



ВИДЫ СПОРТА НАРОДА КОМИ





Игры народов коми появились очень давно. В них отражались трудовые умения, взаимоотношения людей, особенности охоты, рыбной ловли и быта. Игры служили способом физического воспитания детей, готовили молодежь к труду. Дети играли в подвижные игры, а взрослые устраивали состязания. Они проводились в праздничные дни по окончании большой работы.

Народные игры коми просты и эмоциональны. Они всегда проводились на свежем воздухе. Это хорошо влияло на укрепление здоровья, помогало закаливанию организма.

Умение хорошо метать, прыгать, бегать по лесным овражистым или горным участкам местности — это навык, который необходим и оленеводу, и охотнику и будущему воину.

Многие из старинных народных игр коми сохранились и до наших дней



ТРОЙНОЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРЫЖОК



Тройной прыжок состоит из 3-х прыжков, выполняемых без остановок, одновременным отталкиванием и приземлением двумя ногами. Оценивается дальность прыжка.

Есть легенда о появлении тройного прыжка...

«В ту пору волк считался хозяином тундры. Он ничего не боялся: ни стрелы быстрой, ни копья хоря, ни ножа охотничьего. Ехал как-то кочевник по весенней тундре. Хорошо ехал, песню пел. Вдруг упряжка в сторону резко рванулась и понеслась. Выпал из нарты пастух. А когда поднялся на ноги, увидел: прямо на него волки бегут. Впереди - смерть от волчьих клыков, за спиной - река. Перепрыгнуть невозможно: вода студеная и быстрая, а волки рядом. Решил пастух попробовать свою жизнь спасти. Собрал все свои силы и прыгнул сразу двумя ногами на первый в речке камень, с него на второй, а со второго на



ПРЫЖКИ ЧЕРЕЗ НАРТЫ



Прыжки на двух ногах через нарты, расставленные на расстоянии 70см.

Прыгать нужно без задержек, с места, отталкиваясь одновременно двумя ногами, не задевая снаряды.

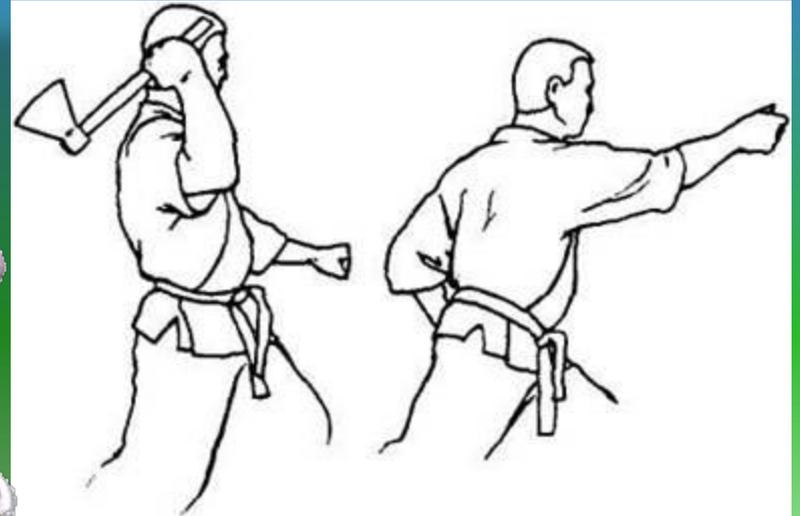
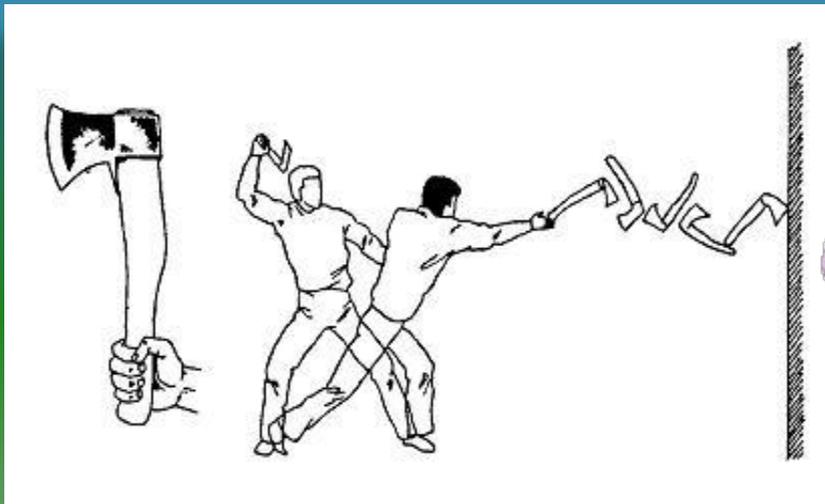
Участник, преодолевший 10 нартов, прыжком делает поворот на 180° и продолжает прыжки в обратном направлении до тех пор, пока самостоятельно не прекратит прыжки (устал) или не совершит ошибки.

Таким образом и «наматывается» 300 прыжков для того, чтобы стать мастером спорта. А некоторые ухитряются сделать и больше девятисот...





МЕТАНИЕ ОХОТНИЧЬИХ ТОПОРИКОВ (на дальность)



Топор всегда был атрибутом охотника, оленевода, рыбака. С помощью специального топорика оленевод мог подсекнуть на расстоянии ногу оленя и потом его заарканить.

Старинная легенда рассказывает об оленеводе, который любовался полетом лебедей.

«Как-то раз над стойбищем низко-низко летели лебеди. Оленевод востепенулся. Начал искать предмет, чтобы мог взлететь, как птица в небо. Хорей для полета оказался тяжелым, охотничий нож - легким. Подвернулся топорик. Посмотрел на него и подумал, что если ручку хорошенько построгать, она может стать крылом. Тундровик так и сделал. Настал день, когда он послал в синеву неба топорик. Тот, словно птица, стремительно взмыл в поднебесье и улетел далеко-далеко. А вместе с топориком летела



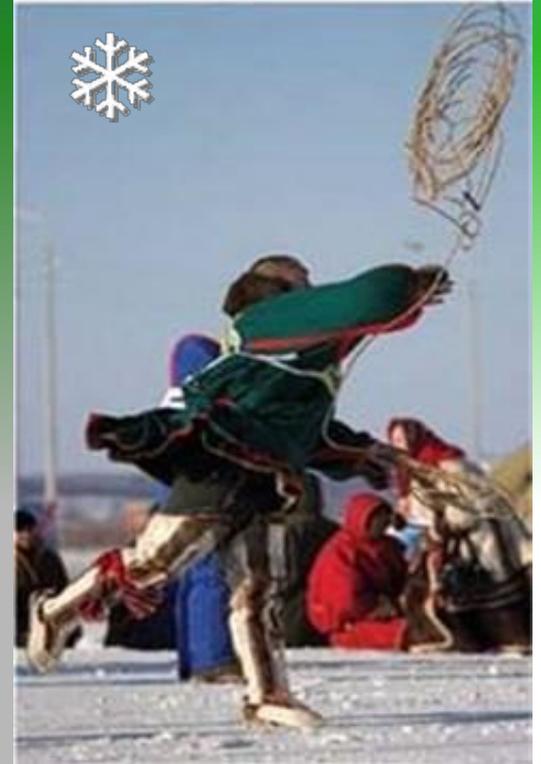
МЕТАНИЕ ТЫНЗЯНА НА ХОРЕЙ



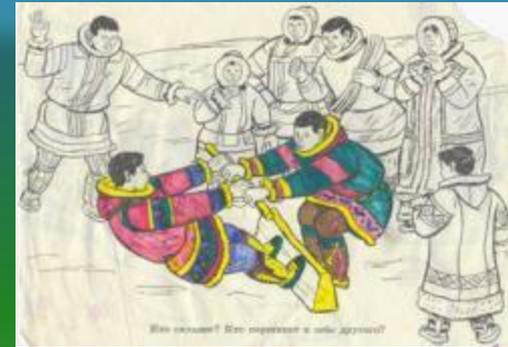
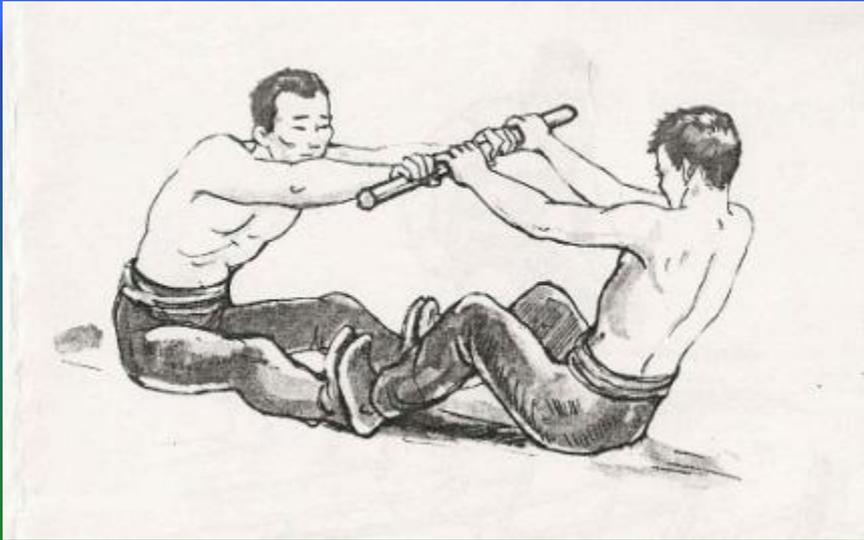
Хорей – шест длиной 3 метра.

Тынзян – это аркан длиной не более 30 метров. Его метают от края большого круга на шест, укрепленный в центре.

**Каждый пастух сплетает тынзян сам, вырезая по кругу из оленьей кожи тонкие полоски. Метание тынзяна на дальность – первый экзамен для молодого оленевода, метание на точность – уже экзамен на аттестат зрелости
Бросают тынзян, в зависимости от возраста участника, с расстояния от 9 до 15 метров.**

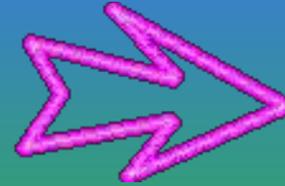


ПЕРЕТЯГИВАНИ Я НА ПАЛКЕ



Наиболее древний вид состязаний. На протяжении столетий, вплоть до настоящего времени, он остается самым любимым и популярным видом состязаний коми охотников и крестьян.

Для состязания необходима палка длиной около метра. В игре может участвовать любое число мужчин. В начале состязаний выходят двое участников. Взявшись обеими руками за палку, оба садятся на землю. Упираясь ступнями ног (ступня к ступне) и сохраняя прямые руки в хвате за палку, оба по сигналу начинают тянуть противника на себя, стараясь поднять его с земли. Схватка заканчивается, когда один из противников поднят с земли до положения стоя, или же переброшен через голову. Победенный выбывает из дальнейших соревнований, а победитель начинает игру с новым противником. Окончательная победа присуждается участнику, не имевшему поражения.



ГОНКИ НА ОЛЕНЬИХ УПРЯЖКАХ



Каждая упряжка имеет свой номер. Участники гонки заранее готовятся к старту: проезжают по дистанции, знакомятся с ней, готовят оленей к гонке. Гонщики подъезжают к линии старта (олени не должны заходить за эту линию). Перед стартом гонщики принимают удобное положение: кто-то стоя с удобной стороны от нарт, кто-то сидя в нартах. В одной руке держат вожжи, в другой – хорей. Затем подается команда «Внимание!», и по команде «Марш!» гонка начинается.

