



«Если отдал свою руку, то дальше масса тела уже никакой роли не играет...»

В современном мире существует множество боевых искусств. Большинство из них имеют древнюю историю, неразрывно связанную с традициями Востока. Одним из самых загадочных и интересных видов борьбы является **АЙКИДО**.

Айкидо – это японское боевое искусство, объединившее в себе несколько видов древних техник борьбы и самообороны. Среди них айкиджитсу, искусство фехтования на копьях и мечах, айки-дзюцу, дзю-дзюцу и т.д. **Цель практического применения айкидо – предотвратить агрессию человека по отношению к себе, при этом не отвечая агрессией на агрессию.**

То есть и себя спасти, и нападающему не повредить. В айкидо нет соревнований, потому что они противоречат духу айкидо. Экзамены сводятся к демонстрации разученных техник.

Для справки: Популярный на Западе, а также и у нас в стране киноактер Стивен Сигал является обладателем **седьмого дана** по айкидо. Это высший ранг в данном единоборстве, означающий, что Сигал владеет им в совершенстве. В свое время он долгие годы провел в Японии, где изучал данный вид боевых искусств и даже имел свою школу, которая находилась в Токио. История создания Айкидо – это относительно молодой вид единоборств. Его основатель Морихей Уешиба (фото ниже) появился на свет в 1883 году. А годом рождения айкидо можно считать 1925-й. В детстве Морихей был болезненным и хилым. Это подвигло его заняться изучением боевых искусств. Парень настолько увлекся практическим освоением древних единоборств, что не заметил, как из слабого ребенка превратился в мужчину с железными мышцами, гибкостью, как у пантеры, и безграничной выносливостью.

Если попытаться коротко сформулировать суть айкидо, то можно сказать, что она заключается в гармонии движений и дыхания, тела и ума, а также в полном отказе от личных амбиций. Движения естественны, просты и лишены агрессии. Они направлены не на атаку, а на защиту. Тело борца во время схватки должно быть максимально расслабленным, а ум – напряженным. Именно уму, сознанию, духу Уешиба отводил основную роль в своем учении. Если большинство единоборств базируются на грубой физической силе, то в данном случае весь упор делается на мягкую силу разума. Айкидо – это боевое искусство, которое не ставит перед собой цель победить. Ведь победа – субстанция относительная. Она никому не приносит пользы, лишь только ласкает самолюбие. Сегодня победишь ты, а завтра – тебя. Айкидо считает, что в этом нет никакого смысла.

Все мы сдаем экзамены в этой жизни, иногда очевидные, иногда скрытые. 19 учеников нашей школы не стали исключением - 8 декабря 2018 года, в рамках учебно-аттестационного семинара в Салехарде, в спортзале МОУ Школа с.Харсаим проводился экзамен по Айкидо. Вместе с Уполномоченным по правам человека в ЯНАО,

почетным Президентом Региональной ассоциации Айкидо в ЯНАО, тренером школьной сборной с.Харсаим - **Сак Анатолием Ивановичем** (3 дан Айкидо Айкикай) и его помощниками к нам приехали руководители федерации Айкидо России из г.Москва:

Президент Федерации Айкидо России

Егоров Николай Николаевич

(Мастер спорта России по Айкидо, 6 дан Айкидо Айкикай) и Вице-Президент Федерации Айкидо России

Руднева Наталья Вячеславовна

(Мастер спорта России по Айкидо, 6 дан Айкидо Айкикай), руководителем которых является

Стивен Фредерик Сигал

(Главный инструктор Федерации Айкидо России, 7 дан Айкидо Айкикай). Представители Всероссийской Федерации приехали к нам, чтобы оценить мастерство наших северных ребят и присвоить им 7 и 10 кю.

Кю

– это ученическая степень айкидо. Для взрослых обычно проводятся экзамены, начиная с 5-го кю и до 1-го. Далее идут

даны

(черные пояса) – от 1-го и выше. То есть 6 кю – это одна из начальных степеней.

На экзамене все началось с разминки и подготовки (1 час), затем ребят вызывали по фамилиям, разделив на две группы - младшие и старшие, для организации навыков и умений (1 час). Все 19 участников показывали технику на 10 кю, а потом старшеклассники ассистировали друг другу на 7 кю.

По итогам экзамена, наши гости, представители высшей школы Айкидо России вручили нашим обучающимся свидетельства и пояса соответствующей категории: ученикам начального звена желтые (10 кю), старшеклассникам синие (7 кю).

На мероприятии присутствовали родители, обучающиеся и сотрудники ИА «Приуралье».

Администрация, педагоги и родители школы благодарны организаторам за вдохновение и наставление наших ребят, через проведение занятий и аттестационных этапов.





