*Лобанов Валентин Юрьевич (*[*valia.2010@yandex.ru*](mailto:valia.2010@yandex.ru)*) учитель физической культуры, педагог дополнительного образования, Государственное Бюджетное Образовательное Учреждение Средняя Общеобразовательная Школа № 290 Красносельского района (ГБОУ СОШ № 290)*

## **История хапкидо-Корейского боевого искусства**

Хапкидо возникло в Корее на основе многих традиционных единоборств. Одним из учеников мастера школы дайто-рю айки-дзюцу Такэды Сокаку с 1919 года был кореец Чхве (Чой) Ён Соль. Прожив 27 лет в Японии, он соединил технику айки-дзюцу с традиционными корейс­кими техниками кидо (юсуль) и тхэккён, в которых большое внимание уделялось работе ног. Так появилось хапкидо. Говоря, что возраст этого боевого искусства приближается к двум тысячам лет, корейцы перено­сят на хапкидо древнюю историю тхэккён. Фактически же хапкидо не старше семидесяти лет, так как Чхве Ён Соль начал создавать свою систему с 20-х годов нашего столетия. Первые варианты этого боевого искусства мастер называл последовательно: юквонсуль, хосинсуль и бисуль. Только в 1948 году появился окончательный термин "хапкидо", означающий "путь соединения энергий".

Иероглифы, которыми записывается название стиля в японском языке, те же самые, что составляют слово "айкидо". Это совпадение не случайно. Во-первых, Чхве Ён Соль и создатель айкидо Уэсиба Морихэй обучались у одного и того же наставника. Во-вторых, оба стиля базируются на комплексном использовании ударов ногами и зах­ватов руками, соединения собственной силы бойца с силой противника, слиянии энергии тела с энергией Вселенной (Гагонин С.Г., 1997).

В то же время, между имеющими общие корни айкидо и хапкидо существует ряд принципи­альных различий. Айкидо — сугубо оборонительная система, имеющая своей целью выведение противника из равновесия с помощью деталь­но разработанной техники перемещений и болевых захватов и ставя­щая задачу непричинения вреда сопернику. Поэтому ударов ногами в ней нет, а применение ударов руками ограничено и предназначено исключительно для дезориентации противника и выведения его из равновесия перед проведением захвата.

Хапкидо, в отличие от айкидо, содержит обширный раздел техни­ки ног, применяемой как в обороне, так и в атаке. Атака в хапкидо имеет приоритет над защитой, болевые захваты и заломы проводятся резко, с целью сломать сустав. Броски проводятся коротко и быстро, что позволяет успешно вести бой с несколькими противниками, пере­ключаясь с одного на другого (Карамов С.К., 2003).

Обучение в хапкидо начинается с отработки резких движений ударов ногами и руками, а заканчивается практикой работы пальцев по точкам, что связано с возможностями управления внутренней энер­гией. Под конец обучения человек обретает осознание механизма кру­говорота энергии "ки", сосредоточивает ее в себе и направляет в нужное русло. Приверженцы хапкидо считают, что их стиль наиболее гар­монично сочетает в себе внешнюю работу с внутренней, жесткость с мягкостью .

Большинство ударов в хапкидо наносится не до конца выпрямленной конечностью и не по прямолинейным траекториям. Удары ногами наносятся как на верхний уровень, так и на нижний. Есть много ударов ногой назад, развита техника прыжков, в том числе - нанесение ударов двумя ногами одновременно. Большое внимание уделяется ближнему бою, работе локтями и коленями, использованию болевого контроля (Шоу С., 2002).

Подчеркивая ориентированность хапкидо на реальный бой, а не на спортивный поединок, многие авторы даже называют хапкидо "помойкой запрещенных приемов". Хапкидо широко используется полицией и армией в качестве специальной подготовки своих элитных подразделений.

Система обучения в хапкидо построена таким образом, что вся базовая техника дается до первого дана. Тогда же выверяется ее точность. На второй дан сдают ту же самую технику, только уже на время, то есть значительно быстрее. Третий дан предусматривает работу в нестандартных условиях - сидя, в прыжке от стены, с завязанными глазами и т.д. Наряду с этим идет работа с оружием - палкой, тростью, мечом, ножом, поясом. После получения третьего дана основную работу составляет психотренинг (Шоу С., 2002).

 Основой Хапкидо считается комплекс дыхательных упражнений Тонжон Хо Хоп.

Техника хапкидо повлияла на создание ряда боевых искусств в последние несколько десятилетий. Мастер Ли Дон Гу основал сонму-до, которое отличается меньшим количеством круговых движений.

В США мастер Чи Хан Джэ на базе хапкидо создал стиль синму-до, в наибольшей степени из всех родственных систем отличающийся от техники айки-дзюцу. В Корее Мё'н Эке Ок стал основателем хвед-жон мусуль, где развороты корпуса используются главным образом для обхода противника и нанесения ударов, а также детально разработана техника ударов ногами (чоксульдо) (Тарас А.Е., 1996).

После освобождения Кореи в 1945 году национальные боевые ис­кусства вышли из подполья, но традиция их передачи была утеряна, поэтому развивалось большое количество родственных направлений со схожим техническим арсеналом, у которых отсутствовали философс­кие принципы и духовная основа (Гагонин С.Г., 1999).

Хапкидо, развивалось медленно и трудно. Даже название его претерпевало многочисленные изменения. Новый стиль именовали ю квон сул, юсуль, хо шин му до, би суль, пока в 1963 году за ним, наконец официально не закрепилось название хапкидо.

Как и во многих других видах боевых искусств, единой организационной структуры хапкидо не существует. Только в Южной Корее существует четыре крупных организации. Это Международная ассоциация созданная Мен Джэнамом, Всекорейская ассоциация во главе с Хван Доккю, Ассоциация хапкидо Кореи и «Кидохве». Кроме них существует Всемирная федерация хапкидо (WHF) с центром в Лос-Анджелесе под руководством Кванг Сиг Менга. В США с хапкидо познакомились и прошли курс обучения столь известные мастера боевых искусств как Брюс Ли, Джеки Чан.

В России хапкидо было впервые представлено в Санкт-Петербурге. В 1990 году по инициативе известного мастера боевых искусств Вячеслава Цоя в наш город приехал мастер Ким Чиль Ен, 8 дан, который по сути стал первым учителем этой новой системы в стране.  После трагической гибели Вячеслава Цоя эстафету развития хапкидо подхватил его ближайший друг Демид Момот. Федерация хапкидо Санкт-Петербурга зарегистрированная в 1996 году явилась первой официально зарегистрированной структурой в системе развития хапкидо.

# Список литературы

1. Гагонин, С.Г. Спортивно-боевые единоборства: от древних ушу и бу-дзюцу до профессионального кикбоксинга / Монография./С.Г. Гагонин - СПб.: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1997. - 352 с.
2. Карамов, С.К. Корейские боевые искусства. /С.К. Карамов -М.: Астрель. 2003
3. Тарас, А.Е. Боевые искусства. 200 школ боевых искусств Востока и Запада. /А.Е. Тарас - Минск, 1996. -460с.
4. Шоу, С. Хапкидо. / Скот Шоу -Ростов-наДону. Феникс. 2002.