. (2015), "Traditional competitions of the Orochi", *Ethnosport of the peoples of the North of Priamurye and Sakhalin*, Khabarovsk, Far Eastern Publishing Center "Priamurskie vedomosti", 264 p., ill.
11. Aurorin V.A. and Lebedeva E. P. (1978), "Oroch texts and vocabulary", L., 264 c.
12. "Oroch tales and myths" (1966), Novosibirsk, Nauka, Sib. otd. Ee, 235 pp.
13. Prokopenko V. I. (1992), "Traditional physical education of the Nanai: games and competitions", Yekaterinburg, Izd-e Ural University, 112 p.
14. Prokopenko V. I. (1993), "Games and national sports of the Amur and Sakhalin Nivkhs", Yekaterinburg, Izd-voor Ural Un-ta, 136 p.
15. Prokopenko V. I. (2009), "Traditional physical education and games of the Udegeans", Ekaterinburg, AMB Publishing House, 252 pp.

Информация об авторах:

Прокопенко В. И., профессор кафедры гуманитарных дисциплин, prokopeviktoryandexru,
<https://orcid.org/0000-0001-5037-4252>

Добровольский С.С., директор НИИ, DobrovolskiySS@dvgafrk.ru

Лейфа А.В., профессор кафедры психологии и педагогики, aleifa@mail.ru

Авторы заявляют об отсутствии интересов

Поступила в редакцию 12.02.2024.

Принята к публикации 11.03.2024.