

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ У АНТИЧНОМУ КИТАЇ, ЯПОНІЇ І КОРЕЇ

PHYSICAL CULTURE AND SPORT IN ANTIQUE CHINA, JAPAN AND KOREA

Тягур Р. С., Лісовський Б. П., Ткачівська І. М., Яців Я. М.
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»,
м. Івано-Франківськ, Україна

DOI <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2021.9.28>

Анотації

Досліджено маловідомий у вітчизняній науці пласт знань про розвиток фізичної культури і спорту у країнах Стародавнього Сходу – Китаї, Японії, Корей. Звертається увага на участь давніх китайців у різних спортивних змаганнях, пов'язаних із ритуалами, військовою підготовкою, соціальними традиціями, здоров'ям та медициною. Мета дослідження – аналіз становлення та розвитку фізичної культури і спорту в Китаї, Японії та Корей. Методи дослідження: робота ґрунтується на використанні історичного аналізу наукової літератури та джерел і системного аналізу. Результати дослідження та їх обговорення: становлення спортивних видів діяльності у Стародавньому Китаї було пов'язане із самозахистом, тому китайські бійці опанували техніку ушу, яка і стала основою тренування для військових та гімнастикою для оздоровлення. Великий вплив на розвиток фізичного виховання та спорту у Китаї мала система військової підготовки: стрільба з лука, їзда верхи, фехтування, бокс, командні ігри, які переросли у показові виступи. Дослідження вчених показують, що популярна гра «чжу-ке» є прародичкою сучасного футболу і набула особливого значення в китайському суспільстві. Великою популярністю користувалися такі ігри, як «джи-жду» (кінне поло) і «чівуан» (аналог гольфу). У Давній Японії розвивалися такі види спорту, як: сумо, «кемарі» («копаний мяч»), «дака» (поло), стрільба з лука верхи, скачки, зароджувалися джиу-джитсу і японське дзюдо. Для Корей властиво було зародження боротьби тхеквондо, «сірум» і стрільба з лука. Корейці грали в гру з м'ячем – «чиккук», схожу на китайський «суджа», а також грали в поло та «чанг чиги» (сучасний хокей).

Ключові слова: фізична культура, спорт, Китай, Японія, Корея.

Исследован малоизвестный в отечественной науке пласт знаний о развитии физической культуры и спорта в странах Древнего Востока – Китае, Японии, Корее. Обращается внимание на участие древних китайцев в различных спортивных соревнованиях, связанных с ритуалами, военной подготовкой, социальными традициями, здоровьем и медициной. Цель исследования – анализ становления и развития спорта в Китае, Японии и Корее. Методы исследования: работа основывается на использовании исторического анализа научной литературы и источников, а также системного анализа. Результаты исследования и их обсуждение: становление спортивных видов деятельности в Древнем Китае было связано с самозащитой, поэтому китайские бойцы овладели техникой ушу, которая и стала основой тренировки для военных и гимнастикой для оздоровления. Большое влияние на развитие физического воспитания и спорта в Китае имела система военной подготовки: стрельба из лука, верховая езда, фехтование, бокс, командные игры, которые переросли в показательные выступления. Исследования ученых показывают, что популярная игра «чжу-ке» является прародительницей современного футбола, которая приобрела особое значение в китайском обществе. Большой популярностью пользовались такие игры, как «джи-жду» (конное поло) и «чивуан» (аналог гольфа). В Древней Японии развивались такие виды спорта, как: сумо, «кемари» («копанный мяч»), «дака» (поло), стрельба из лука верхом, скачки, зарождались джиу-джитсу и японское дзюдо. Для Кореи характерно было зарождение борьбы тхэквондо, «сирум» и стрельбы из лука. Корейцы играли в игру с мячом – «чиккук», похожую на китайский «суджа», а также играли в поло и «чанг чиги» (современный хоккей).

Ключевые слова: физическая культура, спорт, Китай, Япония, Корея.

A little-known in the native science layer of knowledge about the development of physical culture and sport in the countries of Ancient East – China, Japan, Korea – were investigated. Attention is drawn to

the participation of ancient Chinese in different sports competitions connected with rituals, military training, social traditions, health and medicine. The aim of the investigation is to analyze the formation development of sport in China, Japan and Korea. The methods of the research: the study is based on the usage of historical analysis of scientific literature, sources and systematic analysis. The results and discussion of the study: the formation of sport activities in Ancient China was associated with self-defense, thus Chinese fighters mastered the wushu technique that became the basis of training for the military and the gymnastics for health improvement. The system of military training had a great impact on the development of physical education and sport in China: archery, horse riding, fencing, boxing, team games that grew into showcase performances. Scientists' investigations show that the popular game "cuju" is the ancestor of modern football that acquired special significance in the Chinese society. Also such games as "jiju" (horse polo) and "chuiwan" (golf) were very popular. In Ancient Japan there were defined such kinds of sport as sumo, "kemari" (football), "dakyu" (polo), horseback archery, horse racing, the origin of jiu-jitsu and Japanese judo. The origin of taekwondo, "ssirum" (wrestling) and archery were characteristic of Korea. Koreans played with a ball "chuk-guk" similar to Chinese "cuju" and also they played "gyeokgu" (polo) and "chang-chigi" (modern hockey).

Key words: physical culture, sport, China, Japan, Korea.

Вступ. Фізична культура і спорт охопили всі сфери життя людей і суспільства. Ними займаються люди різного віку і всіх соціальних верств з метою оздоровлення, в аматорських цілях і професійно. Спортивні змагання – одне з улюблених видовищ людей. Герої спортивних протистоянь стають національними, а їхні імена навіки залишаються вписаними в історію нації. Тому для нашого дослідження актуальним став розвиток спорту в країнах Стародавнього Сходу, позаяк сучасні історики ще не досить розкрили наявні «білі плями» цього процесу, зокрема розвиток спорту у Стародавньому Китаї. У науковому обігу знаходимо тільки декілька основних джерел про спорт країн Стародавнього Сходу [1; 2; 3; 4; 5; 6]. Оскільки величезна територія Китаю відмежована горами, пустелями і морями, широке розмаїття клімату та етнічна різноманітність створюють певну проблему для досліджень. Антропологи виокремили чотири різні культури у стародавньому Китаї, проте щодо розвитку спорту ми будемо розглядати тільки три з них – культуру населення Сходу і Півдня, яке досягло значних успіхів у сільському господарстві, кочових племен, населення гір півночі і заходу. Дослідники спорту Китаю стверджують, що у період династії Хань (206 р. до н. е. – 220 р. н. е.) розвивається боротьба, гра «чжу-ке», що вважається прародичкою сучасного футболу, поло, перетягування канату, метання тягарів [2; 8].

Об'єкт дослідження – зародження і генезис фізичної культури і спорту у стародавньому Китаї, Японії і Кореї.

Предмет дослідження – гра як первісна і головна складова частина воїнсько-фізичного виховання.

Методи дослідження: логічної обробки тексту, творчої діяльності у зв'язку з прочитаним, аналізу, синтезу, порівняння, умовиводу за аналогією, систематизації, класифікації, термінологічного аналізу, структурно-функціонального і діяльнісного підходу.

Матеріалами та методами цього дослідження є аналіз становлення та розвитку фізичної культури і спорту в Китаї, Японії та Кореї.

Результати дослідження та їх обговорення. *Особливості розвитку і функціонування фізичної культури і спорту у Стародавньому Китаї.* Давні китайці брали участь у різноманітних спортивних змаганнях, пов'язаних з ритуалами, військовою підготовкою, соціальними традиціями, філософією, здоров'ям і медициною. Найперші ознаки фізичної культури археологи знаходять у печерах біля села Чжоукоудянь, поблизу Пекіна, де «пекінська людина» жила близько 600 тисяч років тому в добу палеоліту. Тут скелети диких коней і оленів вказують, що стародавні китайці приручили тварин для перевезення людей і вантажів, займалися полюванням і збиральництвом. У період неоліту (8000–2000 р. до н. е.), коли суспільство еволюціонувало від мисливсько-збиральницького до осілого життя, китайці займалися плаванням, рибальством і ушу (рання форма кунг-фу). Бійці цього

виду бойових мистецтв застосовували удари ногами і руками, кидки та іншу тактику як самозахист в основному від диких тварин. Пізніше ушу стало основою тренування для військових і гімнастикою для оздоровлення. На відміну від більшості західних народів, китайці включали філософський і моральний зміст у фізичні вправи. Це було найбільш виражено серед сільськогосподарського населення півдня і сходу. Концепція Інь і Янь (гармонійний баланс жіночої – мінус і чоловічої – плюс енергій), так само як і концепція повільної циркуляції повітря і енергії по тілу (вид медитації і дихальних вправ), мала великий вплив на фізичні вправи і спорт. Комбінація філософських і фізичних особливостей стала основою розвитку в епоху династії Сун (960–1279 р. н. е.) первинної форми Таї-Чі. Відповідно до стародавніх текстів [2] китайські лікарі відстоювали думку, що фізичні вправи не можуть бути енергійними і динамічними, а мусять мати пасивний характер, виступали за гармонію здоров'я, фізичних вправ, баланс тіла і розуму, були проти конкуренції у спорті, нарощування мускулатури. Цей пошук гармонії і балансу не поширювався на весь Китай, для гірських і кочових племен півночі та заходу були близькими фізичні вправи, що вимагали максимальних зусиль, бо пов'язані з їздою верхи і військовою справою.

Військова підготовка мала великий вплив на фізичне виховання і спорт у Китаї з ранніх часів і до часів династії Джин (1115–1234 рр.). Сформувалась система підготовки воїнів, у яку входили: стрільба з лука, їзда верхи, фехтування, бокс, боротьба, біг, метання і підіймання тягарів, командні ігри – копаний м'яч, кінне поло. Як і в багатьох тогочасних ранніх цивілізаціях війна була способом життя. У школах юнаків з п'ятнадцятирічного віку навчали стрільби з лука, фехтування на мечях, їзди верхи. Зокрема, відомий філософ Конфуцій (551–479 рр. до н. е.) брав участь у змаганнях зі стрільби з лука, вправлявся у їзді верхи і носив меч [2; 6; 16; 20]. З винаходом стремени (про стремени не знали ні у Стародавній Греції, ні у Римі) вершник отримав

більше контролю над конем і мав можливість досконаліше володіти зброєю. Згодом ці фізичні вправи стали основою фізичного виховання і рекреації людей різного віку. Китайці займалися фізичними вправами для розваги, змагання, показових виступів. Виникали товариства стрільців з лука, які завдяки розвитку фізичних якостей, перемогам у змаганнях отримували певний соціальний статус. Стрільці з лука брали участь у різноманітних фестивалях, спортивних змаганнях, що слугувало підставою для вибору кращих з них на високопоставлені посади державних службовців у період династії Чжоу (1046–256 рр. до н. е.). Однією з морських військових тактик було захоплення ворожого корабля за допомогою шнура з гаком, що розвинулось у фізичну вправу – перетягування канату, що була популярною у період династії Хань (206 р. до н. е. – 220 р. н. е.) особливо у південному Китаї. Боротьба зі своїми правилами набула популярності і перетворилась на розвагу для вищого класу серед монголів на півночі. Для борців, переможців змагань, був відкритий шлях до успішної кар'єри та соціального статусу. Бокс став популярним під час правління династії Мін (1368–1644 рр.). Бої були жорстокими і брутальними, без рукавиць. Хоча вже тоді були сформовані певні правила, тобто елементи чесної гри існували і у античному світі. Тогочасні тренери, намагаючись підвищити рівень фізичної підготовки спортсменів, забороняли їм займатися сексом перед поєдинками. Цю практику застосовували древні греки і навіть сучасні боксери, хоча не існує наукового підтвердження цієї теорії. Для розвитку фізичних якостей бійці імператорської гвардії, в часи династії монгольського походження Юань (1271–1368 рр.), мали пробігти 55 миль за 6 годин, тобто 1 милю (1,6 км) за 9 хвилин, що свідчило про неабияку фізичну підготовку воїнів. Біг на довгу дистанцію набув популярності і поза армією, китайці використовували біг для тренування чоловіків-листонош. Дуже популярним було підіймання тягарів. На показових виступах спортсмени підіймали тяжкі камені, залізні та інші масивні предмети. Як і в боротьбі,

успіх у підйманні тягарів міг посприяти поступу соціальними щаблями. Літературні джерела свідчать, що древні китайці метали предмети вагою близько 6,5 кілограма [2; 6].

Популярною у давньому Китаї стала гра «чжу-ке», яка становить особливий інтерес істориків через її очевидну подібність до сучасного футболу. Деякі дослідники вважають, що гра «чжу-ке» («чжу» – копати і «ке» – м'яч) є доказом, що прародичка сучасного футболу зародилася на Далекому Сході раніше, ніж на Заході. У 2004 році президент Федерації інтернаціональної Футбольної Асоціації (ФІФА), можливо, більше як політик, ніж як історик сказав, що антична китайська гра «чжу-ке» була початком сучасного футболу [2; 6]. На інтернет-сторінці ФІФА давня китайська ілюстрація змальовує гравця з предметом, схожим на сучасний м'яч. Але, як не цікаво це виглядає, ми маємо бути обережними і не переносити сучасні концепції на античний світ. «Чжу-ке», скоріше за все, була народною грою, що застосовувалась для підготовки юнаків до армії. Перші свідчення з'являються у період династії Хань (206 р. до н.е. – 220 р. н. е.), коли окреслились примітивні правила гри. Завданням гри був розвиток фізичних якостей допризовників і солдатів, а також відбір найкращих претендентів на військові посади. З часом удосконалюються правила гри, з'являються судді і капітани. Гра стала улюбленою для всіх соціальних станів суспільства – аристократів і селян. Є згадки і про професійних гравців – чоловіків і жінок. Імператори та високопосадовці утримували футбольні поля і наймали у свої команди найкращих футболістів. Літературні джерела свідчать про особливе значення «чжу-ке» у суспільстві [2; 6]. Поет Лі Ю (55–135 р н. е.) бачив у грі мікрокосмос повсякденного життя і вираження балансу Інь і Янь. У часи династії Вей (220–264 рр.) гра набула ще більш символічного значення. Було запропоновано ідею, що поле для гри – це земля, м'яч – одне з небесних тіл, а дванадцять гравців – знаки зодіаку. Добре описує гру Лі Ю. Китайці грали на квадратному майданчику, обгородженому стіною, – примітивному різновиді

більшого і монументальнішого центральноамериканського майданчика для гри з м'ячем. У ранні часи гол зараховувався, коли гравець ногою відсилав м'яч у заглиблення в землі. Пізніше – у шість гнізд, підвішених високо над землею між двома бамбуковими палицями. З часом залишилося одне гніздо у середині поля, котре обидві команди атакували і захищали від суперників. Як і зараз, команда, що забила більше голів, отримувала перемогу. Китайці грали твердим м'ячем зі шкіри. З V століття – більш сучасним, наповненим повітрям із сечового міхура тварин. Протягом століть кількість гравців у команді змінювалась. Остаточна кількість – по шість у команді. Гравці, пасуючи один одному, мали утримувати м'яч у повітрі. Як і в багатьох інших китайських спортивних змаганнях, спортсмени грали в дусі справедливості і неупередженості [2; 6].

Китайці також грали у кінне поло, назване «джі-джу», що потрапило в Китай із Заходу, ймовірно, через шовковий шлях з Персії. Як і гра «чжу-ке», «джі-жду» мала зв'язок з військовою підготовкою, особливо кавалеристів. «Джі-джу» як вид спорту сформувалася в часи династії Тан (618–907 рр.). Стала дуже популярною завдяки імператорам цього періоду, деякі з них були прекрасними гравцями і утримували власні спеціально обладнані поля. Гра перетворилася на улюблену розвагу, що інколи проходила у нічний час, при світлі смолоскипів на очах у великої аудиторії глядачів. Дві команди з однаковою кількістю гравців змагалися на величезному полі 100×100 метрів (сучасне поле для поло має приблизно 300×150 метрів). Без сумніву, на полі було значно більше гравців, ніж сьогодні, – чотири у кожній команді, щоб розвивати військові навички китайців. М'яч був зроблений з кості, каменю або твердого дерева. З часом одні ворота замінилися двома з воротарями. Звук труби засвідчував про забитий гол, за який команда отримувала прапорець. «Джі-джу» була найпопулярнішою грою в античному Китаї. У січні 821 року відбувся славнозвісний матч з поло між командами Китаю і Японії. Це була одна з перших

у світі інтернаціональних спортивних подій. Гра відбувалася у Токіо. Команда китайських дипломатів грала проти команди японців, підібраних імператором. Отже, поло було популярним і у Японії, що дало можливість провести такий матч. Сучасні історики, можливо, переоцінюють важливість цієї події. Проте матч між античними націями однозначно мав вплив на уяву китайських поетів. Вони відобразили в поезії велич поєдинку, азарт глядачів, шум подиху коней і ентузіазм учасників [2; 6]. Збереглося ім'я одного з найкращих гравців – Ся. Він виконував для глядачів трюк. Клав стовпчик з дванадцяти монет на середину поля і демонстрував свою неабияку око-рука координацію, піднімаючи монети по одній в повітря своєю ключкою. Сьогодні можна було б побачити Ся в телевізійній рекламі якоїсь спортивної компанії. У період династії Сун (960–1279 рр.) популярність «джі-джу» зменшується, змагання проводять тільки у армії. Помітним винятком був імператор Тайзон. Справжній фанат і учасник цієї гри організовував турніри по всій країні і встановив специфічні правила для поло. Тайзона критикували за нехтування обов'язками імператора і постійний ризик травмуватися, займаючись небезпечним видом спорту. Монахи, прихильники даосизму і конфуціанства спростовували думку про «джі-джу» як аморальний вид спорту, що шкодить здоров'ю гравців. Проте дехто з державних діячів вважав, що поло негативно впливає на військовослужбовців і робить їх менш ефективними на війні. До періоду династії Мін (1368–1644 рр.) «джі-джу» повністю занепадає і уже ніколи не здобуде минулої популярності. Третім видом спорту у Китаї за популярністю був похідний від «джі-джу» «чіуван» (вдарити м'яч) – передвісник гольфу, яким, як вважають деякі історики [2; 6], китайці займалися задовго до європейців. В часи династії Мін «чіуван» поширився у всій країні, гра була популярною серед аристократів і нижчих станів суспільства. Поодинокі гравці, пари чи команди, користуючись дерев'яними чи бамбуковими палицями, намагалися загнати м'ячик, виго-

товлений з дерева, в лунку, позначену прапорцем. Переможці отримували приз. Як і у сучасному гольфі, етикет посідав особливе місце. Щоб не допустити шахрайства, згідно з правилами, учасники гри і глядачі могли перебувати за два метри від лунки. Незважаючи на подібність, «чіуван» не має прямого стосунку до сучасного гольфу, правила якого врегульовуються Королівським клубом у Шотландії. Та все ж існує ймовірність, що монгольські кочівники середньовіччя могли експортувати гру у Європу. У період династії Хань (206 р. до н.е. – 220 р. н.е.) на сільсько-господарських ярмарках, у травні і серпні, відбувалися розважальні заходи, що включали фізичні навантаження і суперництво. Наприклад, перегони човнів-драконів, версії яких є популярними і зараз по всьому світі, були ритуалом на честь богів родючості. Як і багато інших видів спорту в Китаї, цей ритуал сформувався у вид спорту, змагання з якого відбувалися у певний час року. Дракон був добродійним духом води, від якої залежав урожай. Китайці також займалися полюванням, метанням дротиків, акробатикою, танцями, організовували бої биків, перегони на колісницях. У північних районах країни навіть каталися на лижах і ковзанах. Любили запускати повітряних зміїв, це заняття приносило задоволення і стало національною розвагою. Конструювали зміїв з бамбука, шовку і паперу. Малюнки на повітряних зміях відповідали релігійній тематиці. Повітряних зміїв також використовували в армії, щоб шпигувати за ворогом. Китайці і нині запускають повітряних зміїв, щоб відвернути вплив злих духів. У школах молодь вивчала танці, що слугувало формою соціального вираження і розвагою. Було відомо багато ігор на дошці, включаючи китайські шахи, які беруть початок приблизно у II ст. до н.е. Шахи стали більш ніж розвагою. Їх використовували і військові для розвитку стратегічного мислення. Ця гра була дещо іншою, ніж сучасні шахи, котрі, як вважає багато вчених, зародились у VI ст. в Індії [2; 6].

Наприкінці XIII ст. з Константинополя до Китаю шовковим шляхом прибув

видатний венеціанський мандрівник Марко Поло (1254–1324 рр.) і зустрічався із засновником монгольської династії в Китаї імператором Кублай Ханом (1271–1294 рр.). Марко Поло у «Книзі чудес світу» [2] відзначає вміння китайців стріляти з лука, майстерну їзду верхи, ентузіазм і вправність у полюванні, спритність бігунів на довгій дистанції, яких використовували як військових кур'єрів. Він також згадує акробатів і жонглерів при дворі; жінок, котрі полювали і рибалили; жінок і чоловіків, що купалися у басейнах з дуже холодною водою для оздоровлення. Марко Поло зазначає, що жінки в Китаї займалися спортом, хоча, як і в багатьох ранніх цивілізаціях, вони не отримували фізичного виховання і однакової освіти з чоловіками. Судячи з деяких статуєток, поезії того часу, ми допускаємо, що «джи-джу» не було доступним для жінок. Проте жінки-службовці грали в цю версію поло між собою, перед глядачами в імператорському палаці. Є свідчення, що під час однієї з ігор жіноча команда «червоних» перемогла «зелених» з рахунком 2:1. Імператриця з придворними жінками теж займалася кінним поло [6]. Інколи жінки і діти грали в полегшену версію гри – на осликах. Існують свідчення про змішані команди – на одному з малюнків ми бачимо п'ять жінок і одинадцять чоловіків, що змагалися разом [2]. Жінки також захоплювалися стрільбою з лука, деякі імператриці були видатними майстрами; грою у «чіуван» (гольф), «суджу» (копаний м'яч) і бадмінтоном, танцями, перегонами на човнах- драконах, рибальством, боротьбою, запускали повітряних зміїв. Сучасні дослідження з античного спорту в Китаї рідко згадують про розвиток бойових мистецтв. З огляду на духовний вплив даосизму, буддизму і конфуціанства населення Китаю було зацікавлене у заняттях фізичними вправами, що включали філософію, стимуляцію розумової діяльності, техніку дихання та імітацію рухів тварин. У період з 772–481 р. до н.е. є згадки про джиу-джитсу для підготовки військовослужбовців [2; 6]. Виникнення бойових мистецтв пов'язують з буддистським монахом Бодхидхармою. У 525 році він прибув

з південної Індії до Китаю. У Шаолінському монастирі започаткував ранкові вправи, гімнастику для монахів. Проте бойові мистецтва поширення набули у XVII ст. і сформувалися як види спорту. Цікавим є факт, що у XXI ст. ентузіасти ушу лобювали включення цього виду спорту як показового у програму Ігор XXIX Олімпіади 2008 року в Пекіні.

Особливості зародження та розвитку видів спорту у Стародавній Японії. Беручи до уваги сильний вплив Китаю і Кореї, дослідники відзначають кілька істинно японських видів спорту [2; 6]. Боротьба сумо є найстарішим видом спорту Японії, який нині став найулюбленішим національним видом спорту. Деякі дослідники вважають, що сумо зародилося на сільськогосподарських фестивалях у травні і серпні як буддистське ритуальне дійство задля доброго урожаю і позбавлення впливу злих духів. Є дуже мало археологічних і літературних джерел щодо виникнення сумо. За легендою сумо зародилося у 23 р. до н.е., коли імператор змусив двох громадян вирішити їхній конфлікт за допомогою боротьби. Хоча назва сумо у легенді не згадується і переможець наносив супернику удари ногами, що не є для сумо звичайною тактикою. Японські вчені інтерпретують деякі теракотові фігурки III–VI ст. як борців сумо через набедрені пов'язки – одяг, характерний для сумо. У V ст. термін сумо появляється у письмових джерелах [2; 6]. Перша письмова згадка про організований турнір із сумо трапляється у VIII ст. за часів династії Хейан (794–1185 рр.), коли у Японії почалося правове і організаційне становлення спорту. Імператори влаштовували при дворі турніри, що символізували їхню силу і авторитет як правителів. Поєдинки відбувалися на майданчику, вкритому білим піском, але без чітко окресленого круга, як зараз. Борець перемігав, коли якась частина тіла суперника, крім стоп ніг, торкалась землі. Починаючи з 734 року щорічні турніри проходять при дворі кожного сьомого дня сьомого місяця. Під час цих турнірів стають традиційними поєдинки сімнадцяти воїнів лівого флангу імператорської гвардії із сімнадцятьма вої-

нами правого. Читання поезії, танці, музика, гонги, барабани і релігійне забарвлення супроводжували змагання із сумо. Літературні джерела початку IX ст. свідчать, що глядачі під час матчу займали місця залежно від їхнього соціального статусу [2; 6]. Ця класова структура нагадує ієрархічну систему римського Колізею, підкреслюючи більш політичний ніж релігійний характер змагань. Більше того, імператори організовували матчі і мали останнє, вирішальне слово щодо результату. Метою цих турнірів було визнання і презентація могутності правителя. Представники імператора подорожували по всій країні і шукали найкращих, талановитих атлетів, більшість з яких були селянами і володіли більше силою, ніж технікою. З послабленням влади імператорів турніри із сумо стали менш популярними і їх роль при дворі зменшилась. У часи династії Камакура (1185–1333 рр.) японські воєначальники надали сумо статусу рукопашної підготовки в армії. Впродовж наступних трьохсот років є дуже мало згадок про сумо. Проте уже ближче до XVII ст. японці мали чітко окреслений ринг, дуже схожий на сучасний. Завданням борця було виштовхати суперника за межі круга. Новий ринг, зростаючий професіоналізм спортсменів, ентузіазм глядачів зробили сумо по-справжньому сучасним видом спорту, хоча ритуальний характер ще проглядається. Нині в Японії сумо є найпопулярнішим видом спорту. У стародавній Японії придворні любили дивитися на турніри із сумо, а займалися вони іншим видом спорту – «кемарі» (копаний м'яч). Ця гра, як видається, була японською версією китайської гри «суджу», хоча важко вказати на її точне походження. До нас дійшло мало фактів про виникнення «кемарі». Скоріше за все, «кемарі» виник з релігійного ритуалу і розвинувся у світський вид спорту для задоволення гравців і глядачів. Перша згадка про гру належить до 644 року, але основну інформацію ми беремо з літературних джерел кінця XIII ст. [2; 6], коли японці стандартизували правила гри. Представники всіх соціальних станів, з імператорським двором включно, грали

у «кемарі» цілий рік, особливо весною. Жінки теж грали у копаний м'яч. Гравці одягали спеціальне шкіряне взуття, форму і чорну шапочку, також вони одягали різнокольорові гетри, що вказувало на рівень майстерності гравця, як колір поясів у сьогоdnішніх бойових мистецтвах. Гравці систематично тренувалися, відпрацьовуючи складну техніку пасів, розігрівалися перед грою, як і тепер. Деякі спортсмени ставилися до гри дуже серйозно. Один відомий гравець Камо Наріхіра тренувався щодня за будь-якої погоди протягом п'яти з половиною років [2]. У «кемарі» м'яч був легким, зробленим з оленячої шкіри, наповненим повітрям і трохи меншим за сучасний футбольний. У кожній команді було по вісім гравців. Два гравці з кожної команди стояли біля чотирьох дерев, розміщених по кутах квадратного поля 7×7 метрів за розміром. М'яч, що застрягав у кроні дерева, діставали за допомогою спеціальної палиці. Навіть використовували штори, щоб затінювати поле від сонця. Сутність гри полягала у тому, щоб гравці за допомогою тільки ніг, постійно пасуючи, утримували м'яч у повітрі якомога довше. Судді підраховували кількість ударів гравцями з кожної команди. У 905 році було зафіксовано рекорд – 206 ударів. У пізніші часи кількість ударів доходила до тисячі. В одній із версій гри судді оцінювали гравців, звертали увагу на стиль, швидкість і стратегію гри. Деякі дослідники порівнювали «кемарі» з «такро» – грою, популярною у південно-східній частині Азії, зокрема в Малайзії, де гравці теж намагалися утримати якомога довше в повітрі м'яч, зроблений з шерстяної тканини. Нині «кемарі» в Японії – це традиційний національний вид спорту. Японці мали свою версію поло – «даку», де гравці верхи або пішо намагалися ключкою забити м'яч у лунку, розміщену у кожному кінці поля. Є версії, що ця гра, можливо, зародилася у VII ст. і стала популярною серед аристократів Токіо у 727–986 рр. Саме у цей період імператори збирали кращих гравців для матчів з китайською командою в Токіо. Кілька століть «даку» не займаються. Відроджується ця гра аж у XVII ст. у трохи змінений

формі. У той час ключка для поло нагадувала сучасну з лякросу, яка давала змогу гравцеві ловити м'яч. Команди атакували тільки одну ціль, розміщену з одного боку поля. Однією з версій «даку», що називалася «гітчо», займалися хлопчики. Гра була пов'язана зі святкуванням нового року. Картина часів династії Хейан (794–1185рр.) змальовує хлопчиків, що грають ключкою, як у гольфі, та диском, подібним до хокейної шайби.

Літературні джерела свідчать [2; 6], що у той час існувало кілька видів стрільби з лука. Поряд із сумо стрільба з лука стає частиною щорічної церемонії, що відбувалася при дворі, і першим військовим мистецтвом, що переросло у вид спорту. Спортсмени не користувалися короткими монгольськими луками, а довгими двохметровими, що, можливо, були запозичені у народів Південно-Східної Азії. Аристократи, чиновники й охоронці палацу раз у рік змагалися зі стрільби з лука стоячи. Переможців нагороджували призами, цінність яких залежала від соціального статусу переможця. У період династії Хейан (794–1185 рр.) судді змушували переможених пити алкоголь після кожного етапу змагань і це було звичним покаранням спортсменів у країнах Далекого Сходу. З початку VIII ст. поширюється стрільба з лука верхи, змагання стають важливою щорічною подією при дворі. Учасники стріляли по мішенях різного розміру. Ці змагання виявляли майстерність воїнів-лучників, а також тренуваність бойових коней, що стали важливою частиною імператорської армії. Як і на турнірах із сумо, глядачі займали місця залежно від соціального статусу. Аристократи також проводили змагання лучників у своїх маєтках з призами для переможців. Стрільба з лука стала настільки популярною в Японії, що імператор, щоб показати свою єдність з підданими, мусів бути вправним лучником. Це нагадує нам концепцію правління у ранньому Єгипті, де фараони, захищаючи своє право на владу, були змушені демонструвати власну фізичну силу і відвагу. Японські аристократи також любили полювати з яструбами. Представники всіх станів захоплювалися кінними

перегонами. Охоронці палацу влаштовували перегони перед імператором, хоч їх було важко назвати справжніми змаганнями, бо праве крило завжди програвало, а ліве здобувало перемогу. Велике значення у армії мав меч. Як свідчить японська міфологія [2; 6], перший меч людині подарували боги. Він стає улюбленою зброєю, а з появою воїнів-самураїв перетворюється на символ їхньої доблесті і соціального статусу. Існує декілька згадок про поєдинки на мечях монахів і турніри лицарів [2; 6]. Немає єдиної думки вчених щодо виникнення бойових мистецтв у Японії, як і в Китаї. Деякі вчені бачать початки джиуджитсу – бойового мистецтва самураїв – ще 2500 років тому. Проте прямих доказів цього немає. Вважається, що систематичне вдосконалення мистецтва бою без зброї розпочинається у XVII ст. у туземців 73 островів Рюкю у Тихому океані. Позбавлені зброї своїми ворогами, вони вправлялися у веденні бою голіруч з метою самооборони. Проте бойові мистецтва тільки нещодавно переросли у сучасні види спорту. Істинно японське дзюдо формується у вид спорту наприкінці XIX ст. Дзюдо було вперше включене у програму Ігор XVIII Олімпіади, стало олімпійським видом спорту у 1964 р. на перших Олімпійських іграх в Азії (Токіо, Японія).

Розвиток фізичної культури і спорту в Кореї. Як і більша частина Далекого Сходу, Корея була ізольована від Заходу аж до XIX ст. Також вторгнення військ Китаю, Японії і Монголії залишило помітний слід на культурній ідентичності країни. До I ст. до н.е. жителі корейського півострова в основному займалися полюванням і рибальством [2; 6]. Під час військових конфліктів користувалися мечами і луками. Впродовж століть тхеквондо, боротьба «сірум» і стрільба з лука переросли у національні види спорту. Жителі Південної Кореї вважають ці види спорту найважливішими і тепер, практикують їх для усвідомлення національної ідентичності. Під час проведення Ігор XXIV Олімпіади в Сеулі (1988 р. Південна Корея) традиційне бойове мистецтво тхеквондо було включене в програму Ігор як показовий вид спорту. Хоча

тхеквондо остаточно сформувалось як вид спорту у ХХ ст., історики простежують його виток із єдиноборства «тайкіон», яке зародилось у часи Трьох Королівств (892–936 рр.) і було основою щоденних спортивних тренувань воїнів. Пізніше, у часи королівства Карьо (936–1392 рр.), «тайкіон» стає видом спорту, з якого проводяться змагання аристократів. Традиційно змагання з «тайкіону», що включали удари ногами, кидки і захвати, проводились під час фестивалів разом з популярною боротьбою «сірум». Учасники змагань опанували три види майстерності: удари ногами, удари руками, володіння рукою як мечем. Було три рівні ударів ногами: низький у ділянку стегна, середній – плеча і вищий – голови. Такий вид спорту мав на меті розвивати дисциплінованість, фізичні якості і духовне удосконалення. Корейська боротьба «сірум» бере свій початок дві тисячі років тому, хоча тут вчені покладаються більше на традиції, ніж на літературні джерела. Перше зображення цього виду спорту ми зустрічаємо на стародавніх фресках IV ст., на яких зображено двох борців, глядачів і суддю. Отже, ми можемо припустити, що це змагання з ранньої форми боротьби «сірум». Майже всі чоловіки сільських районів брали участь у цій боротьбі, особливо у травні під час весняного фестивалю. Технічні деталі про античний «сірум» туманні, нечіткі, але сучасна боротьба, що є популярною і у Північній, і у Південній Кореї, виглядає таким чином. Поєдинки проводяться у великій ямі з піском, де борці, підперезані ремнями, намагаються підняти один одного за ремінь і кинути. Борець, що торкається землі будь-якою частиною тіла, крім стоп ніг, програє. Можливо, стародавній «сірум» був подібним до сучасного. Існує певна схожість між «сірумом» і японським сумо. Основна відмінність між цими двома видами боротьби полягає в тому, що у «сірумі» борець не намагається виштовхнути суперника за межі круга. До періоду Трьох Королівств (892–936 рр.) військова справа набула широкого розмаху, а фізичні вправи стали основою військово-фізичної підготовки воїнів. Вони займалися стрільбою з лука верхи

на конях, користуючись луками, зробленими з дорогих порід берези. У період королівства Чосон (1392–1897 рр.) стрільбою з лука займаються не тільки в армії, а і у середовищі селян. Проводяться змагання між командами по п'ятнадцять чоловік. Стрільба з лука поєднувала елементи фізичної вправності з філософськими ідеями конфуціанства. У XV ст. правителі Кореї систематично проводили змагання зі стрільби з лука, переможених карали, вони були змушені пити алкоголь. Цю методику також використовували стародавні японці. Навіть нині у Північній Кореї – це звична практика. До кінця XVI ст. більшість населення займалася стрільбою з лука у спеціально облаштованих місцях. Для корейців лук стає національною зброєю і починає набувати символічного значення, як меч для японців. Корейці грали в гру з м'ячем – «чіккук», що схожа на китайську «суджу». У 1997 р. Південна Корея, як співорганізатор чемпіонату світу з футболу 2002 року, випускає поштову марку із зображенням змагання з «чіккук», де три гравці утримують у повітрі м'яч, схожий на футбольний. Стародавні корейці грають у поло. Чоловіки, жінки і діти грають у гру, подібну до сучасного хокею, – «чанг чігі». Улюбленими заняттями корейців були перегони на човнах, танці, гра в кості, метання палиці і шахи, у той час трохи інші, ніж у китайців і японців. У часи королівства Карьо (936–1392 рр.) корейці проводять у травні і серпні фестивалі, у яких беруть участь усі верстви населення. Основними на фестивалях, присвячених урожаю, були спортивні заходи [22].

Висновки

Окремі види спорту в країнах Стародавнього світу започатковувалися задля самозахисту від нападників, зокрема, від хижих тварин. Згодом переросли в різноманітні спортивні змагання, пов'язані з ритуалами, військовою підготовкою, соціальними традиціями, здоров'ям і медициною. Так, у Стародавньому Китаї домінуючими стали такі види спорту, як ушу, стрільба з лука, верхова їзда, фехтування, бокс, командні ігри, які переросли в показові виступи. Зародилася популярна гра «чжу-ке»,

яка вважається праматір'ю сучасного футболу, а такі ігри, як «джи-джу» (кінне поло) і «чіуван» (аналог гольфу), користувалися великою популярністю. У Стародавній Японії визначними були сумо, «кемарі» («копаний м'яч»), «дака» (поло), стрільба з лука верхи, скачки, японське

дзюдо. У Кореї започатковано боротьбу тхеквондо, «сірум» і улюбленим видом спортивних занять була стрільба з лука. Кореїці грали в гру з м'ячем – «чіккук», схожу на китайський «суджа», а також грали в поло і «чанг чігі» (сучасний хокей).

Література

1. Балух В.О., Возний І.П., Коцур В.П. Історичні портрети античності та середньовіччя : підручник. Чернівці : Книги – XXI, 2017. 502 с.
2. Біллінгс А.С., Анджеліні Дж.Р., Герцог А.Н. Гендерні профілі олімпійської історії: діалог Sportscafter на Олімпіаді в Пекіні 2008 року. *Журнал радіомовлення та електронних медіа*, 2010. № 54, с. 9–23.
3. Бондарь А.И. Все о Японии: Общие сведения, история, наука, культура, образование, спорт и др. Москва : Фолио, 2007.
4. Го Цзянцян і Лі Ронг. Розвиток спортивного дозвілля у Стародавньому Китаї та його цінність для сучасної спортивної культури. *Успіхи фізичного виховання*. 2017.
5. Донг Дж.І., Манган А. Олімпійські устремління: Китайці зверху – міркування та наслідки. *Міжнародний журнал історії спорту*, 2008. № 25 (7), с. 779–806. DOI: 10.1080/09523360802009180.
6. История возникновения ушу. URL: <http://superkarate.ua/viewnews/istoriya-vozniknoveniya-ushu>.
7. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. Москва : Радуга, 1982. 399 с.
8. Мерфі, Родс і Стейплтон, Крістін. Стародавній Китай. 2019.
9. Платонов В.Н. Энциклопедия олимпийского спорта: в 5 т. Киев : Олимпийская л-ра, 2002.
10. Система здоров'я Кацудзо Ниши. Санкт-Петербург : «Невский проспект», 2016. 320 с.
11. Спортивна політика в Китаї (материк).
12. Столбов В.В., Финогенова Л.А., Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта. Москва : Физкультура и спорт, 2000. 185 с.

References

1. Balukh V.O., Voznyi I.P., Kotsur V.P. (2017). Istorychni portrety antychnosti ta serednovichchia: pidruchnyk. Chernivtsi: Knyhy–XXI, 502 s.
2. Billinhs A.S., Andzhelini Dzh.R., Hertsoh, A.N. (2010). Henderni profili olimpiiskoi istorii: dialoh Sportscafter na Olimpiadi v Pekini 2008 roku. *Zhurnal radiomovlennia ta elektronnykh media*, 54, 9–23.
3. Bondar A.Y. (2007). Vse o Yaponyy: Obshchye svedeniya, ystoryia, nauka, kultura, obrazovanye, sport y dr. Moskva: Folyo.
4. Ho Tsziansian i Li Ronh. (2017). Rozvytok sportyvnoho dozvillia v Starodavnomu Kytai ta yoho tsinnist suchasnoi sportyvnoi kultury. *Uspikhy fizychnoho vykhovannia*.
5. Donh Dzh.I., Manhan A. (2008). Olimpiiski ustremlinna: Kytaitsi zverkhu – mirkuvannia ta naslidky. *Mizhnarodnyi zhurnal istorii sportu*, 25 (7), 779–806. DOI: 10.1080/09523360802009180.
6. Ystoryia voznynkoveniya ushu. Retrieved from: <http://superkarate.ua/viewnews/istoriya-vozniknoveniya-ushu>.
7. Kun L. (1982). Vseobshchaia ystoryia fyzycheskoi kulturyi y sporta. Moskva: Raduha, 399 s.
8. Merfi, Rods i Steiplton, Kristin. (2019). Starodavnii Kytai.
9. Platonov V.N. (2002). Entsiklopediya olymпыiskoho sporta: v 5 t. Kiev: Olymпыiskaia l-ra.
10. Systema zdorov'ia Katsudzo Nyshy. Sankt-Peterburg: “Nevskiy prospekt”, 2016. 320 s.
11. Sportyvna polityka v Kytai (materyk).
12. Stolbov V.V., Fynohenova L.A., Melnykova N.Yu. (2000). Istoryia fyzycheskoi kultury y sporta. Moskva: Fyzkultura y sport, 185 s.

13. Тягур Р.С. Історія олімпійського руху: базові терміни, таблиці, схеми. Івано-Франківськ, 2017. 275 с.
14. Тягур Р.С. Історія фізичної культури і олімпійського руху : словник термінів. Івано-Франківськ : Видавець В. Дяків, 2018. 374 с.
15. Тягур Р.С. Історія фізичної культури і олімпійського руху: 180 базових термінів. Івано-Франківськ : Видавець В. Дяків, 2017. 115 с.
16. Тягур Р.С. Історія фізичної культури і спорту : курс лекцій. Івано-Франківськ : Плай, 2019. 276 с.
17. Тягур Р.С. Історія фізичної культури : короткий лекційний курс. Івано-Франківськ : «Просвіта», 2020. 91 с.
18. Billings A.C., Angelini J.R., Duke A.H. Gendered profiles of Olympic history: Sportscaster dialogue in the 2008 Beijing Olympics. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 2010. 54, 9–23. DOI: 10.1080/08838150903550352.
19. Dai G., Shao C., and Bao C. Вплив спортивної політики в різні періоди Китаю на спорт. *Ши джяо*, 2011. № 7, с. 107–108.
20. Dai G., Shao C., and Bao C., 2011. The impact of sports policy in different periods in China on sport. *Shi ji qiao*, 2011. No. 7, pp. 107–108.
21. Dong J. and Mangan A. Olympic aspirations: Chinese women on top—considerations and consequences. *The International Journal of the History of Sport*, 2008. No. 25 (7), pp. 779–806. DOI: 10.1080/09523360802009180.
22. Fan H., Tan H. Спорт у Китаї: конфлікт між традицією та сучасністю, 1840–1930-ті роки. *Міжнародний журнал історії спорту*, 2002. № 19, с. 189–212.
23. Fan H., Tan H. (2002). Sport in China: Conflict between tradition and modernity, 1840s to 1930s. *The International Journal of the History of Sport*, 2002. No. 19, 189–212.
24. Guo J.Q., & Li R. The Development of Leisure Sports in Ancient China and Its Contemporary Sports Culture Value. *Advances in Physical Education*, 2017. 7, 377–382. DOI: <https://doi.org/10.4236/ape.2017.74031>.
25. Guo J. Q., & Li R. (2017). The development of sports leisure in ancient China and its value
13. Tiahur R.S. (2017). Istoriiia olimpiiskoho rukhu: bazovi terminy, tablytsi, skhemy. Ivano-Frankivsk, 275 s.
14. Tiahur R.S. (2018). Istoriiia fizychnoi kultury i olimpiiskoho rukhu: slovnyk terminiv. Ivano-Frankivsk: Vydavets V. Diakiv, 374 s.
15. Tiahur R.S. (2017). Istoriiia fizychnoi kultury i olimpiiskoho rukhu: 180 bazovykh terminiv. Ivano-Frankivsk: Vydavets V. Diakiv, 115 s.
16. Tiahur R.S. (2019). Istoriiia fizychnoi kultury i sportu: kurs lektzii. Ivano-Frankivsk: Plai, 276 s.
17. Tiahur R.S. (2020). Istoriiia fizychnoi kultury: korotkyi lektsiinyi kurs. Ivano-Frankivsk: “Prosvita”, 91 s.
18. Billings A.C., Angelini J.R., Duke A.H. (2010). Gendered profiles of Olympic history: Sportscaster dialogue in the 2008 Beijing Olympics. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 54, 9–23. DOI: 10.1080/08838150903550352.
19. Dai G., Shao C., Bao C. (2011). The influence of sports policy in different periods of China on sports. *Shi Jiao*, 7, 107–108.
20. Dai G., Shao C., and Bao C. (2011). The impact of sports policy in different periods in China on sport. *Shi ji qiao*, 7, 107–108.
21. Dong J. and Mangan A. (2008). Olympic aspirations: Chinese women on top—considerations and consequences. *The International Journal of the History of Sport*, 25 (7), 779–806. DOI: 10.1080/09523360802009180.
22. Fan H., Tan H. (2002). Sports in China: The Conflict between Tradition and Modernity, 1840–1930. *International Journal of Sports History*, 19, 189–212.
23. Fan H., Tan H. (2002). Sport in China: Conflict between tradition and modernity, 1840s to 1930s. *The International Journal of the History of Sport*, 19, 189–212.
24. Guo J.Q., & Li R. (2017). The Development of Leisure Sports in Ancient China and Its Contemporary Sports Culture Value. *Advances in Physical Education*, 7, 377–382. DOI: <https://doi.org/10.4236/ape.2017.74031>.
25. Guo J. Q., & Li R. (2017). The development of sports leisure in ancient China and its value

25. Guo J. Q., & Li R. Розвиток спортивного дозвілля в Стародавньому Китаї та його цінність для сучасної спортивної культури. *Успіхи фізичного виховання*, 2017. № 7, с. 377–382.

26. Guo Jianqiang & Li Rong. The Development of Leisure Sports in Ancient China and Its Contemporary Sports Culture Value. *Advances in Physical Education*. 2017. No. 07. Pp. 377–382. DOI: 10.4236/ape.2017.74031.

27. Jinming Zheng, Shushu Chen, Tien-Chin Tan & Patrick Wing Chung Lau. Sport policy in China (Mainland). *International Journal of Sport Policy and Politics*, 2018. No. 10:3, pp. 469–491, DOI: 10.1080/19406940.2017.1413585

28. Murphey, Rhoads & Stapleton, Kristin. (2019). Ancient China. DOI: 10.4324/9781351231916-6.

in modern sports culture. *Successes of physical education*, 7, 377–382.

26. Guo Jianqiang & Li Rong. (2017). The Development of Leisure Sports in Ancient China and Its Contemporary Sports Culture Value. *Advances in Physical Education*. 07. 377–382. DOI: 10.4236/ape.2017.74031.

27. Jinming Zheng, Shushu Chen, Tien-Chin Tan & Patrick Wing Chung Lau (2018). Sport policy in China (Mainland), *International Journal of Sport Policy and Politics*, 10:3, 469–491. DOI: 10.1080/19406940.2017.1413585.

28. Murphey, Rhoads & Stapleton, Kristin. (2019). Ancient China. DOI: 10.4324/9781351231916-6.