

**Институт истории и культурного наследия НАН КР
Кыргызский национальный университет им. Ж.Баласагына**

Диссертационный совет Д. 07.09.390

На правах рукописи
УДК:947.1(5752)(043.3)

ДООРАНОВ УЗГЕНБАЙ САПАРБАЕВИЧ

**Сведения о физическом воспитании
в трудах восточных авторов
и устном народном творчестве кыргызов
(IX–XIII вв.)**

**Специальности: 07.00.02 – отечественная история
07.00.09 – источниковедение, историография и методы исторического
исследования**

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т
**диссертации на соискание ученой степени
кандидата исторических наук**

БИШКЕК – 2010

Работа выполнена на кафедре теории физической культуры, педагогики и психологии Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта

Научный руководитель: доктор исторических наук Каратаев О.К.

Официальные оппоненты: доктор исторических наук Кылычев А.
кандидат исторических наук,
доцент Жумабаев Б.

Ведущая организация: кафедра истории Кыргызстана ОшГУ

Защита состоится «_____» _____ 20__ г. на заседании диссертационного совета Д. 07.09.390 по защите диссертаций на соискание ученой степени доктора (кандидата) исторических наук при Институте истории и культурного наследия Национальной академии наук Кыргызской Республики и Кыргызском национальном университете им. Ж. Баласагына
по адресу: г. Бишкек, пр. Чуй, 265-а.

С диссертацией можно ознакомиться в Центральной научной библиотеке Национальной академии наук Кыргызской Республики
по адресу: г. Бишкек, проспект Чуй, 265-а.

Автореферат разослан «_____» _____ 20__ г.

Ученый секретарь диссертационного совета,
доктор исторических наук

Ш.Д.Батырбаева

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы. Среди различных вопросов изучения национальной физической культуры важное место занимает исследование трудов мыслителей центральноазиатского региона эпохи средневековья и их взглядов на физическое воспитание. При этом необходимо иметь в виду, что в трудах мыслителей Востока содержатся ценные изречения, практические советы, опыт использования физического воспитания для укрепления здоровья, лечения от болезней и продления активной жизни человека. Однако, к великому сожалению, исследователями Кыргызстана данная проблема не изучалась должным образом и достаточно глубоко. Именно поэтому мы задались целью исследовать отражение вопросов физической культуры в трудах поэтов и мыслителей Центральной Азии в эпоху средневековья.

В период суверенитета с принятием Закона Кыргызской Республики «О национальных видах спорта» назрела необходимость более глубокого изучения истории кыргызских национальных видов спорта и народных подвижных игр в подготовке специалистов. С открытием в КГАФКиС факультета национальной физической культуры становится еще более актуальным исследование вопросов формирования средств физического воспитания, становления теоретических и методических основ национальной физической культуры.

За последние годы в Кыргызстане стали чаще проводиться соревнования и показательные выступления по национальным видам спорта. В программы спартакиад и универсиад включаются национальные виды спорта. Заметно увеличилось количество пропагандистских материалов и средств массовой информации. Появились научные публикации и исследования по вопросам национальной физической культуры. Одной из актуальных тем национальной физической культуры является исследование вопросов отражения физической культуры в трудах мыслителей и поэтов эпохи средневековья, представителей центральноазиатского региона.

Актуальность темы возрастает благодаря исследованиям по выяснению роли традиционных игр и состязаний в воспитании молодежи и разработке терминологического толкового словаря по кыргызским национальным видам спорта, а также в ходе изучения литературы, бесед со знатоками.

Степень разработанности проблемы. Изучение вопросов отражения элементов национальной физической культуры в трудах мыслителей Востока основывалось на прежних изысканиях автора и других исследователей Кыргызстана ¹. При изучении литературы нами, прежде всего, была

¹ *Беспалый Б.С., Маречек Б.Р., Мусин Ю.Л., Омурзаков Д.О.* Физическая культура и спорт в Кыргызской ССР. – Фрунзе, 1956; *Байман Ф.Е.* Кыргызская борьба «куреш» – как важное средство физического воспитания молодежи: Дис. ... канд. пед. наук. – Фрунзе, 1962; *Айтмамбетов Д.* Культура киргизов во 2-й половине XIX – XX вв. – Фрунзе, 1967; *Бабовская Т.Н.* Исследование эффективности народных средств физических упражнений: Автореф. дис.... канд. пед. Наук. – Фрунзе, 1968; *Бектенов З., Мусин Ю.* Кыргыздын элдик оюндары. – Фрунзе, 1969; *Соколов Л.П.* Физическая культура и спорт в Кыргызской ССР

поставлена цель: определить состояние изученности вопросов истории развития физической культуры. К этому вопросу в советский период обращался ряд авторов ¹.

На территории Караханидского государства развивались различные традиционные игры и организовывались состязания наших далеких предков. Во время раскопок на месте города Баласагун были найдены шахматные фигуры, мячи, альчики, луки и стрелы и другие вещественные памятники, подтверждающие существование и развитие игр и состязаний в столице Караханидов Баласагуне ².

С целью сбора конкретных исторических фактов изучена основная и периодическая литература, отражающая различные стороны развития физического воспитания и элементов физической культуры в эпосе «Манас» и

(1917–1963 гг.). – Фрунзе, 1970; *Саралаев М.К.* История и современное состояние киргизских народных видов спорта. – Фрунзе, 1975; *Саипбаев С.М.* Педагогическое значение киргизских игр. – Фрунзе, 1976; *Омурзаков Д.О., Саралаев М.К.* Киргизские национальные виды спорта и народные игры. – Фрунзе, 1981; *Райдугин В.С.* История физической культуры и спорта в Киргизской ССР. – Фрунзе, 1988; *Орозбаков Т., Чылымов А.* Тогуз коргоол. – Фрунзе, 1990; *Черикбаев Э.У.* Физическое и военное воспитание древних киргизов: Автореф. дис. ... канд. ист. наук. – Фрунзе, 1990; *Анаркулов Х.Ф.* Кыргыз эл оюндары. – Бишкек, 1991; *его же.* Кыргызские народные подвижные игры, физические упражнения и современность. – Бишкек, 2003; *Наралиев А.М., Саралаев М.К.* К вопросу формирования духовности средствами физического воспитания. – Ташкент, 1995; *Акишева Г.С., Рахимова Ж.Т.* Кыргызские национальные игры. – Бишкек, 1996; *Апышев Б.* Бабалардын осуятынан мамлекеттик идиологияга. – Ош, 1997; *Азизбаев С.С.* История физической культуры и спорта в Кыргызской Республике. – Бишкек, 2002.

¹ *Элашвили В.И.* Значение этнографического материала по народному спорту. – М: Наука, 1964; *Понамарев Н.И.* Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания. – М., 1970; *Шоломицкий Ю.С.* Физическая культура и спорт в советской Средней Азии и сопредельных странах Востока: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – М., 1972; *Фахридинова С.В.* Народные виды состязаний и игры в некоторых эпосах, легендах Востока в период древней истории // Теория и методика физического воспитания. – Ташкент, 1972; *Кун Л.* Всеобщая история физической культуры и спорта. – М., 1982; *Столяров В.И.* Актуальные проблемы истории и философско-социологической теории физической культуры и спорта. – М., 1984; *Тогатов И.Е.* Игры в общественной жизни бурят. – Улан-Удэ: Бурятское книжное издательство, 1989; *Григорьева В.М.* Народная педагогика и игры. – М., 1997; *Абатаев Е.Б.* Народные игры казахов Южного Алтая. – Чебоксары, 2000; *Столбов В.В.* История физической культуры и спорта. – М., 2000; *Голошанов Б.Р.* История физической культуры и спорта. – М., 2001; *Сараф М.Я.* Спорт и культура. – www.lid.sportedu.ru.

² *Горячева В.Д.* Средневековые городские и архитектурные ансамбли Киргизии. Бурана, Узгенд, Софит-Булан. – Фрунзе, 1983; *Массон В.М., Горячева В.Д.* Бурана. – Фрунзе, 1985; *Бернштам А.Б.* Избранные труды по археологии и истории Кыргызстана. – Бишкек, 1998; «Благодатное знание» Юсуфа Баласагуни. – www.roerichs.com/Sodr/; *Чороев Т.К.* Махмуд Кашгари и его «собрания тюркских наречий». – Фрунзе, 1990; *Саралаев М.К.* Игры и состязания в археологических памятниках Кыргызстана. – Бишкек, 2000; *его же.* Физическая культура в Караханидском государстве. – Бишкек, 2003; *Баймурзин Х.Х.* Тюркская народная педагогика физического воспитания: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2001; *Худжаев К.Т.* Педагогические взгляды мыслителей таджикского народа в XI веке: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Душанбе, 2010.

кыргызских эпосах малых форм¹. Анализ трудов мыслителей эпохи средневековья показал, что еще в древние времена были очерчены основные методические положения национальной физической культуры народов Центральной Азии, в том числе и кыргызов. В советский период (1917–1991 гг.) продолжалось изучение и регламентация кыргызских национальных видов спорта и народных игр. Но нет серьезных исследований проблемы отражения в трудах мыслителей и поэтов Востока вопросов физического воспитания. В отдельных работах эти вопросы рассматриваются лишь в общих чертах, без конкретизации временных и пространственных рамок, глубокого анализа причинно-следственных моментов. Вопросы выявления и анализа сведений восточных авторов и в устном народном творчестве кыргызов о состоянии и развитии физического воспитания до сих пор еще не получили достаточно глубокого научного освещения.

Таким образом, как видно из анализа литературы, изданной в годы советской власти и в период суверенитета в республике, было опубликовано значительное число книг, брошюр и статей по различным проблемам народных игр и национальных видов спорта. Изучив этот богатейший материал, мы определили круг исследования, увязав изучение народных игр, традиционных состязаний и национальных видов спорта с актуальными проблемами духовного возрождения кыргызского народа и практикой воспитания спортивной молодежи. Особо выделили вопросы методики обучения, тренировки, подготовки всадников и лошадей к состязаниям, рекомендации, которые хотя и незначительно, но отражены в ряде источников.

Объектом исследования являются оригинальные труды восточных поэтов и мыслителей, материалы устного народного творчества кыргызов и других народов центральноазиатского региона, а также археологические памятники периода средневековья. *Предмет исследования* – вопросы отражения физического воспитания в вышеперечисленных источниках.

Цель диссертационной работы – исследование трудов восточных авторов и устного народного творчества кыргызов эпохи средневековья в аспекте отражения в них различных вопросов физической культуры.

В соответствии с этим решались **следующие задачи**:

¹ Байман Ф.Е. Отражение киргизских национальных видов спорта в народном творчестве. – Фрунзе, 1964; Мусаев С. Эпос «Манас». – Фрунзе, 1979; Молдобаев И. Эпос «Манас», как источник изучения духовной культуры кыргызского народа. – Фрунзе, 1989; его же. «Манас» – историко-культурный памятник кыргызов. – Бишкек, 1995; Исаков Б. Манас сабагы. – Бишкек, 1994; его же. Семь заветов Манаса. – Бишкек, 1996; Акмолдоева Ш. Древнекыргызская модель мира (на материалах эпоса «Манас»). – Бишкек, 1996; Абрамзон С.М. Кыргыз жана кыргызстан тарыхы боюнча тандалма эмгектер. – Бишкек, 1999; Мукасов С.М. Традиции социально-философской мысли и духовной культуры кыргызского народа. – Бишкек, 2000; Байджиев М. Сказание о Манасе. – Бишкек, 2010.

– исследовать методические основы кыргызской национальной физической культуры на основе анализа накопленной информации по литературным источникам и архивным материалам, а также изучения практического опыта;

– выявить и изложить ценные рекомендации, отраженные в оригинальных трудах мыслителей и поэтов центральноазиатского региона, а также в устном народном творчестве кыргызов периода средневековья;

– изучив различные материалы, содержащиеся в литературных источниках и архивах, устном народном творчестве, выработать рекомендации для подготовки методических пособий, инструкций и т.п. по развитию национальной физической культуры, которые можно было бы использовать в процессе обучения, тренировок и соревнований.

Методологическую основу исследования составляют теоретические и методические подходы, широко используемые в исторической науке, основанные на принципах историзма и объективизма.

Основную источниковую базу составили произведения Аль-Фараби, Абу Али ибн Сина, Ю. Баласагуни, М. Кашгари, А.Фирдоуси и других мыслителей и поэтов Востока в оригинале; обобщен опыт работы, накопленный в КГАФКиС при проведении учебных занятий по национальным видам спорта; использованы материалы бесед со знатоками и энтузиастами национальных видов спорта по изучению их опыта методической работы и педагогическое наблюдение с целью изучения устоявшейся методики и ее совершенствования с учетом современных требований.

Научная новизна полученных результатов бесспорна, так как специальных исследований, посвященных изучению теоретических и методических вопросов национальной физической культуры в разные эпохи пока нет.

- История становления физической культуры народов Центральной Азии существенно дополнилась новыми фактами, терминами, особенностями и закономерностями своего развития, благодаря сведениям в трудах восточных авторов и устном народном творчестве кыргызов.
- Раскрыт и систематизирован малоизученный пласт истории физической культуры периода средневековья в центральноазиатском регионе – определены основы теории и методики, а также содержание всей системы физического воспитания.
- Выявлен ряд новых игр и состязаний, методических указаний и рекомендаций, отраженных в трудах мыслителей и поэтов Востока, частично включенных в арсенал средств современной физической культуры.

- Собран значительный объем фактического материала по күрөшү, кулатуу, тогуз коргоолу, ордо, национальным видам конного спорта и подвижным играм.

Практическая значимость. Результаты исследования помогут преподавателям школ и тренерам детских и юношеских спортивных школ пополнить арсенал средств физического воспитания, тем более сегодня, когда в республике с открытием факультета национальной физической культуры более активно, чем в прежние годы, развиваются национальные виды спорта. Материалы исследования могут быть использованы в учебно-воспитательном процессе учебных заведений, где готовят специалистов по физической культуре и спорту, а также будут полезны для магистров, аспирантов и диссертантов, изучающих и исследующих различные проблемы физической культуры и спорта.

Основные положения диссертации, выносимые на защиту:

- сведения исследованных источников подтверждают, что уже в период существования Караханидского государства сформировалась и функционировала целостная система физического воспитания народов Центральной Азии;
- идейно-нравственные, теоретические, методические и содержательные аспекты физического воспитания, отраженные в трудах центральноазиатских мыслителей и поэтов, сложились именно в эпоху средневековья и играли важную роль в воспитании молодежи;
- немаловажное значение в формировании и развитии элементов физической культуры народов Центральной Азии имел Великий Шелковый путь, способствовавший их взаимообогащению и взаимовлиянию;
- системы физического воспитания кыргызов-кочевников и оседлых племен существовали параллельно и имели взаимовлияние;
- выявленный ряд новых игр и состязаний, методических указаний и рекомендаций, отраженных в трудах мыслителей и поэтов Востока, включен в арсенал средств современной физической культуры.

Апробация работы. Основные положения и результаты диссертации опубликованы в 16 научных публикациях автора в отечественных и зарубежных периодических изданиях, в энциклопедическом словаре по «Физической культуре и спорту» (на кырг. языке), нашли отражение в учебном пособии для студентов физкультурных учебных заведений «История физической культуры и спорта в Кыргызской Республике»; обсуждались на международных научно-практических конференциях.

Структура работы: диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованной литературы и источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

В первой главе *«Исторические основы исследования вопросов национальной физической культуры и историография проблемы»* анализируются наиболее значимые труды – диссертации, монографии, учебники и пособия, научные и методические статьи различных авторов, опубликованные в течение 1928–2010 гг.; труды мыслителей и поэтов средневековья, а также другие источники из устного народного творчества кыргызов – эпос «Манас» и другие малые эпосы; рассматриваются археологические памятники эпохи средневековья, в которых нашли отражение элементы физической культуры.

Самой первой книгой по данной общей проблеме является брошюра «Кыргызский национальный спорт и игры», изданная в 1928 г., под редакцией А.П. Рождественского. В ней даны описания и некоторый анализ 19-ти кыргызских национальных видов спорта, спортивных и подвижных игр. К более солидным публикациям следует отнести, прежде всего, монографию Д. Айтмамбетова «Культура киргизского народа во второй половине XIX и начале XX века», в одном из разделов которой «Спортивные игры и развлечения» дается анализ значительного количества игр, состязаний и развлечений кыргызов. В книге игры и развлечения рассматриваются как часть культуры кыргызов.

В монографии Г.Н. Симакова «Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX и начале XX вв.» освещаются историко-этнографические материалы о кыргызских физических упражнениях, играх и состязаниях, особенностях их культивирования, тесной связи с бытом, военным делом и традициями народа. В ней излагаются воспитательные функции детских игр; военная и спортивная направленность целого ряда состязаний; зрелищные и коммуникативные функции отдельных развлечений; социальные функции организации состязаний. Данная книга, в целом, дополняет в определенной степени классификацию народных игр и традиционных состязаний новым содержанием.

В разделе «Кыргыздын улуттук оюндары» («Кыргызские национальные игры») книги «Актан» дается оригинальное описание содержания 47 кыргызских народных подвижных игр, развлечений и состязаний. В данной книге Актана Тыныбека уулу (1887–1951) отражаются игры в том виде, в котором они функционировали в дореволюционном, феодальном Кыргызстане. Особенно ценным является описание таких видов, как балбан куреш (борьба силачей), эр оодарыш (борьба на лошадях), таз сүзүшүү (бой плешивых), жылаңач чабышуу (сражение верховых богатырей плетками), эр сайыш (единоборство на пиках), жамбы атуу (стрельба на скаку), ат чабыш (скачки), кыз куумай (догони девушку), ордо атышуу (командная игра с выбиванием альчигов), дүмпүлдөк (овцы и волки), ак чөлмөк (белая кость), чикит чапмай (игра в «чижа»), жоолук таштамай (бросание платка), жедирмек (игра в альчики), төө чечмей (обвязывание верблюда) и др.

В книге «Кыргыздар» (пятитомник, составитель К.Жусупов) приведен целый ряд санжыра, в которых подробно описываются игры и состязания кыргызов в эпоху феодализма. Они также дали возможность разобраться в особенностях национальной физической культуры кыргызов.

В 1972 г. успешно защитил кандидатскую диссертацию Ф.Е. Байман на тему: «Киргизская спортивная борьба «куреш» как одно из средств физического воспитания молодежи», в которой были исследованы возникновение и развитие кыргызской национальной борьбы «куреш» в дореволюционный и советский периоды, дана систематизация некоторых вопросов теории и практики этой национальной борьбы. В ней борьба «куреш» рассматривается как важное средство физического воспитания с методикой обучения, правилами соревнований, влиянием на организм занимающихся.

В книге «Игры народов СССР» М.К. Саралаевым, Д.О. Омурзаковым и Т.Ж. Калыбаевым описаны 15 кыргызских подвижных игр, которые могут быть использованы в условиях школы, оздоровительного лагеря и физкультурно-спортивных организаций. Материал интересен тем, что знакомит с кыргызскими играми и состязаниями общесоюзного читателя.

Среди научных трудов особое место занимает монография доктора педагогических наук, профессора Анаркулова Х.Ф. «Кыргызские народные подвижные игры, физические упражнения и современность», изданная на основе его докторской диссертации. Она является итогом его многолетней исследовательской деятельности. Автор анализирует 268 народных подвижных игр и 237 физических упражнений. Особо ценным материалом монографии является разработанная автором классификация физических упражнений и народных подвижных игр.

В 2008 г. в КГАФКиС группой авторов (Мамбеталиев К.У., Саралаев М.К., Анаркулов Х.Ф. и др.) был подготовлен и издан под редакцией профессора В.Л. Кима учебник «Национальная физическая культура: теоретические и методические аспекты», в котором излагаются и анализируются содержание, значение и методические аспекты целого ряда видов национального спорта: ордо, тогуз коргоол, куреш, кулатуу, подвижные игры, конные состязания.

Изучая наследие мыслителей и поэтов средневековья, выявлено, что многие из них затрагивали в своих трудах вопросы исследуемой проблемы – ученый-энциклопедист Абу Наср ал-Фараби, Абу Али ибн Сина, Махмуд Кашгари, Алишер Навои, Абуль Касим Фирдоуси, Жусупа Баласагуни и др., творчество которых анализируется во второй главе данной диссертации.

Среди различных источников по истории физической культуры кыргызов древнейшего периода особое место занимают эпические произведения. Богатейший эпический материал дает нам возможность изучить и некоторые вопросы спортивной терминологии. Множество терминов и названий, касающихся игр, состязаний и развлечений имеются в эпосе «Манас», отражающем до тридцати различных игр и состязаний, которые

имели место на территории Кыргызстана в период существования эпохи военной демократии и раннего феодализма.

Из эпоса «Манас» мы можем почерпнуть интересные сведения о правилах игр и состязаний, методах подготовки коней к скачкам, призах победителям, терминах и понятиях, связанных с играми и богатырскими состязаниями, и по другим вопросам. Также и в дастанах-эпосах малых форм дана характеристика и особенности народной системы физического воспитания, практика ее функционирования.

В кыргызских эпосах малых форм, таких как «Кожожаш», «Эр Тоштюк», «Эр Табылды», «Джаныл Мырза» и «Курманбек», даны описания различных игр и состязаний. Причем из названных произведений устного творчества, которые сейчас представлены в письменном виде на кыргызском и русском языках, мы черпаем материал, отражающий правила проведения национальных игр и состязаний, сведения об участниках, разнообразии призов победителям и другие важные моменты.

Археологические памятники Кыргызстана эпохи средневековья также свидетельствуют о том, что различные игры и состязания бытовали на земле кыргызов с незапамятных времен. Они имели важное значение в военном деле, организации досуга, в деле физического воспитания молодежи. Игры и состязания сопровождали наших предков в течение всей многовековой истории Кыргызстана и в самых лучших вариантах дошли до наших дней.

Во второй главе «*Отражение вопросов физического воспитания в трудах мыслителей и поэтов Востока*» исследуются вопросы физического воспитания с точки зрения существования целостной системы, изложения теоретических и методических основ, отражения терминов, понятий и определений, содержащихся в оригинальных произведениях мыслителей и поэтов Востока, бывших знатоками традиционной и физической культуры своего времени. Их произведения вполне могут служить реальными источниками истории, теории и методики национальной физической культуры народов Центральной Азии – кыргызов, казахов, узбеков, туркмен и таджиков.

Так, ученый-энциклопедист *Абу Наср ал-Фараби* посвятил ряд своих работ исследованию вопроса о месте человека в обществе, придавая очень важное значение физическому совершенствованию. В его трудах раскрываются пути совершенствования управления городом и государством, показаны способы и методы обучения и воспитания послушных граждан, формирования их внешнего облика, нравственных поступков и патриотических настроений.

Наиболее существенные сведения о средствах физического воспитания даны в гениальном труде *Абу Али ибн Сина* «Канон врачебной науки», в котором содержатся бесценные идеи, практические рекомендации, реальные советы о том, как надо заниматься физическими упражнениями для укрепления здоровья, профилактики болезней, продления жизни человека. Великий ученый и врач абсолютно верно и профессионально 1000 лет тому назад сформулировал теоретические, методические, содержательные и медицинские подходы в физическом воспитании людей, но, к сожалению, эти

знания и опыт до сих пор не включены в научный оборот, не служат обоснованием кыргызской национальной системы физического воспитания.

Рекомендации, изложенные в указанном труде, имеют непреходящее значение, к примеру, следующие: • физическими упражнениями надо начинать заниматься с самого раннего возраста; • физическими упражнениями надо заниматься систематически, начиная с самых легких упражнений, постепенно переходя к более тяжелым и сложным при обязательном контроле; • для сохранения здоровья необходимо соответствие между физическим и духовным движениями; • при назначении дозировки по силе, темпу и продолжительности физических упражнений необходима строгая индивидуализация не только для каждого человека, но и для органа, так как «каждый орган имеет свои особые упражнения».

Целый ряд средств физического воспитания (упражнения, игры, соревнования) отражены в знаменитом труде *Махмуда Кашигари* «Дивани лугат ат-тюрк», в котором отражается многообразие терминов, связанных с физическими упражнениями, играми и состязаниями, характерными для всех тюркоязычных народов Центральной Азии. Эти понятия и термины касаются борьбы, поединков с элементами единоборств, скачек, стрельбы из лука, игры «чоуган», подвижной игры «монус-монус» и др. Многие термины и понятия еще не вошли в научный оборот, являются совершенно новым подходом в изложении забытых и запрещенных игр и состязаний народов центральноазиатского региона.

В числе поэтов, в первую очередь, следует сказать об Абуль Касиме Фирдоуси и его бессмертном произведении «Шахнаме». Таджикско-персидский поэт описывает поединки богатырей, их мастерство в фехтовании, стрельбе из лука, умение управлять конем, мастерство в игре в шахматы, конной командной игре «чоуган». В данном труде отражается не только описание состязаний на копьях, поединков в сражении, фехтовании, стрельбы из лука, но и содержание занятий великих богатырей, полководцев, шахов и военачальников борьбой, охотой, игрой в чоуган и шахматы, уроков обучения, тренировки, совершенствования мастерства. Великий узбекский поэт *Алишер Навои* в поэме «Вал Искандера» отразил военно-физическую подготовку воинов Александра Македонского, а также воинов тюркских племен, которые не позволили ему переправиться через реку Сыр-Дарью и завоевать народ Центральной Азии.

В знаменитом произведении *Жусуна Баласагуни* «Кудатгу билик» имеется богатая информация о различных сторонах народной физической культуры в государстве Караханидов, включая некоторые методические вопросы; получили отражение мастерство воинов-богатырей и необходимость совершенствования воинских качеств беков, полководцев и царей, реальные и вымышленные события.

Поэмы и стихи названных авторов Востока представляют собой научную информацию о теоретических и методических вопросах и материал для понимания сути игр и упражнений. Они вполне могут быть использованы в

систематизации игр, классификации упражнений и разработке терминологии национальной физической культуры народов Центральной Азии.

Развалины, осколки и затерявшиеся следы былой кыргызской «цивилизации», основы которой проявляются в эпических произведениях, исторических, этнографических, литературных и других источниках, еще возможно собрать по крупицам и воссоздать прообраз прежней, имевшей место у наших предков, отечественной национальной идеологии. На основе прежней идеологии, с учетом менталитета кыргызской нации, современных реалий, предстоящих целей и задач народа, суверенного государства можно сформировать новую, современную национальную идеологию. Для этого необходимы совместные усилия философов, правоведов, историков, идеологов, педагогов и других специалистов.

В это общее дело формирования, дальнейшего развития и широкого использования национальной идеологии и духовного возрождения народа могут внести свою лепту и специалисты, исследующие народные игры, традиционные состязания и национальные виды спорта.

Народные игры и традиционные состязания занимали большое место в жизни кыргызов в прошлом. Они выполняли существенную роль в формировании мировоззрения, воспитании молодежи, укреплении их здоровья, подготовке к скотоводческому труду и военному делу. Они проникли во все сферы человеческой жизни – их использовали в моменты досуга, во время тоев и поминок, охоты, сбора войска, в процессе воспитания детей и т.д. Участие в играх, состязаниях, охоте, ритуальных обрядах широко использовалось и для формирования мировоззрения, идеологического и духовно-нравственного воспитания.

В процессе изучения литературных источников удалось установить, что по стрельбе из лука были различные варианты: стрельба на дальность, по мишени, дуэльная стрельба. Причем были также тренировочные варианты – стрельба специальными учебными луками и стрелами с позиции лежа. В книге Махмуда Кашгари «Дивани лугат ат-тюрк» дается информация о различных терминах, названиях деталей стрелкового инвентаря, каких-то вариантов колчанов, стрел, луков, тетивы и др. Надо сказать, что в этом произведении можно почерпнуть множество важных сведений о терминах по борьбе и единоборствам, приемах, отражающих удары, действиях в поединке и др.

В третьей главе *“Формирование и развитие физической культуры на территории Кыргызстана и сопредельных стран”* рассматриваются различные вопросы данной проблемы во времени и пространстве в эпоху средневековья – в рамках Караханидского государства.

Данный период истории кыргызов характерен сложением феодальных отношений, постепенным переходом значительной части населения к оседлому образу жизни, возникновением и расцветом городов и распространением ислама. Именно в этом периоде существования Караханидского государства получила бурное развитие также физическая культура. Об этом свидетельствуют многочисленные факты. Например во время раскопок на месте города Баласагуна были найдены шахматные фигуры,

мячики, альчики, луки, стрелы и другие вещественные доказательства. Эти вещественные памятники подтверждают хорошее развитие игр и состязаний в столице Караханидов. В Баласагуне и других городах Караханидского государства, находившихся на одной из ветвей Великого Шелкового пути, проводились состязания, на которые съезжались купцы, певцы, искусные наездники, меткие стрелки из лука, борцы и силачи, устраивались грандиозные состязания.

Как известно, еще в эпоху средневековья, через Центральную Азию проходило несколько ветвей Великого Шелкового пути. Важнейший из них – средний путь начинался из Ирана, Аравии, Вавилония, Египта, России, ряда европейских государств. Стекались дороги в городах Бухара, Ташкент и Тараз. Далее путь проходил по крупнейшим городам Семиречья – Суяб и Баласагун (археологам удалось определить местонахождение этих крупнейших городов неподалеку от Токмока в городищах Ак-Бешим и Бурана).

Об играх, развлечениях и состязаниях кочевых племен, населяющих Центральную Азию в эпоху средневековья, свидетельствуют такие произведения устного народного творчества, как кыргызский эпос “Манас”, каракалпакский – “Кырк кыз”, узбекский – “Алпашым”, туркменский – “Кер оглы”.

Довольно богатую информацию несут в себе археологические памятники, обнаруженные и описанные в трудах современных археологов. На археологических раскопках обнаружены доски для игры в тогуз коргоол, бараньи альчики, луки, стрелы, мечи; выявлены наскальные изображения охоты на диких козлов, оленей, волков. В древних захоронениях и катакомбах рядом со скелетами умерших воинов археологами найдены альчики (90 штук). Нередко встречаются шлемы, кольчуги, боевые топоры, охотничьи предметы. Все это существенно дополняет информацию, полученную на основе изучения письменных и устных источников.

В средневековых городах Баласагуне, Барскооне, Суябе, Узгене, Бухаре и других проводились ярмарки, празднества, крупные события. Во время таковых организовывались цирковые представления, спортивные поединки, скачки и показательные номера канатоходцев, состязательные игры по көк бөрү, чоуган, выступления силачей и борцов, скачки и стрельба из лука. Во время игр, развлечений и состязаний, проходивших в городах, караван-сараях, на перекрестках больших дорог, происходило взаимообогащение элементов физической культуры народов центральноазиатского региона и других сопредельных стран, находившихся на Великом Шелковом пути. Такие игры, как чоуган (конное поло), шахматы (шантраж), көк бөрү, игры в альчики и другие стали общими для всех народов Центральной Азии. Происходили взаимообмен и взаимовлияние элементов физической культуры.

Среди кочевых племен, населявших горные и предгорные долины, практиковались популярные игры с использованием коней: ат чабыш, көк бөрү, кыз куумай, оодарыш, ат үстүндө ойноо. В содержании многих игр встречаются названия животных: кара коюм дүмпүлдөк, токту сурамай, бука

таргыш, теке чабыш и др. Очень широко были распространены игры с использованием природных материалов: камешков – чакан таш, топ таш, беш таш; палок – теке чабыш, чекилдек, ашкабак чампай и др.

В разных источниках имеются упоминания единоборств и их описание. Ибн Сина описал “Бой ладонями”, в эпосе “Манас” дается описание “Канжар кола” – рука-мечь и упоминается существование особого воинского подразделения, подготовленного Алманбетом, наподобие восточных единоборств Китая. В “Диван лугат ат-түрк” М. Кашгари приведены слова “Дөбөлөшүү” – драка групповая, “башка согуу”, “жакалашуу” – борьба с захватом воротников и др. Можем предположить, что эти состязания и поединки пришли по Великому Шелковому пути из Китая.

Изучение игр, развлечений и состязаний на Великом Шелковом пути имеет важное значение как в плане получения профессиональных знаний по кыргызской национальной физической культуре, так и общих знаний по истории физической культуры и спорта эпохи средневековья. Исследования по изучению игр и состязаний дают возможность в значительной степени восполнить имевшиеся пробелы и недостающие звенья в цепи всей системы физических упражнений, которые составляют содержание физического воспитания эпохи феодализма в Центральной Азии.

Материалы исследования игр, развлечений и состязаний на Великом Шелковом пути имеют важное значение для исследования вопросов теории и методики физического воспитания (национальной физической культуры) в центральноазиатском регионе эпохи средневековья.

Новые сведения, касающиеся терминов, определений, названий, содержания игр и развлечений эпохи существования Караханидского государства на территории современного Кыргызстана и роли Великого Шелкового пути в жизни народов Центральной Азии, введены в научный оборот в форме выявленных новых положений и закономерностей национальной физической культуры.

Теоретические и методические аспекты национальной физической культуры народов Центральной Азии (в том числе кыргызов) отражены в трудах мыслителей Востока с неменьшей убедительностью и профессионализмом, чем в европейской (классической) физической культуре и восточных единоборствах. Их использование будет способствовать более быстрому возрождению кыргызской национальной системы.

В исследовании впервые рассматриваются вопросы взаимообогащения, взаимовлияния физической культуры оседлых народов и кочевников, и это вполне закономерно, так как эти два направления физического воспитания сосуществовали параллельно, временами пересекаясь и влияя друг на друга. Кочевые племена обладали мобильностью, высокой физической подготовкой и технической оснащенностью. Воины-кочевники проходили физическую подготовку по особой системе, прекрасно владели копьем, фехтовали на мечах. В дальнейшем научились использовать военную технику китайцев, римлян, арабов и других великих военных держав.

Аналитический материал, изложенный в диссертации показывает, что в эпоху средневековья в Центральной Азии функционировала целостная система физического воспитания, которая выполняла важную социальную роль, предоставляя развлечения для жителей городов, сел и кочевых племен Караханидского государства. Во время торговых ярмарок в период традиционных и религиозных праздников, в процессе триумфальных празднеств в честь побед в войнах, на поминках шахов, богатырей и полководцев, на свадьбах и других торжествах проводились скачки, борьба силачей, такие игры, как көк бөрү, чоуган, стрельба из лука, поединки на копьях и другие состязания. В них участвовали представители разных народов и племен.

Анализ трудов мыслителей эпохи средневековья также показал, что еще в древние времена были очерчены основные методические положения национальной физической культуры народов Центральной Азии, в том числе и кыргызов. В советском периоде (1917–1991 гг.) происходит изучение и регламентация кыргызских национальных видов спорта и народных игр.

В годы советской власти кыргызские народные игры и национальные виды спорта оказались в забвении, так как вопросы всеобщего военного обучения в период гражданской войны решались, в первую очередь, средствами классических европейских видов спорта. В последующие годы национальные виды спорта становятся объектом поверхностного изучения и определенного практического использования в местных масштабах.

Следует подчеркнуть, что в 1934 г. впервые появились разработанные правила борьбы “күрөш”, подготовленные В.В. Озаровским. В этих правилах имелись сведения о приемах, весовых категориях и тактических действиях борцов. Появляются первые формальные методические рекомендации по их использованию в советской системе физического воспитания.

В послевоенные годы национальные виды спорта получили заметную поддержку со стороны ЦК КП Киргизии в специальном постановлении от 5 апреля 1948 г., в котором было записано: “...привлекать коренное население к занятиям физкультурой через национальные виды”. Но эти пожелания были декларативными. В дальнейшем стали проводиться Всесоюзные конноспортивные соревнования среди колхозов, совхозов и конных заводов, в программу которых были включены также конные состязания народов СССР, в том числе “ат чабыш”, (“кыз куумай”), “көк бөрү”, “оодарыш”, т.е. кыргызские конные национальные виды спорта. В 1971 г. утверждена спортивная классификация по 10 национальным видам спорта, которая с изменениями и дополнениями была издана в 1976 г. на кыргызском и русском языках.

В современных условиях произошли большие изменения в развитии кыргызской национальной физической культуры. С приобретением суверенитета в Кыргызской Республике культивируется 11 видов национального спорта: “ат чабыш”, “жорго салыш”, “кыз куумай”, “улак тартыш”, “тыйын эңмей”, “оодарыш”, “ордо”, “күрөш”, “тогуз коргоол”, “упай”, “кулатуу”.

В 2004 г. Жогорку Кенеш Кыргызской Республики принял закон КР “О национальных видах спорта”. Реализация данного закона в практику физкультурного движения инициировала более активное развитие национальных видов спорта и исследование различных аспектов национальной физической культуры, в том числе методических основ.

На основе изложенного в диссертации материала, его анализа и обобщения вытекают следующие выводы:

- изучение оригинальной литературы, оставленной в наследство от восточных мыслителей эпохи средневековья, показывает, что многие вопросы физической культуры – особенности, закономерности, методические рекомендации, правила игр и состязаний, терминология были отражены именно в те далекие времена. В современной научной литературе эти важнейшие вопросы национальной физической культуры кыргызов отражены лишь вскользь и весьма поверхностно. Они не систематизированы, не подвергались научному анализу и не использовались в теории и практике физического воспитания;

- в трудах мыслителей и поэтов Востока в полной мере отражаются теоретические и методические основы феодальной физической культуры; отражается также содержание физического воспитания народов Центральной Азии в эпоху феодализма; описываются правила и особенности состязаний, сведения о призах, победителях и другие вопросы. Из трудов мыслителей и поэтов Востока нам удалось восстановить более 30-ти ранее не встречающихся в литературе игр, развлечений и состязаний центральноазиатских народов, таких как чоуган, шантранж, монуз-монуз, чабышуу, дуэльная стрельба из лука, рукопашные бои, наподобие панкратиона, стрельба из лука на дальность, борьба алышуу (калмак алышмай) и др.;

- в оригинальных трудах восточных авторов даны конкретные методические рекомендации, как надо заниматься физическими упражнениями, играми и состязаниями с учетом возраста, пола, подготовленности и других моментов. Причем даются четкие рекомендации, когда и как следует упражняться, учитывая при этом время приема пищи, используя естественные силы природы, восточный массаж, восточную баню и другие средства физической культуры;

- народные подвижные игры и национальные виды спорта в период суверенитета получили “второе дыхание”, стали возрождаться на новой основе – в значительной степени усовершенствованы их правила, доработана спортивная классификация, активизирована деятельность федераций. За последние годы появились методические пособия, программы по организации и проведению учебных и тренировочных занятий по национальным видам спорта для общеобразовательных школ, детско-юношеских спортивных школ и высших учебных заведений;

Исследование вопросов становления и развития феодальной физической культуры на территории Кыргызстана дало возможность попутно решить также и ряд важных вопросов методического характера:

- восстановлены термины, определения и содержание целого ряда забытых, запрещенных или затерявшихся в дебрях прошедшего времени игр и состязаний. Они включены в научный оборот и восполняют информацию о теории и методике национальной физической культуры. Методические вопросы были в значительной степени отражены в трудах мыслителей средневековья – Аль-Фараби, Абу Али ибн Сина, Ю. Баласагуни, М. Кашгари, А. Фирдоуси;

- основные принципы, идеи и теоретические основы народной физической культуры сформировались именно в период развитого феодализма;

- исследование существенно дополняет содержание методических вопросов национальной физической культуры, отраженных в типовой и учебных программах по национальным видам спорта, которые унифицированы и в переработанном виде используются в подготовке специалистов по күрөшү, кулатуу, ордо и тогуз коргоолу;

- практические рекомендации, которые содержатся в трудах мыслителей и поэтов Востока, будут способствовать совершенствованию методики преподавания национальной физической культуры в современных условиях.

По результатам исследования предлагаем некоторые рекомендации:

- материалы диссертации надо органично включать в учебно-воспитательный процесс вузов, способствуя эффективному решению его основных задач: повышению уровня общей и профессиональной культуры, разностороннему и гармоничному развитию будущего специалиста, творческому восприятию им ценностей физической культуры;

- необходимо дополнить арсенал средств физического воспитания, используемый на уроках физкультуры в школе, во внеклассных занятиях по физкультуре, в местах отдыха детей новыми играми и состязаниями, восстановленные нами из источников – «алмак салмак алышмай», «монус-монус», «мардек чанмай», «алыска жаа атуу», «жаздык менен чабынуу», «чакан таш атуу» и др.;

- в плане пропаганды здорового образа жизни следует широко использовать советы, рекомендации и практический опыт, накопленный и изложенный в «Каноне врачебной науки» Абу Али ибн Сины: умеренные занятия физическими упражнениями; использование именно подходящего для здоровья, возраста, подготовленности упражнения, восточного массажа и восточной бани.

**Основное содержание диссертации
отражено в следующих публикациях**

1. История кыргызских народных игр и состязаний // Современное состояние и перспективы развития национальной физической культуры: Матер. науч.-практ. конф. – Бишкек, 2005. – С. 33–36.
2. Ибн Сина и его рекомендации по методике физического воспитания // Современные проблемы теории и практики национальной физической культуры: Матер. междунар. науч.-практ. конф., посвящ. 120-летию со дня рождения Кааба уулу Кожомкула. – Бишкек: КГАФКиС, 2008. – С. 54–59.
3. Отражение в «Дивани» Махмуда Кашгари народной физической культуры: Матер. респ. науч.-практ. конф., посвящ. 80-летию видного обществ. и государств. деятеля Д. Омурзакова. – Бишкек: КГАФКиС, 2007. – С. 64–70.
4. Теоретические вопросы национальной физической культуры в трудах мыслителей Востока // Медицина Кыргызстана. – Бишкек, 2008. – № 4. – С. 84–88.
5. Поэты Востока о развлечениях царей и состязаниях богатырей: Матер. I межд. науч.-практ. конф. – Бишкек: КГАФКиС, 2008. – С. 49–53.
6. Отражение богатырских состязаний, игр и развлечений в эпосе-трилогии «Манас» // Социальные и гуманитарные науки. – Бишкек, 2009. – № 7–8. – С. 7–9.
7. Игры, развлечения и состязания на Великом Шелковом пути: Матер. II межд. науч.-практ. конф. – Бишкек: КГАФКиС, 2008. – С. 43–47 (соавтор Саралаев М.К.).
8. Воспитание современной спортивной молодежи в свете учения Ал-Фараби о нравственности // Вестн. Павлодарского гос. ун-та. – Павлодар, 2009. – С. 23–29.
9. Источники по истории физической культуры: Уч. пособ. – Бишкек, 2009. – 157 с.
10. Отражение элементов физической культуры в устном народном творчестве кыргызов // Вестн. Кырг. нац. ун-та им.Ж.Баласагына. – Бишкек, 2010. – С. 613–622.
11. Игры и состязания в археологических памятниках Кыргызстана // Известия вузов. – Бишкек, 2010. – № 3. – С. 177–180.
12. История кыргызских народных игр и состязаний // Известия вузов. – Бишкек, 2010. – № 3. – С. 198–199.
13. Абу Наср ал Фараби о нравственности и воспитании: Матер. науч.-практ. конф. – Бишкек: КГАФКиС, 2010. – С. 194–197.
14. Эпос «Манас» – ценный источник истории физической культуры кыргызов // Вестн. Жалал-Абадск. гос. ун-та. – 2010. – С. 101–103.
15. Кыргыз оюндарынын салттуу озгочолуктору // Эл агартуу.– 2010.– № 9, 10.
16. Отражение элементов физической культуры в трилогии «Манас» // Вестн. Кырг. нац. ун-та им. Ж. Баласагына. 2010. – С. 609–613.

Резюме

Дооранов Узгенбай Сапарбаевич
«Сведения о физическом воспитании в трудах восточных авторов
и устном народном творчестве кыргызов (IX–XIII вв.)»,
диссертация на соискание ученой степени кандидата исторических наук
по специальностям: 07.00.02 – отечественная история и 07.00.09 –
источниковедение, историография и методы исторических исследований

Ключевые слова: физическое воспитание, теория и методика, источники средневековья, труды восточных авторов, устное народное творчество кыргызов, традиционные игры и состязания.

В работе на основе изучения оригинальной литературы – трудов великих мыслителей и поэтов Востока, трудов историков, этнографов, устного народного творчества освещаются новые подходы в оценке национальной физической культуры кыргызов и других народов Центральной Азии в эпоху феодализма. В ней особо подчеркивается идея в том, что в трудах мыслителей и поэтов Востока были отражены очень важные положения, касающиеся философских, теоретических, методических и содержательных вопросов национальной физической культуры.

Известно, что в советское время искусственно насаждалась классическая (европейско-российская) система физического воспитания, а элементы национальной физической культуры остались в тени и забвении. Исследование трудов мыслителей и поэтов центральноазиатского региона эпохи средневековья – Ал-Фараби, Абу Али ибн Сины, Юсуфа Баласагуни, Махмуда Кашгари, Абуль Касима Фирдоуси, Алишера Навон, Джалалидина Румми и др. убедительно показывает, что основные положения теории и истории физического воспитания, ценные рекомендации по обучению, тренировке и воспитанию освещались ими в далекие исторические времена, эпоху феодализма.

Результаты исследования помогут преподавателям школ и тренерам ДЮСШ пополнить арсенал средств физического воспитания, тем более в настоящее время, когда в стране активно развиваются национальные виды спорта. Материалы могут быть использованы в учебно-воспитательном процессе учебных заведений, где готовят специалистов по физической культуре и спорту.

Диссертация состоит из: введения, трех глав, заключения и рекомендаций, списка использованной литературы.

Дооранов Узгенбай Сапарбаевичтин “Чыгыш авторлорунун эмгектериндеги жана кыргыздардын оозеки чыгармаларындагы дене тарбия боюнча маалыматтар” аттуу, 07.00.02 – Ата мекен тарыхы; 07.00.09 – Булактаануу, тарыхнаама жана тарыхый изилдөөлөрдүн усулу адистиктери боюнча тарых илимдеринин кандидаты окумуштуулук даражасын алуу учун жазылган диссертациянын

РЕЗЮМЕ СИ

Түйүндүү сөздөр: дене тарбия, теория жана методика, орто кылымдын булактары, чыгыш авторлорунун эмгектери, кыргыз элинин оозеки чыгармачылыгы, салттык оюндар жана мелдештер.

Оригиналдуу Борбордук Азиянын ойчулдарынын эмгектеринин, ооз эки чыгармаларынын, тарыхый, этнографиялык эмгектердин жана археологиялык эстеликтеринин негизинде кыргыздын улуттук дене тарбиясына жаңы көз караш менен карап, жаңы баа берилген. Феодализм доорундагы эмгектер камтыган эң баалуу пикирлер жана сунуштар көрсөтүлгөн, өзгөчө дене тарбияга тиешелүү философиялык, теориялык, методикалык, маңызын көрсөткөн, өзгөчөлүктөрүн сүрөттөгөн маалыматтары даана көрсөтүлүп берилген.

Совет доорунда көлөкөдө калган, толук колдонулбаган улуттук дене тарбиянын элементтери жандандырылып, илимий иштерге аралаштырылышы көрсөтүлүп, практикада колдонула турган жолдору менен берилген.

Илим изилдөөдө Борбордук Азиянын ойчулдары жана акындары – аль-Фараби, Абу Али ибн Сина, Жусуп Баласагун, Махмуд Кашгари, Абулькасим Фирдоуси, Алишер Навои, Жалалиддин Руше ж.б. эмгектериндеги дене тарбиянын теориясы, үйрөтүүнүн, машыктыруунун, мелдешүүнүн, тарбиялоонун орто кылымда эле калыптанганы даана көрсөтүлүп, ошолорду азыркы илимге аралаштырууну, практикада колдонуу жолдору менен сунушталган.

Диссертациянын бөлүктөрү: киришүү, үч главасы, жыйынтыктоолор жана сунуштар, колдонулган адабияттардын тизмеси.

RESUME**Dooranov Uzgenbay Saparbaevich****"The information on physical education in the writings of eastern authors and the Kyrgyz folklore"****Dissertation to the competition of degree candidate of historical science, by specialties:****07.00.02 – Native history****07.00.09 – Source study, historiography, methods of historic research.**

Key words: physical education, theory and methodology, middle ages sources, writings of eastern authors, Kyrgyz folklore, traditional games and competitions.

On the basis of studying the original literature - the works of great thinkers and poets of the East, the works of historians, ethnographers, folklore new approaches are highlighted in the evaluation of the national physical culture of the Kyrgyz and other Central Asian population during middle-ages. It is emphasizes the idea that the thinkers and poets of the East are reflected a very important and valuable provisions relating to the philosophical, theoretical, methodological and substantive issues of national physical culture.

It is well known that during soviet time classic European and Russian system of physical education were artificially implanted, when the elements of national culture remained in the shadows and were forgotten. Investigation of the contents of works of thinkers and poets of Central Asia Middle Ages as Al-Farabi, Abu Ali ibn Sina, Yusuf Balasaguni, Mahmud Kashgar, Abu'l Qasim Firdausi, Alisher Navoi, Dzhahalidina Romi and others are clearly shows that the basic trends of the theory and history of physical education, valuable recommendations on training, coaching, and education had been given even in middle ages period by mentioned authors.

It is proposed to revive the national physical culture based on a studied material in the proposed thesis.

The thesis consists of: introduction, three chapters, conclusion, recommendations and bibliography.