

нас к мысли о необходимости совершенствования методики отбора кандидатов на роль учителя и внедрения ее в практику.

1. Косиба, Г. Профессиональные функции учителей физической культуры в сравнении с таковыми у учителей других предметов в свете общественно-демографических факторов / Г. Косиба, Э. Мадейский, Я. Яворский // Теория и практика физ. культ. – 2013. – № 5. – С. 51–55.
2. Лях, В. И. Физическая культура. Тестовый контроль. 10–11 классы: для учит. общеобразоват. учреждений / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2012. – С.23–31.
3. Cieśliński, R. Zawód i praca nauczyciela wychowania fizycznego. Wyd. AWF, Warszawa, 1988.
4. Cieśliński, R. Przygotowanie do zawodu i pozycja społeczna nauczyciela wychowania fizycznego. Wyd. AWF, Warszawa, 1991.
5. Grabowski, H. Studia wychowania fizycznego wczoraj i dziś. W: Rozprawy naukowe AWF we Wrocławiu. Red. R. Bartoszewicz i in. – Wyd. AWF, Wrocław, 2009. – S. 239–242.
6. Kosiba, G. Doskonalenie i rozwój zawodowy nauczycieli wychowania fizycznego. Wyd. AWF, Kraków, 2009.
7. Krawczyk, Z. Absolwenci uczelni wychowania fizycznego. Studium socjologiczne zawodu. PAN, Warszawa, 1978.
8. Madejski, E., Węglarz J. Wybrane zagadnienia współczesnej metodyki wychowania fizycznego. Kraków, Wyd. „Impuls”, 2014. – S. 103–106.
9. Żukowska, Z. Dobór, kształcenie i doskonalenie zawodowe nauczycieli wychowania fizycznego w świetle wyników badań polskich. W: System pedagogicznego kształcenia, doskonalenia i doskonalenia nauczycieli. Red. J. Kuźma. Wyd. Naukowe WSP, Kraków, 1991. – S. 113–126.

## НЕСКОЛЬКО СЛОВ ОБ ИГРЕ В МЯЧ В ДРЕВНЕМ КИТАЕ И АГРЕССИВНОСТИ

**Марищук Л.В.**, д-р психол.наук, профессор,  
Белорусский государственный университет физической культуры,  
**Быкова А.А.**, канд. пед. наук, доцент,  
Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники,  
**Кан Яо**,  
Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

В результате археологических раскопок, обнаружены наскальные рисунки, датируемые 3000 г. до н. э., на которых изображена игра с мячом ногами, руками, торсом – прообраз современного футбола, волейбола, баскетбола, волейбола, так как между командами ставились преграда в форме буквы «П» и мяч перебрасывали через верхнюю жердь. Баскетбола, потому что один из вариантов игры заключался в пробрасывании мяча в отверстие между двух жердей.

В одной из первых рукописных книг, а ведь именно китайцы изобрели бумагу, «История династии Хань» (206 до н.э. – 220 н.э.), игра в мяч упоминается дважды. Во-первых как метод военно-прикладной подготовки [1; 6], во-вторых, при описании сцен бытовой жизни представителей правящих классов, наряду с конными прогулками, охотой, прогулками в сопровождении собак и другого препровождения свободного времени [5; 7]. В той же рукописи есть описание мяча – двух сшитых с помощью растительных волокон кожаных полусфер, набитых шерстью, волосами, шелком или соломой (рисунки 1).

Мяч достаточно легкий для того, чтобы не только пинать его ногами, но и бросать руками. Но игра преимущественно ногами превалирует. Игра в мяч доступна и для женщин, их мяч легче. Мяч делается преимущественно из хорошо выделанной свиной или телячьей кожи, может быть обшит шелком. Иногда женщины играют в мяч под музыку.

В книге «Стихов династии Тан» (618–907), приводится описание первого надувного мяча. В качестве камеры использовался мочевой пузырь домашних животных: крупного рогатого скота, свиней, овец, специальным образом выделанный, наполненный воздухом (газом) и герметично запаянный [2]. Камера помещалась в кожаную оболочку, все еще сшитую из 2 полусфер [3].



Рисунок 1 – Первый кожаный мяч

Играют в мяч 2–3 человека – поддают мяч ногой или коленом, отбивают головой, плечом или грудью, не допуская падения на землю. Игроки находятся в фиксированных позициях, возможны отклонения туловища, переступания на месте. Это и развлечение и тренировка выносливости [1; 6]. Возле игроков мог находиться тренер (мастер), отслеживающий, чтобы движение мяча не останавливалось. Другой вариант игры – игроки свободно двигаются по площадке (она еще не ограничена), пасуя мяч друг другу, стараясь не допустить падения мяча на землю. Этот вариант возможен и для женщин и может рассматриваться как спортивное развлечение и отдых, также может иметь музыкальное сопровождение [4].

Как метод тренировки и разминки в военно-прикладном варианте использовался следующий вариант. Играют по 2 человека, мяч передается от одного к другому с любыми перемещениями и использованием ударов как руками, так и ногами. Главное требование – мяч не должен останавливаться. Предполагается участие тренера. Более сложный вариант тренировки: 3 или 4 человека стоят лицом друг к другу и последовательно осуществляют передачу мяча. Требование то же – мяч не должен останавливаться.

Следующий вариант игры для 5 или 7 человек. Первый подает мяч третьему, третий – пятому, пятый – второму, второй – четвертому, четвертый – снова первому. Если играют семеро, то пятый передает мяч седьмому, а седьмой – второму и так далее. Требование то же – мяч не должен останавливаться. Помимо тренировки выносливости, ловкости и гибкости – положение игроков фиксировано, игра развивает внимание и внимательность – качество исключительно важное для любого человека и тем более для воина [1; 6]. Китайский источник [4] свидетельствует о том, что в более поздние времена игра была перенесена в Японию.

Игра для 9 человек несколько иная. Кроме тренировки выносливости, ловкости, гибкости и внимания, тренируется быстрота реакции. Восемь человек стоят в ряд, а один, наиболее квалифицированный (но не тренер), лицом к ним. Он подает мяч стоящим в ряд не по очереди, а вразнобой, не давая времени на раздумье, не соблюдая никакой очередности, даже поворачиваясь к стоящим в ряд спиной. Этот вариант шире использовался в армии, нежели как игра. Во времена династии Сун (960–1279), мяч продолжает совершенствоваться, по-прежнему используется выделанный, герметично запаянный, наполненный газом мочевой пузырь домашних животных, уже изобретены пневматические инструменты для надувания. Снаружи обшивка состоит из 12 кусочков отлично выделанной кожи [6; 7] и мяч становится похожим на современный, обладая такой же прочностью и долговечностью. Вес мяча равен примерно 450 граммам (рисунок 2).

В эту же эпоху создаются первые площадки для игры в мяч (рисунок 3) и устанавливаются первые правила игры в нескольких вариантах.



Рисунок 2 – Мяч для игры ногами во времена династии Сун

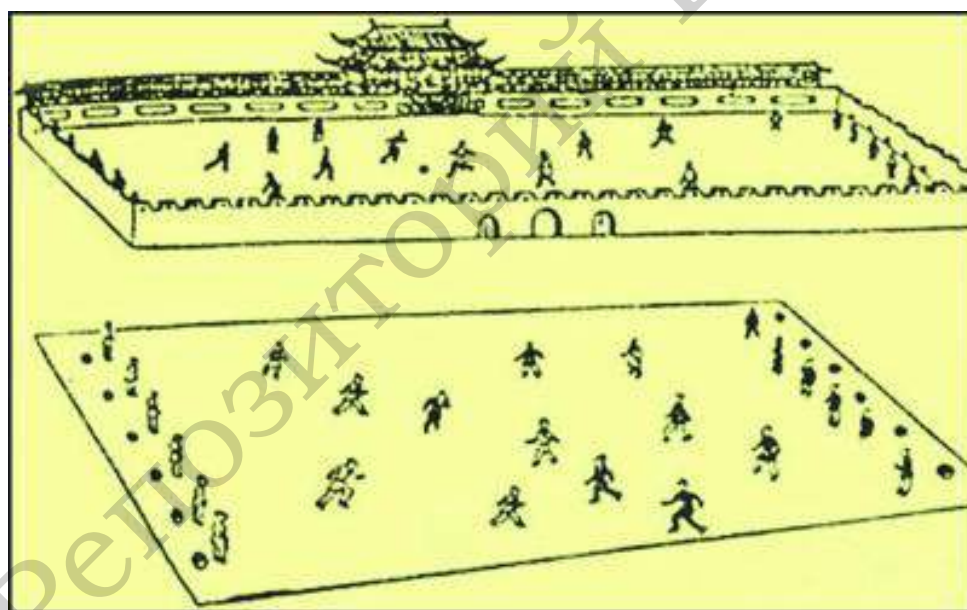


Рисунок 3 – Первые площадки для игры в мяч

Древние китайцы полагали, что небо и земля прямоугольные, поэтому и поле для игры в мяч прямоугольное. Поле – «спортивный город» – огорожено со всех сторон, на ограде – стене – в 3 яруса расположены места для зрителей и отдыха игроков. Игроки находятся на нижнем ярусе, там же могут расположиться некоторые «простые смертные», связанные с игроками, на втором – министры и другие высокие должностные лица, на третьем, самом высоком располагался император. На третий «императорский» ярус была проложена аппарель для того, чтобы повозка с носилками императора могла туда въехать. В статье о дворце [3] зафиксировано, что поле могло быть использовано не только для игры в мяч, но и для проведения парадов войск. Отметим, что игра продолжалась достаточно долго, сопровождалась музыкой и пением, в те времена это зрелище предназначалось только для аристократических кругов общества, поэтому, вероятно, на поле выходили не только мужчины, но и женщины, которым разрешалось играть не только ногами, но и руками.

В году 12 месяцев, поэтому в поле 2 команды по 12 игроков. 12 играющих игроков (6+6) и 12 лунок-целей, по шесть с обеих сторон поля (ворота еще не изобрели) защищаемых 12 игроками-вратарями, в каждую из которых для победы следует попасть мячом (6+6). У каждого из игроков с мячом своя фиксированная цель – выкопанная в земле лунка и свой защитник, которого следует обыграть, чтобы забросить мяч в его лунку [2]. Игра начинается в середине поля, мяч вводит судья, игрок, захвативший мяч, «охраняемый» игроками своей команды, начинает двигаться в сторону лунок противника. Нападающая команда охраняет «своего» игрока, ведущего мяч к назначенной лунке, противоборствующая команда пытается мяч отобрать. Если атака не удастся, противоборствующая команда мяч отбирает, отобравший мяч игрок, ведет его к «своей» лунке. Судья находится в поле и следит за тем, чтобы поединок проходил мирно, без проявлений агрессии – конфронтации в игре недопустимы.

Это, употребляя европейский термин, не «природосообразно» [2; 3]. Победа присуждается команде, первой забившей 6 голов. Такой результат требует проведения 3–4 игр подряд, за время одной указанный результат был недостижим. Точного времени проведения игр в источниках мы не нашли.

За ошибки, неумение забить мяч игроков осмеивают, наказывают переодеванием в женскую одежду. Команду, которая выигрывает, награждают шелковой одеждой (шелк – одежда императоров и очень узкого круга приближенных, удостоенных этой чести) или деньгами.

С военнотружущими поступают более жестко – наказывая кнутом, что естественно. Для богатых – это развлечение, для солдат – военно-спортивная подготовка, спасающая жизнь солдата в бою [1; 6]. Повторим, игры с мячом выполняли двойную роль. В качестве военно-профессиональной подготовки руководствовались жесткими правилами и требовали высокой тренированности, достигаемой многократными ежедневными занятиями, в парах, тройках и др. Китайские воины в древнем мире считались хорошо подготовленными – ловкими, выносливыми, внимательными. В качестве развлечения, оздоровительной физической культуры, сопровождалась музыкой и танцами и предназначались для проведения досуга лиц, у которых досуг было достаточно.

До матчей с участием квалифицированных (профессиональных) игроков, на которые продают билеты, на тот момент было 400–450 лет.

1. Сунь цзы (Книга о военном искусстве полководца Суня Биня) // Камбун Тайкэй (сборник документов). – Токио, 1911. – 24 с.
2. Гоу юй (Речи Царств) // Чжуцзы цзичэн (сборник документов). – Шанхай, 1935. – С. 57–60.
3. Лецзы чжу (Книга Ле Юйкоу) // Чжуцзы цзичэн (сборник документов). – Пекин, 1956. – С. 234–235.
4. И цзин (Книга Перемен) // Чжуцзы цзичэн (сборник документов). – Шанхай, 1935. – С. 1345–1346.
5. Бэй ши (История Северной династии) // Чжуцзы цзичэн (сборник документов). – Пекин, 1956. – С. 125–126.
6. Бин цзы (Наследие Армии) // Чжуцзы цзичэн (сборник документов). – Шанхай, 1935. – С. 21–22.
7. Шу цзин (Книга исторических документов). – Пекин–Шанхай, 1957. – 262 с.

## **СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И ПЕРЕПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ХОККЕЮ НА ОСНОВЕ МОДУЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ПРИЕМАМ САМОСТРАХОВКИ**

*Мартыненко А.Н.*, канд. пед. наук,

ФГБОУ ВО Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,

*Коновалов В.Н.*, д-р пед. наук,

ФГБОУ ВО Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,

Российская Федерация

Одной из основных задач повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов в области хоккея является знакомство с передовым отечественным и зарубежным опытом работы со спортсменами разного возраста и квалификации [6]. Данный опыт определяет содержание образовательного процесса и позволяет тренерам познакомиться с эффективными методическими инструментами решения наиболее серьезных проблем современного хоккея.