Наумова Т.П.

учитель МБОУ Новороссошанская ООШ

**Физическое воспитание казака**

Казаки были воинами, поэтому на первом месте стояла забота о здоровье подрастающего поколения, его физическая и тактическая подготовка. Чем лучше был подготовлен молодой казак, тем больше у него было шансов уцелеть в битве.

Принято говорить о том, какое внимание уделялось воспитанию казачат со стороны стариков и всего станичного общества, про то, что воспитание казака или казачки начиналось с самого рождения, про обряды инициации, которые проходило подрастающее поколение. Но при этом часто забывают, что забота о детях начиналась задолго до их рождения. Например, крёстная и крёстный следили за здоровьем казачки-матери, и, если чувствовали, что она устала из-за чрезмерных работ по дому, забирали её от мужа и его родни, чтобы дать отдохнуть. Комплекс подобных обычаев позволял на протяжении многих веков производить на свет здоровых младенцев.

[](http://3.bp.blogspot.com/-KIKRGz-XGBY/UZoSF2EN8BI/AAAAAAAAAc4/9wcwxdsnAko/s1600/d9c78355c22e.jpg)

Вся жизнь казака была связана с конями. Об этом говорит уже один из первых обрядов, через который проходил казачонок – в годовалом возрасте его сажали на коня. К трём годам дети уверенно держались в седле и управляли конём. Пятилетние ребятишки гнали коней на водопой.

Восьми-десятилетние казачата могли не только проехать охлюпкой (без седла), но частенько забавлялись, на полном скаку становясь коню на спину. Молодой казак мог взлететь в седло с земли не касаясь стремени, владел джигитовкой.

Вершиной искусства владения конём была джигитовка, которая по признанию специалистов позволяет улучшить посадку, развивает ловкость, уверенность всадника. Умение уклониться от сабли, стрелы, а иногда и пули, пущенной противником, было жизненной необходимостью в бою.

Современный человек и не задумывается о том, сколько надо для этого приложить сил и умения, сколькому надо научиться, какой комплекс мышц накачать. Если говорить вкратце, то занятия конным спортом развивали вестибюлярный аппарат, брюшной пресс, [](http://3.bp.blogspot.com/-gQgWYIeewsg/UZoSEs70gHI/AAAAAAAAAcw/3B52FExJaRI/s1600/1298908553_006aleksandra-savvina1.jpg)икроножные мышцы, бицепсы, трицепсы, мышцы спины, то есть служили для создания гармонично развитого физически тела.

Большое значение в физической подготовке казака отводилось играм. Именно они, а не привычные для нашего времени тренировки, приводили к прекрасным результатам.  Игры в большинстве своём были подвижные. Например, по воспоминаниям уроженцев станицы Кременской у детей были следующие игры: с коня на конь, чехарда, краски, хвач, сверни голову, игра в зайца, шара, цыгана, ярки, шкуры. Была ещё игра «крапивное семя», при которой молодежь бегала с улицы на улицу по всей станице.  Каждая из игр вырабатывала то или иное умение, которое могло пригодиться казаку в битве. Например, дошедшая до начала ХХ века игра в бабки (кости) вырабатывала глазомер – не зря казаки славились своей меткостью.

Всё описанное касается обычных бытовых этнических игр. Отдельно в комплексе игрового обучения стоят шермиции, которые чем-то напоминают древнегреческую олимпиаду. Происхождение названия этого праздника неясно. Есть версия, что в основу слова «шермиции» положен глагол «шурмовать», то есть рубить или колоть шашкой и пикой. Возможно, поначалу так оно и было. Но уже в XVIII – XIX веках программа игр-шермиций значительно расширилась. В неё вошли не только упражнения с шашкой и пикой, но и скачки, джигитовка, стрельба из лука, кулачные бои, борьба «на гайтанах» (поясах), своеобразная полоса препятствия. Для каждой возрастной группы были свои виды испытаний.

[](http://3.bp.blogspot.com/-Jk9ASCO8Oro/UZoSMJcWBfI/AAAAAAAAAdA/gotzCqdsT9o/s1600/%D1%81%D0%BD%D0%B5%D0%B6%D0%BD%D1%8B%D0%B9+%D0%B3%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D0%BA.jpg)Шермиции проводились в праздничные дни и часто носили полу-шутовской характер. Например, одним из обязательных пунктов зимних шермиций было взятие снежного городка. Именно этот момент масленичных шермиций запечатлел И. В. Суриков на своей картине. На главной площади станицы строили снежные крепости (одну для детей, другую для взрослых), стены которой поливали водой – чтобы затруднить задачу штурмующим. На самую высокую точку снежной крепости устанавливали флаг, а рядом садился молодой казак, изображающий турецкого султана – в шапке, обмотанной полотенцами, и восточном халате. И начиналась забава! Игроки так увлекались боем, что порой дело доходило до кровопускания. Как свидетельствуют историки, в результате потешных сражений, молодое поколение казаков получало необходимые навыки для ведения реальных битв.

Кулачные бои проводились «на начало сева», «на растряс лугов», на праздники. Обычно сходились на кулачки жители разных концов станицы или хутор на хутор. Начинали драку подростки, бросая шапки, дразня обидными словами. Затем в бой вступали юноши постарше, за ними – взрослые казаки. Дрались лоб в лоб, упавших не били. За соблюдением правил боя тщательно следили старики. Провинившихся наказывали.

Одним их зрелищных моментов шермиций были танцы с фланкировкой шашкой. Казачий танец с шашкой относится к особому виду пляса – боевому. Отличие этого вида «хореографического искусства» в том, что каждое движение шашки или «танцора» - это имитация того или иного движения боя. Как говорилось выше, обучение казаков велось в игровой и развлекательной форме, но приносило щедрые плоды, сберегая жизнь в бою.

Помимо шермиций, которые носили праздничный характер, проводились многочисленные полевые игры и смотры «малолетков».

В первом случае игра напоминала «Казаков-разбойников». В ней участвовала подростковая часть станиц. Выходили ранним утром, делились на команды и начинали боевые действия друг против друга. Во время таких игр казачатам приходилось скакать на коне, ползать по-пластунски, переплывать реки, драться и т. д. За ходом игры порой следила вся станица. Победителей награждали старики.

Во втором случае речь идёт, скорее, о «Школе молодого бойца». На обозначенный атаманом пункт собирались казаки в возрасте 19 лет – то есть, будущие призывники. Несмотря на громкое название «смотр», это были будничные полевые сборы, на которых в течение месяца опытные казаки-наставники передавали молодым казакам воинские премудрости. И опять-таки, немалое место в этих учениях занимали приёмы боя на коне. А как же иначе, если казачьи части традиционно относились к кавалерии? Одних «малолетков» учили стрелять на скаку, других отмахиваться шашкой от врага, стоя на спине мчащегося коня, третьих – на скаку поднимать с земли платок или пятак. Молодые казаки рассыпались лавой и учились бороться с противником на конях. Без сомнения, преодолеть все трудности полевого «смотра» помогала предыдущая физическая подготовка.

Наследие казаков Дона при подготовке молодёжи к службе в армии, используется и в наши дни. К счастью сохранились традиции казачьего рукопашного боя, приёмы фланкировки шашкой. А Шермиции официально внесены в реестр национальных видов спорта, и ежегодно проводятся на Дону, Кубани и Тереке.

**Литература**

**Донские казаки в прошлом и настоящем** / под общ. ред. Ю. Г. Волкова. – Ростов н/Д : Изд-во Рост. ун-та ; ГинГо, 1998. – 504 с.

**Тимонин, А.** Казачья джигитовка / Александр Тимонин // Казарла. – 2012. - № 3. – С. 20-21.

**Шалыгин, В.** Мой край родной, казачий. Усть-Медведицкий округ области Войска Донского / Владимир Шалыгин. – 2-е изд. – Волгоград : Станица-2, 2004. – 368 с.