

A.TÄHNAS

Maadlusviisid Tehnika Määrused



D. Itä

TARTU RIIKLIK ÜLIKOOL

Suusaspordi kateeder

A. Tähnas

MAADLUSVIISID,
-TEHNIKA,
-MÄÄRUSED

TARTU 1974

**Kinnitatud Kehakultuuriteaduskonna nõukegas
28. detsembril 1972.**

S i s s e j u h a t u s .

Paljude spordialade ajalugu ulatub kaugesse minevikku ning nende algaastaid on raske kindlaks teha. Niion see ka maadlusel. Aegade jooksul tekkis mitmesuguseid maadlusviise, mida paljude rahvaste poolt laialdaselt harrastati. Seda kinnitavad mitmete ajaloouurijate kirjutised. Viimas olelusuõitluses, kus kasutati võrdlemisi primitiivseid relvi, oli jõul, kiirusel, vastupidavusel ja osavusel eamajärguline tähtsus. Inimpõlvade arenedes hakati tööst vaba aega kasutama mitmesugusteks lõbustus- ja jõumängudeks, kusjuures domineerival kohal oli ka maadlus. Tekkisid esimesed käsitsivõitluse võtted, mis olid eelkäijateks kaasaegsetele maadlusvõtetetele. Kasutati aga ka toorest võitlusviisi, mis põhjustas tihti raskeid vigastusi ja isegi surma.

Kuna kindlad võistlusmäärused puudusid, siis asendasid neid tavad, millest kinnipidamist jälgis vaatajakond. Tavaliselt sõltusid need rahva kommetest, temperamendist ja kultuurilisest tasemest. Maadluspordi arenemise käigus kujunesid kindlad võistlusmäärused, mis määritlevad võidu saavutamise viisi ja selleks lubatud võtteid. Võistlusmäärused on nagu raamistik või vorm, milles maadluspordil tuleb areneda.

Maadluse kui spordiala kujunemise algstaadiumis arenesid määrused ja tehnika paralleelselt. See avaldas positiivset mõju maadluse levikule, populaarsusele ning tehnika täiustamisele. Aja jooksul tõusid võistlusmäärused järjest rohkem esikohale ning tänapäeval mõjutavad nad maadlustehnika ja -taktika arengut. Käesolev töö annabki ülevaate maadlusviiside, -tehnika ja võistlusmääruste kujunemisest ja arengust. Autor loodab, et käesolev õppevahend abistab TRÜ Kehakultuuriteaduskonna üliõpilasi maadluspordialaste teadmiste täiendamisel.

Neile, kes soovivad maadluspordi ajalugu põhjalikumalt tundma õppida, pakuvad selleks abi kirjanduse loetelus toodud teosed. Näiteks jutustavad Jaan Jaago mälestused mitte üksnes tema visast ja seiklusrikkast teest seitsmekordse maailmameistri tiitleni, vaid manavad silmade ette ka üsna värvika pildi tolleaegsest spordielust, elukutselistest jõumeestest, nende õpetajatest ja soosijatest, professionaalselt maadlusest ja selle varjukülgedest, kodanliku Eesti riigitegelaste suhtumisest spordiliikumisse jm. Suurt huvi vääriv on V. Põtljassinski venekeelne maadlusõpik "Prantsuse maadlus", mis on lahutamatult seotud maadluspordi arenemisega Venemaal. Sellest on maha joonistatud ka enamik käesoleva õppevahendi jooniseid, mis püüavad illustreerida vanemaid maadlusvõtteid.

LOODUSRAHVASTE MAADLUSVIISID JA RAHVUSLIK MAADLUS.

Etnoloogiast ja etnograafiast leiame mitmesuguseid andmeid loodusrahvaste maadlusviiside kohta. Paljude uurijate tähelepanekud ja kirjutised aitavad võistlusviisidega üksikasjalikult tutvuda. Nii on soome sotsioloog professor Gunnar Landtman teostanud uurimusi Uus-Gineas paapuute juures. Need suguharud tunnevad palju mängu, võistlevad jookudes, sõudmises, vibulaskmises ja maadluses. Sellest räägib järgmine kirjeldus:

"Kahe teokarpe püüdma laeva omaniku vahel tekkis vaidlus, mis otsustati lahendada relvadeta võitlusega. Selleks valiti mõlemast laevast kõige jõulisem ja osavam mees - Ikuro ja Vairu. Laevameeskonnad ja saareasukad jälgisid pingsalt kaasahaaravat võistlust. Selles olid lubatud mitmesugused haarded, samuti käe- ja jalalöögid. Võistlus lõppes, kui üks pool oli sunnitud end võidetuks tunnistama."

Laialdaselt harrastati maadlust Tahiti saarel, mille eurooplased avastasid 1606.a. Saare asukad, maaharijad - tahitiilased, olid tunnistanud oma pika kasvu ja väga proportsionaalse kehaehituse tõttu maailma kaunimaks rahvatõuks. Maadlus oli neil väga populaarne, kusjuures võistlesid nii mehed kui ka naised. Haruldased polnud ka segamaadlused. Tahitiilaste võistlusviis oli järgmine: suur hulk maadlejaid asus pealtvaatajaist moodustatud ringi. Seal esitati väljakutse. Selleks asetati välja kutsuja vasaku käe rinnale, küünarnukiga allapoole. Seejärel lõi kõverdatud parema käega tugevasti vasaku küünarnuki pihta. Kui vastane oli leitud, algas jõukatsumine. Maadlusvõtete kõrval oli lubatud ka rebimine juustest. See-

tõttu pidid pealtvaatajad sageli vahele segama ja maadlejaid teineteisest lahutama.

Ka paljud Aafrika suguharud harrastavad maadlust. Tavaliselt õlitatakse enne võistlust keha. Maadeldakse ka gruppide viisi, kusjuures iga osavõtja valib endale vastasrühmast võistleja. Esimesena asuvad jõudu proovima esindajad (paremad), seejärel ülejäänud. Edasi jäävad võistlema ainult võitjad, kuni selgub tugevam. Võistlus võib vahel muutuda ka tõsiseks lööminguks. Kuulsa maadlusrahvana on tuntud ka Kameruni rannikuäärne duaala hõim.

Mõned indiaani suguharud kasutavad täiesti erinevaid maadlusviise.

Populaarne oli maadlus Põhja-Ameerika indiaanlaste hulgas. Seal rühmitatakse võistlejad ka vanuseklassidesse. Kesk-Brasiilia indiaanlastel oli kombeks naaber-suguharule külla minnes ette saata väljavalitud maadlejad. Need proovisid jõudu kohalike rammumeestega. Küllaminekul olenes vastuvõtt ettesaadetud maadlejate edust. Võidukaid küllatulijaid koheldi hästi, nõrgemate vastu oli lugupidamine väiksem.

Kagu-Aasias ja Polüneesias tuli võidu saavutamiseks suruda vastane mõlemale õlale. Tuntud rändur J. Cook toob huvitavaid üksikasju Karoliini saarestiku Tongatabu saarel harrastatava maadlusviisi kohta. "Võistlusele eelnes väljakutse. Meeste hulgast astus keegi välja. Teatraalse žestiga teiste poole pöördudes plaksutas ta ühe käega teise kää köverdatud küünarnukile. Vastase mitteleidmisel läks väljakutsuja tagasi oma kohale. (Ta oli liiga tugev maadleja, kellele teised ei julgenud vastu astuda.) Leidus aga vastane, püüdis nad teineteist seljaçada. Kui võitja suutis vastast eelnevalt õhus keerutada, sai ta suure menu osaliseks. Võidetu läks oma kohale tagasi, võitja aga võis esitada uue väljakutse. Tavaliselt võistlesid mitu paari korraga."

Austraalia pärismaalaste maadlusviiside kohta on kaks üksikasjalikumat kirjeldust. Esimese järgi maadel-

di lagedal platsil, mille ümber istusid ringis eakad mehed, samuti naised ja lapsed; noored mehed aga kogunesid rühmadesse. Üks maadlejaist astus ringi keskele, haaras maast peotäie mulda ja viskas selle väljakutsuvalt enese ette. Seejärel istus ta maha. Nüüd viskas ka väljakutsutu tema ette peotäie mulda. Pärast seda määrisid maadlejad oma keha mullaga, ja võistlus algas. Käed asetati vastastikku õlgadele ja püüti niiviisi teineteist maha tõugata (tõmmata). Seda tehti seni, kuni üks kukkus.

Teise variandi järgi maadeldi tavaliselt suvel. Siis kogunesid sõbralikud suguharud ühiselt pidutsema ja harastasid ka maadlust ning teisi kehalisi harjutusi (mänge). Väljakutsuja sooritas väljakul paraadringi ja asus siis väljaku keskele. Tehes harkseisus olles kummarduse, hüüatas ta vägevalt, toetas pihud reitele ning vaatas väljakutsuvalt ringi. Peale bandaaži polnud tal mingit riie-tuseset. Vastane kordas sama tseremooniat. Ilma kohtuniku märguandeta söötsid nad teineteisele vastu, kusjuures püüti vastast õhku tõsta ja maha paisata. Edu korral astus võitja mõned sammud tagasi, kükitas, korraldas oma vööd ning võis uuesti esitada väljakutse.

Polüneesias peeti maadlusvõistlusi külaväljakul või liivasel mererannal rohkearvulise vaatajaskonna juuresolekul. Uus-Meremaa maoridel olid erilised ruumid ja harjutuspaigad, kus kasvav noorsugu sai vilunud sõjameeste juhendusel mitmekülgsel ja süstemaatilisel sõjalis-kehalisel ettevalmistust.

Lõuna-Kamerunis maadlesid jaunde suguharu mehed, poisid ja isegi naised ning tüdrukud. Võistlustel valitses lõbus meeleolu, kusjuures ei unustatud vääriskust ega võistlusmäärusi. Võitjad ei saanud raha ega materiaalseid hüvitusi, vaid leppisid ainult neile osaks langeva au ja lugupidamisavaldustega.

Maadlusreeglid olid välja kujunenud Ülem-Gineas ja Sudaanis. Tihti toimus maadlus trummipõrina saatel. Mõnel pool seisis sekundant maadleja kõrval ja rebis toorutsemise puhul oma hoolealuse eemale.

Kalmõkkide hulgas oli maadlus omal ajal tuntud "alboldana" nime all. Nende maadluse kohta kirjutatakse järgmist (Pallas): "Maadlus toimub kalmõkkidel kindlate määruste järgi. Nende määruste olemus seisab selles, et maadlemisel peab üks pool ägedaks muutumiseta ja vastast vigastamata teda seljatama, et tulla võitjaks. Maadlejad riietuvad lahti, jalga jäävad ainult pikad linased püksid, mis kääratakse põlvedeni üles. Ametlikel võistlustel seisab kummagi maadleja selja taga 2 - 3 sekundanti, kes valvavad määruste täitmise järele. Ühel neist on käes kann külma veega, et värskendada maadleja selga, kui võistlus venib pikale. Enne maadluse algust kahmavad võistlejad maast peotäie mulda, arvatavasti selleks, et käsi haardest ei libiseks, ning viskavad selle siis jälle maha. Järgneb hiilimine teineteise ümber, et haarata vastast kõige kasulikumal kombel. Harilikult haaratakse tagant parema käega, püüdes hoida vaba kätt soodsa hetke jaoks. Kumbki võistleja ei tee vähimatki häält. On keelatud ägestuda ja haarata teist kõrist ning juustest; ei tohi vastast vigastada, tõugata ega kriimustada. Kui midagi selletaolist juhtub, lahutavad sekundandid ägestunud maadlejad, süüdlane saab aga noomituse. Maadlus kestab väga kaua, sest tihti ei suudeta teist tasakaalust välja viia. Mõned oskavad saavutada edu vastase heitmisega üle enese. Kes jääb hetkeks selili, loetakse kaotajaks."

Ka mongolite hulgas oli maadlus au sees. "Kui mongol tahab lõbutseada," märgib Mongoolias matkanud soome teadlane Sakari Pälsi, "viib ta hobuse karjamaale, paneb päitsed ja sadula naela otsa, ja maadleb, laseb vibunooli, lööb jalaga palli, et jäsemeid painduvamaks teha ja meeleolu virgutada." 1909.a. tutvus Pälsi ühe kuulsa mongoli maadlejaga ja andis temast järgmise huvitava iseloomustuse:

"Phuntsuk oli tugevate lihastega atleet, kes kodumaistel maadlusvõistlustel saavutas võitmatu kuulsuse ja kiirete liigutuste pärast aunime "Kotkas", Phuntsuk kavatses osa võtta maadlusvõistlustest, võita "Elevanti", "Tiigrit" ja teisi kuulsaid maadlusmeisterid. Ta ei soo-

vinud au ega kuulsust, vaid lootis maadle mise abil saada... hästi tasuva teenistuskoha. Hoidsid ju mongoli vürstid ja muud kõrged aukandjad oma ihukaitses kuulsaid maadlejaid, sest relvastatud saatjaskonnaga ei sobinud külla minna. Seetõttu peeti alaliste saatjatena atleete, kes võisid vadaduse korral oma vägevaid isandaid kaitsta... Phuntsuk võitis kõiki, kuid pääses ainult tallmeistriametisse.... Hiljem sai temast siiski ihukaitsja."

Arst Axel Heikel, kes 1890.a. suvel tegi tutvumisretke Mongooliasse, jõudis Urgaasse ajal, mil peeti rahvuslikku pidu. "Sinna oli kogunenud tuhandeid inimesi kõigist Mongoolia osadest," kirjutab A.Heikel. "Nädal aega kestsid maadlejate jõukatsumised. Võistlused peeti linna keskel paikneva templi ees. Tuhandete pealtvaatajate hulgas oli palju vürste. Eriline koht oli varutud budausuliste, munkadele ja vaimulikele, kes särasid kollastes ja punastes pidurüüdes ja jälgisid võistlust istudes, jalad ristiti. Võistlejad esinesid paarikaupa kohtunike juuresolekul. Neil olid käsivarred, rind ja jalad paljad. Koomiliselt hüpeldes alustasid nad võistlust. Võidetuks tunnistati see, kes kas või ainult sõrmega puudutas maad. Ta lahkus, võitja jäi aga kohale ja laskus põlvili Tiibetist toodud Gegen-jumala kuju ette. Seejärel kandsid aukohtunikud võitja nime vastavasse nimekirja, mis andis talle õiguse järgmisel päeval kohtuda mõne teisega, kes oli samuti võitnud. Üldvõitjale anti auhinnaks hobuseid, lambaid jne. Maadluse lõppedes algasid lähedal asuvas stepis ratsavõistlused. Rahvuslikke pidustusi peeti regulaarselt suvel, igal kolmandal aastal olid need aga tavalisest pidulikumad."

Burjaatidel organiseerisid laamapapid kuulsaid "maidari pidustusi", mille kavas olid samuti maadlusvõistlused. Ka väike eveni hõim, kes asub Kirde-Siberis, harrastas maadlusmänge. S.Pälsi kirjutab nendest järgmist: "Pärast võistlusi hakkavad mehed jõudu proovima maadluses. Maadlejad võtavad ülakeha paljaks, hõõruvad lumega käsivarsi ja püüavad teineteist kätest haarata. Evenid ei ole erilised meistrid, kuid talveoludes oli neid siiski tore vaadata. Maadlusel

rakendatakse loomulikku jõudu ja püütakse teist ootamatute võtete ja jalahaaramisega võita. Ka väikesed poisid maadlevad, olles innustatud suurte meeste sisukatest matšidest. Võitja selgitamine kujunes tihti ebamääraseks, sest isegi vastase paigaltliigutamine andis teisele võidu. Niisugust maadlust peetakse seal mänguks, võidul on vaid väike tähtsus."

Võrdlemisi populaarne oli maadlus Kesk-Aasia rahvaste juures. Elukutseliste maadlejate seitsmekordne maailmameister Jaan Jaago kirjutab oma mälestustes Taškendis toimunud maadlusvõistluste kohta järgmist: "Poiram'i" pühäl korraldatakse Taškendis iga aasta suured sardide rahvuslikud maadlused. Maadlevad korraka 100 - 200 paari. Sardide maadlused on iseäralised: seotakse vöö ümber ja kes langeb põlvili on juba kaotanud. Selili panemist pole vajagi. Võitjale jagatakse siidmantleid, "Rahvuslikke vöösid ja mütse." J. Jaago kirjeldab ka Pärsias harrastatud maadlusviise: "Maadlusel on palju iseäraldusi, maadeldakse nahkpükstes, mis õliga määritud. Persia maadlusel on lubatud vastast ka suguosadest pigistada. See on koguni nende päävõte, mille kaitseks neil on nahkbandaaz ning paksud nahkpüksid jalas."

Laialdaselt harrastati rahvuslikku maadlust ka Türgimaal. Türgis on maadlus tähtis rahvuslik spordiala, millel on rida määrustega fikseeritud iseärasusi. Riietuseks on tugevad nahkpüksid, mille all kasutatakse bandaazi, et leevendada jalgade vahelt toimuvate haarete mõju. Võistlusmäärused lubavad kasutada küllaltki tooreid maadlusvõtteid, isegi lööke kaelale jne. Väga suurt osatähtsust võidu saavutamisel omas suur kehakaal ja füüsiline jõud. Sellepärast olid ka 19. sajandi algul elukutseliste maadlejatena tuntud türgi maadlejad võrdlemisi suure kehakaaluga. Nii kaalus türgi kuulsam elukutseline maadleja Ali Hassan Nourlah üle 160 kg.

Nagu eeltoodust nähtub, on maadlussport paljudes erinevates vormides kõigi rahvaste juures olnud väga laialdaselt levinud ja populaarne. Võib arvata, et maadlus-

spordi laialdane harrastamine oli tingitud kehaliste võimete, jõu, kiiruse, vastupidavuse ja osavuse tähtsusest loodusrahvaste igapäevases elus. Olid ju jõul ja teistel kehalistel omadustel esmajärguline tähtsus töötamisel algeliste tööriistadega, käies jahil või võideldes vaenlaste vastu primitiivsete relvadega, sõltudes hariduslikust või kultuurilisest tasemest, olid ka loodusrhuvaste maadlusviisid kas lihtsamad või tehniliselt enam arenenud. Sama võib täheldada ka võitlusmääruste kohta.

NSV LIIDU RAHVASTE RAHVUSLIKUD MAADLUSVIISID.

Paljude rahvaste rahvuslikud maadlusviisid on aegade jooksul kadunud, asendunud või ühtesulanud ülemaailmselt viljeldavate klassikalise ja vabamaadlusega. Kuigi nõukogude maadlejatele kuulub klassikalises ja vabamaadluses esikoht maailmas, pole siiski ka rahvuslikud maadlusviisid oma populaarsust kaotanud. Neid viljeldakse peaaegu kõigi rahvaste poolt, viiakse läbi demonstratsioonid ning võistlusi. Tähelepanu pööratakse ka tehnika arendamisele ja võistlusmääruste ajakohastamisele. Vastavalt rahvuslikule kultuurile, kommetele ja keelele on igal maadlusviisil oma nimetus ja traditsioonid. Selguse saamiseks jaotatakse maadlusviisid vastavalt määrustikulistele erinevustele 3 gruppi.

I. Selles grupis on keelatud haarded jalgadest, samuti heited üle jala.

Moldaavia maadlus (tronte - dräpte) leiab Moldaavias laialdast harrastamist. Võistluskohaks on tavaliselt rohuga kaetud ca 10-meetrilise läbimõõduga maa-ala. Riietuseks on linane särk ja püksid ning tugevast pehmest riidest vöö-särp. On lubatud haarata vööst, kätest ja sülisti (haare õmber rindkere ja kää). Ülejalahaited ja haarded altpoolt

vööd on keelatud. Maadluse kestust pole piiratud. Võidu saavutamiseks tuleb vastane heitega õlgadele seljatada.

Tatari maadlus (kurjašš). Maadluskohaks on rühuplats, mis on piiratud 10-meetrilise läbimõõduga ringiga. Maadlus toimub tavalises riietuses. Sellele seotakse vöö või käterätik. Vööst on lubatud haarata vaid külgedelt. Kõhu ja selja kohalt on vööhaare keelatud. Käterätik asetatakse vastasele ümber vöö, haaratakse otstest ja vastast tugevasti enda vastu tõmmates tõstetakse ta üles ja heidetakse selili. Nõudeks on, et heitja laskuks koos vastasega murule. Ülejalaheited on keelatud. Maadluse ajaks on 15 minutit.

Usbeki maadlus (kurašš), Võistlus toimub kas spetsiaalsel maadlusmatil või murul. Võistleja riietuseks on pikk tikiitud rahvapärane mantel, millele lõdvalt seotakse vöö. Võistlust alustades haaratakse parema käega vastasel selja kohalt vööst ja keeratakse see ümber kämbla. Kogu võistlusaja kestel ei tohi vööd parema käe haardest vabastada. Vasaku käega võib vööst haarata ükskõik kust kohast, samuti võib ka vöö haardest vabastada või jätta vasaku käe haare tegemata. Võistlus algab traditsioonilise soojendustantsuga rahvapärase muusika saatel. Võidu saavutamiseks tuleb vastane heita selili nii, et ta kukuks korraga mõlemale õlale. Matileheidetud vastase selilipööramist võiduks ei loeta.

Vene sülitismaadlus. Üldiselt kasutatakse seda maadlusviisi tunduvalt vähem kui eelmisi rahvusmaadlusi. Maadlus toimub harilikus riietuses liival või rohuga kaetud maapinnal. Võistluse algul võtavad maadlejad teineteist sülitshaardesse (parem käsi haarab üle õlavarre, vasak käsi vööst nii, et saab käed vastase seljal seostada). Sellist haaret tuleb hoida kuni võistluse lõpuni. Võidu saavutamiseks tuleb vastane jõulise pöördega või heitega seljatada. Maadluse aeg oli varem piiramatu. Nüüd on võistlusaja kestvuseks 15 minutit.

II. Siia gruppi kuuluvad maadlusviisid, mis lubavad vastase võitmiseks kasutada jalgade kaasabi, nagu ülejala-

heited jne. Haardeid kätega võib sooritada vaid ülalt-poolt vööd.

Vene jahimehemaadlus. Vene rahvapärane maadlusviis, mida laialdaselt harrastavad jahimehed. Selles maadlusviisis on lubatud teineteisel haarata vööst, käisest või kuue (kaftani) kraest ühe või kahe käega. Maadluses kasutatakse peamiselt ülejalahaiteid. Kallutades vastast kõrvale, lüüakse jala-põlaga tema jalga alt ära. Maadluse kestus ei ole piiratud.

Eriti kuulsad selles maadluses olid Moskva maadlejad, kelle kohta rahvasuus kujunes kõnekäänd: "Emake-Moskva lööb jalaninaga". Seda rahvapärast vene maadlust esineb vene rahva hulgas veel praegugi.

Kasahhi maadlus (kurešš). Kasahhi rahvapärane maadlus. Maadluskoht - muruplats või spetsiaalne matt. Riietus - rahvapärane pehme vööga halatt. On lubatud maadelda ka maadlustrikoos või spordipükstes ilma halatita, kuid vööga. Võistlust alustades haaratakse teineteisel vööst. Võit määratakse maadlejale, kes käsi vöö küljest vabastamata heidab vastase selili. Selles maadlusviisis on lubatud kasutada ülejalahaiteid. Haarded riietest on keelatud. Maadluse kestuseks on 15 minutit.

Kirgiisi maadlus (kurešš). Kirgiisi rahvapärane maadlus. Maadluskoht on rohuplats või spetsiaalne matt. Peamiseks riietusesemeks on rahvapärane pehme vööga halatt. Vastast on lubatud haarata vööst ja halati igast kohast ülaltpoolt vööd. Samuti on lubatud sooritada ülejalahaiteid. Maadluse kestuseks on 10 minutit. Võidu saavutamiseks tuleb vastane heita murule kas ühele või kahele õlale või "silda".

Turkmeeni maadlus (gorešš). Turkmeeni rahvapärane maadlus. Maadluskoht - rohuplats või spetsiaalne matt. Riietus - lühike, põlvini ulatuv rahvapärane halatt, mis pealt seotud pehme vööga. Vastast on lubatud haarata vööst ja halatist ülaltpoolt vööd. Võitja peab oma vastase heitma selili. Ülejalahaited on lubatud. Maadluse kestus pole määritletud.

Gruusia maadlus (tšidaoba). Gruusia rahvapärane maadlus



Joon. 1. Gruusia maadlus.

Maadlus toimub spetsiaalsel maadlusmatil. Riietuseks on spetsiaalseid kuued, mida rahvapäraselt kutsutakse "tšohha".

Tšohha on lühike pehme vööga purjeriidest või puldanist kuub, mille silud (hõlmad) keeratakse taha ja seotakse selja pealt kokku. Tšohhale seotakse vöö. Maadlejatel on lubatud teha võtteid tšohha igast kohast ülaltpoolt vööd. Samuti on lubatud ülejalahaiteid.

Võiduks peab vastase heitma matile selili, teda tagantjärele surumata ja pööramata. Maadluse kestvus 5 minutit. Seljavõidu mittesaavutamise korral selgitavad kohtunikud võitja aktiivsuse järgi. Võitu aktiivsusega loetakse poolvõiduks.

Maadlus viiakse läbi rahvapärase muusika saatel. Armeenia maadlus (kohh). Selles armeenia rahvapärase maadluses on võistluskohaks rohuplats või spetsiaalne matt. Riietus on sama mis gruusia maadlusegi juures - spetsiaalne vest - pehmest riidest vööga (tšohha).

Võitja peab heitma vastase matile selili, teda tagantjärele surumata ja pööramata. On lubatud teha haardeid vööst ja tšohhast ülaltpoolt vööd. Samuti on lubatud ülejalahaiteid. Maadluse kestvus pole piiratud, kuna maadlus harilikult üle 5-10 minuti ei kesta.

Moldaavia maadlus (trõnte-kupedike). Moldaavia rahvapärase maadluse teisend. Maadluskoht - rohuplats. Riietus - harilik linane särk ja püksid pehme vööga - särbiga. On lubatud haarata vööst ja sooritada ülejalahaiteid. Võidu saavutamiseks tuleb vastane heitega seljatada. Eelnevalt

mahaheidetud vastase selilipööramist võiduks ei loeta. Maadluse kestvus pole piiratud.

III. Selle grupi maadlusviise iseloomustavad haarded altpoolt vööd, kusjuures kasutatakse ka mitmesuguseid jalgavõtteid.

Vaatamata erinevusele riietuses (ühtedes maadlusviisides maadlejate ülakeha on paljas, teistes panevad nad selga spetsiaalse kuue), on ühtseks atribuudiks vöö, millest haaratakse kinni. Kuna partermaadlust ei toimu, tuleb kõik võtted sooritada püstitasendist.

Selesse gruppi kuuluvad: tadžiki (buhhaara gušti), tuva (kurešš), mongoolia (barilda), jakuudi (hopsagai), turkmeeni vaba (hüva) ja usbeki(buhhaara)maadlus.

Tadžiki maadlus (buhhaara gušti).

2



Joon. 2. Tadžiki maadlus.

Tadžiki rahvapärane maadluse teisend. Kultiveeritakse peamiselt Buhhaara tadžiki rahva hulgas. Riie- tus - rahvapärane ha- latt vööga. Maadluses rööbiti ülejalahaite- ga kasutatakse võt- teid haardega pükstest reie kohalt, kuid mit- te altpoolt põlvi. Need haarded kutsuvad tihti esile arusaamatu- si ja rahulolematust.

Võiduks loetakse vastase heitmist või mahaviimist sel- jaga allapoole. Maadluse kestus pole piiratud.

Tuva maadlus (kurešš). Tuva rahvapärane maadlus. Maadlus- koht - rohuplats, mis pole suuruselt piiratud. Maadlejate riietus koosneb tugevatest lihastest spordipükstest, mil- le vöö ja ääred on tihti nahast. Jalas on spordipüksid, selga tõmmatakse spetsiaalne kuub - "sodak", mis koosneb



Joon. 3. Tuva maadlus.

ainult seljaosast ja käistest. Kuub kinnitatakse eest valgete naharibadega. Maadelda on lubatud ka ilma vöeta. Vastast võib haarata vööst, spordipükstest ja kõigist kehaosadest. On lubatud sooritada ka ülejalahaiteid.

Peale seljatamise loetakse võiduks ka maa puudutamist nelja kehapunktiga (vastane on viidud parterasendisse). Maadluse kestvus pole piiratud. Mongoolia maadlus (barilda). Mongoolia rahvapärane maadlusviis. Riietus sama nagu tuva maadlejatel. Ilma vöeta, mida nimetatakse "udak", pole lubatud maadelda. Võtete määrused samad, mis tuvagi maadluses. Kaotuseks loetakse maa puudutamist kehapunktiga.

Jakuudi maadlus (hapsagai). Jakuudi rahvapärane maadlus. Maadluskoht - rohuplats, mis pole suuruselt piiratud. Maadlejate riietus koosneb spordipükstest (bandaža) ja pehmeist jalatseist. On lubatud teha võtteid vastase igast kehaosast, kerest ja jalgadest. Samuti on lubatud kasutada ülejalahaiteid. Võit antakse vastase heitmisel seelili, kõhuli, külili ja istesse. Maadluse kestvus pole piiratud.

Turkmeeni vabamaadlus (hüva). Võistlus toimub samade reeglite järgi nagu jakuudi maadluses. Sama võib öelda ka usbeki (buhhaara) maadluse kohta.

Aserbaidžaanilise maadlus (gülešš), Aserbaidžaanilise rahvaste rahvapärane maadlus. Maadluskoht - rohuplats või spetsiaalne matt. Maadlejate riietus - tugevad, spetsiaalse löi-



Joon. 4. Aserbaidžaaani maadlus. kasutada kätehaardeid kerest, jalgadest ja

pükstest ning sooritada võtteid jalgade kaasabil.

Võiduks on vaja vastane suruda mõlemale õlale. Võistluse kestvus 15 minutit. Võidu võib anda ka suurem arv punkte ja aktiivsus. Üleseljarullumist ja hetkelist mati puudutamist seljakaotuseks ei loeta.

ÜLDRAHVALIKUD MAADLUSVIISID.

Mitmes riigis harrastatakse rahvusvaheliste maadlusviiside - klassikalise, džuudo ja vabamaadluse - kõrval kogu maal suurt populaarsust võitnud maadlusviisi. Nii näiteks on NSV Liidus väga populaarne ja kõigis liiduvabariikides harrastatav maadlusviis - sambo, jaapanlaste üldrahvalikuks maadlusviisiks on sumo, džudžitsu jt. Ajaloost teame, et üldrahvalikud maadlusviisid olid juba Vana-Idamaa kultuurriikides Egiptuses, Kreekas jne. Mitmed rahvalikud maadlused on aegade jooksul kadunud või asendunud teiste maadlusvormidega, kuid mõned maadlusviisid on püsinud sajandeid väga populaarsetena (jaapani sumomaadlus).

Sumomaadlus.

Jaapanis on tänapäevani väga populaarne sumomaadlus, mille alged ulatuvad sajandite hämarusse. Sumo tähtsusest jutustab järgmine legend.

Legendi järgi peitnud päike end koopasse ega olevat tahtnud maad valgustada. Inimesed katsetanud päikese tagasitoomiseks tuhandeid vahendeid, kuid kõik olnud tagajärjeta. Siis teinud keegi ettepaneku korraldada maadlusvõistlused päikese väljameelitamiseks. Päike ilmunudki koopast välja maadlusvõistlusi jälgima. Niipea, kui päike koopast lahkunud, suletud selle sissepääs kividega. Tollest ajast kuni tänapäevani täidab päike korralikult oma kohuseid.

Sumovõistluste läbiviimiseks märgitakse liivale 5-meetrilise läbimõõduga ring. Ringi keskohta asuvad sumomaadlejad ehk sumotorid, kes võidu saavutamise eesmärgil püüavad teineteist ringist välja lükata. Kuigi selleks kasutatakse väljakujunenud ja määrustega lubatud tehnilisi võtteid (neid on 48), omab suurt tähtsust võistleja kehakaal. Nii väidetakse, et 1650.a. tugevaim sumomaadleja Akashi olnud 2 meetrit 25 cm pikk ning kaalunud 185 kg. 1939. aastal võttis Jaapani sumomaadluse meistri-võistlustest osa maadleja Devagateke, kes kaalus 205 kg ja oli 1 meeter 98 sentimeetrit pikk. Noorukid, kes tahavad saada headeks sumomaadlejateks, peavad suure kehakaalu saamiseks tugevasti toituma ja sooritama mitmesuguseid kehalisi harjutusi osavuse, kiiruse ja jõu arendamiseks. Vastupidavuse osatähtsus on väike, kuna sumovõistlus kestab tavaliselt vaid ühe minuti piirides.

Sumomaadlejate ainsaks riietuseks on võrdlemisi pikk ja lai pehmest riidest vöö, mis jalgade vahelt ja puusade ümbert seotuna moodustab omapärase bandaaži. Võistlustalustades tõusevad sumomaadlejad ehk sumotorid ja lähivad neile määratud nurkadesse, kus tehakse traditsiooniline suuloputus. Järgnevalt haaratakse soolakorvidest pihu-

ga soola, mis külvatakse maadlusringile. Selline tegevus peab sümboliseerima puhtust ja on seotud usukommete täitmisega. Järgneb tseremoonia naljakamaid osi - eelsoojendus, mis koosneb jalgade ette-kõrvale tõstmisest, nende pingega mahaasetamistest ja teistest rituaalidest. Nüüd asutakse ringi keskele, võetakse võistlusasend ja alus-

5



Joon. 5. Sumomaadlejad võistlusasendis.

tatakse vastase ringist väljaheitmist või seljatamist. Selles maadlusviisis on valu ja vigastusi tekitavad võtted keelatud. Võidu saavutamiseks piisab, kui vastane on sunnitud ükskõik millise kehaosaga väljaspool ringi maad puudutama.

Pärast iga paari maadlemist pühitakse ringi pind hoolega puhtaks. Ringikohtuniku tegevus on raske, eriti oli see raske varasematel sajanditel. Tema otsust võitja suhtes, kui see juhtus olema ekslik, võidi tühistada kõrvalistuvate abikohtunike poolt, kes tavaliselt olid endised maadlejad ja head määrustetundjad. Sajandeid tagasi pidi kohtunik vale otsuse põhjal tegema endale sealsamas rahva ees h a r a k i r i, s.o. lõikama endal väike-

se kõvera mõõgaga kõhu lõhki ristikujulise lõikega, mis tavaliselt lõppes surmaga.

Varasematel aegadel loobiti võitjatele poolehoiu-avaldusena lillede asemel kübaraid, mantleid, vihmavarje, raha ja muid esemeid. Tavakohaselt toimetasid sumotorid kingitud esemed järgmisel päeval võimalust mööda omanikule tagasi, kasseerides nende eest esemete omanikelt väikesi rahasummasid. Tänapäeval piirduakse võitjate autastamisega vaid mälestusesemetega.

Jaapanlaste suurt huvi maadlusspordi vastu näitab kujukalt mitmete maadlusviiside võrdlemisi laialdane harrastamine ja nende väga suur populaarsus. Nii on Jaapanist võrsunud džudõitsu ja džuudo omandanud rahvusvahelise tähtsuse, kusjuures džuudo võeti 1964. aastal Tokios toimuvate olümpiamängude kavva. Jaapanlased esinevad küllaltki edukalt ka ülemaailmselt harrastatavates maadlusliikides - klassikalises ja vabamaadluses.

Sambomaadlus.

Sambo on Nõukogude Liidus laialt tuntud maadlus-spordiala, mille harrastajaid leidub kõigis liiduvabariikides. Erilise populaarsuse on ta võitnud NSV Liidu lõunarajoonides (Gruusia, Aserbaidžaan jt.). Kuigi sambot süstemaatiliselt arendama hakati alles hiljuti, on ta kiiresti levinud kõigis liiduvabariikides.

Pärast Suurt Oktoobrirevolutsiooni hakati sambo-maadlust NSV Liidus arendama ja täiendati teda tunduvalt Gruusia, Aserbaidžaan ja teiste liiduvabariikide rahvusliku maadluse võtetega. 1930.a. võeti sambo Moskva Keek-Kehakultuuri Instituudi õppekavva ja alustati selle eriala treenerite ettevalmistamisega. Tingituna selle spordiala hoogsast arengust organiseeriti 1935.a. Üleliidulise Kehakultuuri- ja Spordikomitee juurde sambo-sektsioon, kes töötas välja ühtse õppekava ja ühtse

võistlusriietuse ning täiendas sambomaadlust uute võtete-
tega. Viidi läbi sambotreenerite kursused ja 1937.a. kut-
suti kokku teaduslik konverents, kus töötati välja sambo-
maadluse põhireeglid ja pandi alus selle spordiala aren-
damisele. Esimese suurema üritusena viidi 1938.a. lõpul
Bakuus läbi kuue linna vahelised sambovõistlused, millest
võtsid osa Moskva, Leningradi, Kiievi, Harkovi, Saraatovi
ja Bakuu meeskonnad.

Esimesed NSV Liidu individuaalsed meistrivõistlu-
sed korraldati 1939. aastal Leningradis. Sellest ajast
alates viiakse igal aastal läbi NSV Liidu sambomestri-
võistlused, milledele tavaliselt eelnevad liiduvabariikide
esivõistlused. Nõukogude sambomaadlejad on suure eduga
esinenud ka paljudel rahvusvahelistel džudovõistlustel.
Sambisti (sambomaadleja) riietus koosneb lühikestest püks-
test või maadlustrikoost, valgest puuvillasest riidest va-
rukatega kuuest ja pehme tallaga maadlussaabastest. Võist-
lus toimub tavalisel maadlusmatil, mille suurus aga ei

6



Joon. 6. Sambomaadlus.

tehi olla alla 6 x 6 meetri, kusjuures mati paksus võib olla 5-20 sentimeetrit. Matti piirab vähemalt 3 cm paksune ja 1 meetri laiune pehme võõnd.

Sambovõistlused toimuvad noorte, juunioride ja täiskasvanute klassis, kusjuures võistlusaeg võib vastavalt võistlusjuhendile kõikuda 4-10 minutini. Võistlusmäärustega on lubatud kasutada ka kõiki klassikalise ja vabamaadluse võtteid, haardeid kuuevarukatest, heiteid ja valuvõtteid. Valuvõtteid võib sooritada ainult pärast matile kukkumist, püstiasendis valuvõtete kasutamine pole lubatud. Keelatud on kõik hingamist takistavad ja viigastusi tekitavad võtted: löögid, haarded sõrmedest, varvastest jms. Võistluse tulemuseks võib olla kas puhas või punktivõit. Puhtaks võiduks loetakse kas vastase seljatamist või siis alistamist valuvõtte abil. Seljavõitu arvestatakse ainult sel juhul, kui maadleja heidab vastase püstiasendist selili, jäädes ise jalgadele. Ilmse üleolekuga võit on siis, kui vastasest on vähemalt kuus punkti rohkem. Punktivõidu puhul aga peab maadleja vastast võitma 2-5-punktilise edumaaga. Võit väikese üleolekuga määratakse juhul, kui punktide vahe on alla 2 punkti. Võrdse punktide seisu korral hinnatakse võistlejate aktiivsust (heidete arv jne.), mis võimaldab võitjat selgitada. Vastavalt sportlikule klassifikatsioonile omistatakse võistlustulemuste põhjal maadlejatele vastav järk noortejärgust alates kuni meistersportlase nimetuse andmiseni.

Džudõitsu.

Džudõitsu - Jaapanis väljaarendatud enesekaitseüsteem, kus peale maadlusvõtete rakendatakse hulgaliselt valuvõtteid. Tema tekke kohta on küll mõningaid eriarvamusi, kuid enamik spordiajaloo uurijaid väidab, et džudõitsu pärineb Hiinast ja on mitu tuhat aastat vana. Jaapanisse sissetooduna muutus ta samuraide hulgas peagi populaarseks, jättes tahaplaanile seni laialdaselt harrastatud

möögakunsti-kendo. Kuni möödunud sajandi keskpaigani har-
rastas džudžitsut peamiselt aadliseisus. Alles pärast 1882.
aastat, kui professor Jigaro Kano asutas Tokios esimese
džuudokooli, hakkas see spordiala lihtrahva hulgas laial-
daselt levima. Enesekaitseüsteemina omab džudžitsu ra-
kenduslikku tähtsust korrakaitseteenistuses ja enesekait-
seks röövimise, vägistamise, relvata ja relvaga kallale-
tungi korral. Vastase kahjutukstegemiseks, kinnihoidmiseks
ja transportimiseks rakendatakse maadlusvõtete kõrval hin-
gamist takistavaid ja valutekitavaid võtteid keha tund-
likesse kohtadesse. Valuvõtetena kasutatakse liigaste üle-
määraseid painutusi, lööke ja pigistamisi. Tehnika edu-
kas rakendamine tugineb kiirusele, painduvusele, julgusele,
otsustusvõimele ja leidlikkusele.

Džudžitsu levis Jaapanist Ameerikasse, Itaaliasse, Sak-
samaale, Hollandisse, Belgiasse ja Prantsusmaale. Peale
selle rakendati teda peagi kõikide maade politseikooli-
des, kus ta moodustas tähtsaima õppeaine. Džudžitsut õpe-
tatakse ka kõikide riikide sõjavägedes ja mitmetes spet-
siaalkoolides. Hästi on välja õpetatud Jaapani enda po-
litsei, kes tarvitab relva vaid tõsisematel juhtumitel.

Džuudo.

Džuudo on jaapanlaste rahvuslik spordiala, mis on
arendatud enesekaitseviisist - džudžitsust. Professor Jigaro
Kano täiendas džudžitsu tehnikat, andis välja uued võist-
lusmäärused, millega keelati vigastusi tekitavad võtted,
ja nimetas siis seda spordiala džuudoks (õrn teadus). Džuuo-
do arengule ja levikule pani aluse 1882. aastal Tokios prof.
J. Kano poolt asutatud džuudokool. Jaapanist kandus džuu-
do üle kogu maailma, võites oma suure rakenduslikkuse tõttu
laialdase poolehoiu. Inglismaal hakkas see spordiala are-
nema 20. sajandi algul. 1951. aastal asutati ülemaailmne
džuudoföderatsioon (Federation Internationale de Judo),
kuhu kuuluvad neli suurt regionaalset liitu: Euroopa,

Pan Ameerika, Aasia ja Okeania. Need omakorda ühendavad endis üle 30 riigi džuudomaadlejaid. Suurimaks regionaalseks organisatsiooniks on Euroopa džuudoliit, kuhu on koondunud 18 maad. Esimesed Euroopa meistrivõistlused viidi läbi 1951. aastal, kus edukamalt esinesid prantslased, hollandlased ja inglased. Igal aastal korraldatakse džuudos ka maailmameistrivõistlusi. Džuudo suurest populaarsusest räägib seegi, et ta 1964. aastal võeti Tokio olümpiamängude kavva.

Džuudol on palju ühiseid jooni NSV Liidus harrastatava samboga. Nagu sambos, nii saab ka džuudos vastast võita valuvõtetega, punktidega jne.

7



Joon. 7. Džuudomaadlejad.

Džuudomaadleja rõivastuseks on lühikeste varukatega kuub (kimono) ja pikad püksid (zuboon). Keha ümber seotakse 4 sm laiune vöö, mille värvus tavaliselt oleneb võistleja kvalifikatsioonist. Võistlejad jaotatakse kahte suurde gruppi : õpilased (kyud) ja meistrid (danid). Jaotamisel arvestatakse võistlejate kvalifikatsiooni, teadmisi ja käitumist igapäevases elus.

RAHVUSVAHELISTE MAADLUSVIISIDE - KLASSIKALISE JA
VABAMAADLUSE - KUJUNEMINE JA ARENEMINE .

Maadlusspordist antiikajal

Maadlusest kui armastatuimast spordist kõnelevad kõigi aegade rahvaste eeposed. Egiptuse püramiidid, assüüria kiilkirjad, babüloni kivitahvlid, hiina legendid, ruunikirjad jne. pakuvad meile selgeid pilte kunagisest maadlusspordist ja selle võtteist.

Vana-Idamaa riikides ja Antiik-Kreekas kasutati võitja selgitamiseks kahesugust printsiipi: vastane tuli kas maha heita või suruda ta mõlemale õlale. Võtteid lubati sooritada kas ainult peast kuni puusadeni või ilma mingisuguse piiramiseta.

Peaaegu samasugused maadlusviisid on üle aastatuhandete jõudnud ka meieni: vastane tuleb kas ainult maha paisata (peamiselt mitmesuguses rahvuslikus maadluses) või suruda ta õlgadele (peamiselt rahvusvaheliselt levinud maadlusviisides). Võtete piiramist kas peast kuni puusadeni või nende mittepiiramisest on praegusel ajal välja kujunenud kaks peamist rahvusvahelist maadlusviisi - klassikaline maadlus ja vabamaadlus.

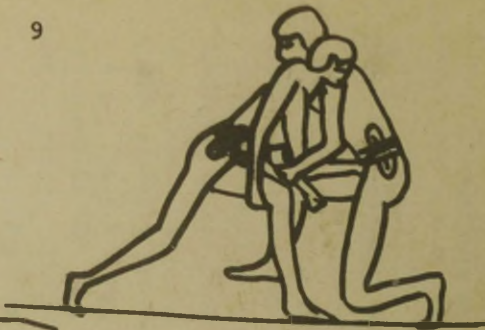
Et saada selgemat ettekujutust maadlusest kauges minevikus, vaatleme mõningaid maadlusvõtete sugemeid, mis on säilinud meie ajani.

Vana-Egiptuses harrastatud maadlusest kõnelevad kõige selgemalt keelt hulgalised joonised Beni Hassani hauakambril. Neil näeme mitmesuguseid püsti- ja partermaadluse võtteid: eest- ja tagantvööd, kätest, kerest ja jalga-dest haaramisi ja ka midagi sillategemise taolist. Võib järeldada, et Vana-Egiptuses harrastatud maadlusviis sarnanes vabamaadlusega, kusjuures vastane tuli suruda õlgadele. Maadlemisel kanti ainult kitsast vööbandaži. Need joonised on pärit 2600 aastat e.m.a., seega ligi 5000 aastat tagasi.

8



9



10



11



Joon. 8 - 11. Maadlus Vana-Egiptuses (Beni Hassani hauakambri jooniste järgi).

Ka hindud, kes samuti umbes 3000 aastat e.m.a. maadlesid Hinduse orus, kasutasid võrdlemisi suurel määral praeguse vabamaadluse peamisi võtteid. Kõigi tundemärkide järgi ei erinenud ka muistsete pärslaste maadlus egiptlaste omast. Et vanal ajal harrastasid maadlust ka juudid, sellest on juttu piiblis. Ka etruskide vaasidel leidub jooniseid, mis meenutavad praegust maadlust.

Maadlusest ja maadlusvõtteist jutustavad peaaegu kõigi rahvaste legendid ja eeposed. Neid leiame Mehhiko inkade juurest, vanadest vene rahvalugudest, skandinaavia saagadest, india eeposest, saksa lugulauludest ja ka Fr. R. Kreutzwaldi "Kalevipojast". Neist pikemalt rääkimata peatume veidi maadlusel Vana-Kreekas ja Vana-Roomas. Nimele sealt tuleb otsida selle maadlussüsteemi kujunemise algeid, mis meie ajani jõudnud klassikalise maadluse nimetuse all.

Maadlus oli Vana-Kreekas vanimaid kehalisi harjutusi. Homerose "Iliases" leiame rohkesti laule sellest, kuidas maadlesid Odysseus ja Aias, Achilleus ja Patrokles jt. Kreeklaste maadlus oli võrdlemisi arenenud ja oma aja kohta võteterikas. Maadlejad kandsid algul väikest nahkpõllet, kuid hiljem jäeti seegi ära, nii et võideldi-võisteldi päris alasti.

Kreeka olümpiamängudel oli maadlus kavas nii iseisva alana kui ka hiljem pentathloni (viievõistlus) lõppalana. Võitlus algas püstiasendis ja kui ühel võistlejal õnnestus vastast ümber kere haarata, püüdis ta teda selili paisata. Võitjaks loeti see, kes teise kolm korda selili paiskas. Hiljem nõuti vastase surumist õlgadele, ja siis arenes välja ka partermaadlus. Veelgi hiljem võeti olümpiamängude kavasse pankration. See oli maadlus, ühendatud rusikavõitlusega. Vastast võis maha heita, talle rusikahoopet jagada, jalgadega lüüa, sõrmi väänata ja hullematki teha.

Kõige juures peab aga märkima, et sport oli Kreekas nagu ka teistes orjandusriikides ainult valitseva klassi harrastuseks oma võimu tugevdamise eesmärgil. Algul oli

sport n.ö. amatöörne, sest jõukad valitsevad klassid võisid võidelda ainult au pärast. Kui aga võitlejaile hakati andma peaaegu muinasjutulisi autasusid, tekkis nn. professionalism. Ühtlasi räägitakse paljudest mägikarjustest ja teistest rõhutud klassi esindajaist, kes professionismi ajal said kuulsaks maadlejaks.

Alistades Kreeka ja võttes suurel määral üle tema kultuuri, võtsid roomlased üle ka kreeklaste maadlus-kunsti. Nagu kirjutab Ovidius, oli maadlus Vana-Roomas suuresti levinud, olles kehalise kasvatus vahendiks peamiselt rooma sõdureile. Esmakordselt kõneldakse maadlusvõistluste korraldamisest Marcus Fulviuse poolt 186. aastal e.m.a. korraldatud pidustustel. Auahnuse pärast esinesid maadlusareenil isegi imperaatorid, kuid neid võita ei tohtinud. Hiljem muutus maadlus peamiselt orjade-gladiatorite spordiks, kusjuures võideldi elu ja surma peale. Gladiatorid allusid rängele treeningule. Nende ridadest tõusis esile kuulus S p a r t a c u s, kes juh-tis orjade ülestõusu, mis tõsiselt ähvardas Roomat. Spar-tacus oli kolossaalse jõuga ja üks parimaid maadle-jaid.

Gladiatoreil kujunes välja täielik maadlusmääruste ja -võtete koodeks, mis osaliselt pärines kreeklastelt, osali-selt aga endi poolt välja töötatud vastavalt võistlus-tingimustele tsirkuse areenil, kus võistlejat alati ähvar-das surm. Roomlaste maadlusport kujunes toore iseloo-muga vabamaadluseks, kus vastane tuli suruda väljapääsma-tusse olukorda selili. Hiljem see maadlusviis veidi pehmenes.

Gaius Julius Caesari sõjakäikude ajal (viimasel sa-jandil e.m.a.) Galliassa korraldasid roomlased võidupidus-tustel ja puhkuse ajal igasuguseid mängu. Tähtsal kohal nende hulgas oli maadlus. Algul roomlased võistlesid oma-vahel, kuid hiljem hakkasid välja kutsuma ka kohalik-ke tugevamaid mehi. Maadlus Rooma riigis oli Caesari kait-se all ja seda propageeriti ka anastatud maades. Et aga maadlusport on kõigile rahvastele n.ö. ligilähedane, oli alus maadluse arenguks ka gallialaste hulgas. Nad lihtsalt

täiendasid oma maadlust kõige sellega, mida õppisid roomlastelt. Nii juhtus, et kui roomlased hiljem Galliast lahkusid, jäi nende maadluskunst seal püsima. Gallialaste ja roomlaste maadluskunsti ühtesulamisest kujunes pikapeale maadlusviis, mida praegu tunneme klassikalise maadlusena, paljudes riikides aga tänapäevani kreeka-romaa maadluse nimetuse all. Klassikalise maadluse nimetus võeti Nõukogude Liidus tarvitusele alles 1948. aastal. Selle maadlusviisi juured ulatuvadki tegelikult klassikalisse aega.

Maadlusspordist keskajal.

Keskajal oli jõul samuti väga suur tähtsus, sest seda nõudsid raske relvastuse kandmine ja külmrelvade käsitlemine. On loomulik, et keskaja rüütelkond kui sõjaline seisus, kelle käes oli võim ja kes oma valitsevat seisundit rahvahulkade üle säilitas relva jõul, suhtus suure tähelepanuga oma noorte sõjalisse ning kehalisse kasvatusse.

Levinuimaid kehalisi harjutusi rüütliagadel oli vehklemine. Nii oli ka maadlus seotud vehklemisega, kus võitlejail oli ühes käes mõök ja teises lühike oda. Eeskätt tuli vastasel relvad käest lüüa ja siis teda võita maadlemisega. Hiljem maadlus eraldus vehklemisest.

Nagu nõukogude pedagoogikakandidaat F. Samoukov spordiajaloolises kirjutises "Keskaja rüütelkonna kehaline kasvatus" märgib, oli maadlus rüütlite hulgas peaaegu niisama laialdaselt levinud kui vehklemine. Seejuures ütleb F. Samoukov, et tuleb märkida mitte ainult selle vanaaja spordiala edasist arengut, vaid ka huvitavat fakti, et maadlusvõtted omakorda avaldasid mõju sõjaasjandusele.

Sõjaasjanduses rakendatavad võtted kandsid nimetust "vabalt maadlemine" või "maadlus elule ja surmale". Kui turniiril langes rüütli all hobune, murdus tema mõök või piik (oda), algas vastaste vahel rinnutsiheitlus. Nii-suguses "vabamaadluses" kasutati mõistetavalt sääraseid puht võitlusvõtteid, nagu käte ja jalgade murdmist, rusika-

ja küünarnukilööke näkku, kubemesse ja teistesse õrnadesse kohtadesse, torkamist silmakoopasse, kitkumist juustest ja hammustamistki.

Seoses sellega, et püssirohu leiutamiseega kahanes külmalrelva osatähtsus, suurenes XVI sajandi paiku ka maadluse osatähtsus. Koos keskaja mitmete teiste sõjaliste spordialadega suri välja ka eespool kirjeldatud "vabamaadlus".

Kui rüütlid seni harrastasid maadlust koos relvade kasutamiseega, pidas lugu puhtal kujul maadlusest lihtrahvas, kellel oli keelatud kanda relvi ja kasutada hobust - see oli valitseva klassi eesõiguseks. Oli kahe sugune kehakultuur : üks ekspuateriva klassi oma, teine aga oli oma ne ekspuaterituile. Nii on kroonikute järgi teada, et laadadel oli rahvalõbustustel tähtsal kohal maadlus, milles esinesid erilised elukutselised jõumehed. Nad demonstreerisid oma jõudu ja osavust, kutsusid välja rahva hulgast endale vastaseid jm.

Ka rüütelkonna sõjalis-kehalise kasvatuse süsteemis hakati harrastama puhtsportlikku maadlust, millel oli teatav sarnasus praeguse maadlusega. Rüütlivõsudele õpetasid maadluskunsti juba nende poisiaastail spetsiaalsed maadlusmeistrid.

Võrreldes "vabamaadlusega" polnud sportliku maadluse võtted nii elukardetavad, koosnedes peamiselt haardeist, heiteist ja jalatahapanekuist. Enne heitlust võeti mõnikord maha üleriided, jäädes ainult lühikestesse pükstesse. Maadeldi mingisugusel piiratud murul, liival või ruumis.

Sportliku maadluse kohta X-XIII sajandini pole kahjuks kindlaid andmeid. Et seda siiski harrastati, võib oletada XV sajandi allikate järgi. Uute, varem tundmatute võtete kirjeldamisel kritiseeritakse nendes allikates vanu, hüljatud võtteid. Kus aga kirjeldatavaid võtteid ei vastandata vanadele võtetele, seal peab arvama, et need pole uued, vaid ammuloodus ja praktikas sanktsioneeritud võtted. Toodu järgi võib suure tõenäolisusega kindlaks teha maadlusvõtteid,

mida kasutati X-XIII sajandini. Nii oli kindlasti üheks niisuguseks võtteks e e s t v ö ö . Samuti saab kindlaks teha, et tolleaegses maadluses oli lõppeesmärgiks vastase paiskamine maha, mitte aga tema seljatamine. See muidugi nõudis asendina püstimaadlust.

Üldiselt oli keskajal sportlikus maadluses kasutusel kaks maadlusviisi. Üheks oli maadlemine jalgade kasutamise, mitmesuguste heidete ja löökidega. Teine oli rohkem jõumaadlus, meenutades näiteks sületsimaadlust ja praegust klassikalist maadlust, kuid tooremal kujul.

Maadlusspordist uusajal.

Paljud autorid väidavad prantsuse materialistide ja valgustajate mõju kehalisele kasvatusel XVIII sajandil. Hakati esile tõstma inimese füüsiliste ja vaimsete võimete arendamise tähtsust. Eriti suurt mõju avaldasid J.J.Rousseau filosoofilised ja pedagoogilised ideed. Kehalisele kasvatusel vaatas Rousseau kui inimese vaimse, töö- ja sotsiaalse kasvatuselisele.

Mis puutub otseselt maadlusspordisse, siis olid eeskätt Prantsusmaa tolleaegsed progressiivsemad õpetlased ja arstid need, kes hakkasid maadlust teaduslikult uurima. Roomlaste ja gallialaste ühtesulanud maadlusviisi, mis vahepeal oli edasi arenenud, hakati puhastama igasuguseist tervisele kahjulikest pärandeist. Leiti, et maadlus olevat kaunim ja tervishoiu seisukohalt vastuvõetavam siis, kui võtteid tohib sooritada ainult peat kuni puusadeni. Õpetlased seletasid, et maadlus peab olema kunst, tehnika, kusjuures võidu saavutamine peab olema mõistuse ja kehaliste võimete koostöö tulemus.

Nii tekkis XVIII ja XIX sajandi vahetusel uus maadlusviis, mis suurimat harrastamist leidis eeskätt muidugi Prantsusmaal, peamiselt linnakodanlaste hulgas.

1872. aastal koostasid prantslased Doublie, Christall ja Fornier kindlad maadlusreeglid, kus oli esmakordselt

fikseeritud vastase seljatamise nõue. See oli pöördemomendiks üldse. Seljakaotuse vältimiseks võeti kasutusele "sild", mis omakorda pani aluse rea uute võtete tekkele.

Algul maadeldi veel liival, kuid varsti hakati võitlusareeni katma riide või muu pehme materjaliga. Nii saadigi esimene m a a d l u s m a t t. Võitmiseks oli vaja suruda vastane mõlemale õlale. Seljakaotuse vältimiseks hakati kukkumisel või õlgadele vajumise vältimiseks kasutama kere ja pea tahapainet. Algul oli see juhuslik kaitseabinõu, kuid hiljem hakati juba spetsiaalselt treenima kaela tahapainutamist seliliasendis ja nii kujunes s i l l a t e g e m i n e, ilma milleta praegune maadlus pole mõeldav.

Maadlus oli Prantsusmaal eriti populaarne lõunaproviintsides, kus ilusatel suveõhtutel korraldati võistlusi vabas looduses. Osavõtjad jagunesid noorte, noorukite ja täiskasvanute klassi, kes omavahel, arvatavasti ühes keha-kaalus, konkureerisid. On teada, et Bordeaux's ja Marseille's tegutsesid XIX sajandi keskel koolid, kus õpetati tehnikat, peamiselt küll elukutselistele maadlejatele.

Maadlejale on keelatud:

1. Rusikalöögid ja küünistamine. Juhul, kui löök pole tahtlik ega kujuta endast ohtu partnerile, võib edasi maadelda.
2. Haarata vastast näost, kõrvadest, juustest, kõrist.
3. Haarata vastast altpoolt vööd (jalgadest).
4. Jalga ette või taha panna.
5. Käte ja sõrmede väänamine vastupidiselt nende loomulikele liikumissuunale.
6. Haarata vastane jalgadest, mati äärest või muudest ligidal seisvatest esemetest.
7. Määrida maadluse ajaks keha lõhna- või rasvainetega.
8. Rõhuda vastasele küünarnukkidega, põlvedega kaelale, seljale, kõhule või rinnale, kui vastane on parteris, sillas, külili või selili.

9. Maadluse ajal puhkuseks aega võtta.

Enne võistluse algust peavad vastased teineteist ter-
vitama.

Võidab see, kes paneb vastase korraga mõlemale õlale.

Prantsuse maadluse kandsid rändtsirkustes esinevad at-
leedid ka teistesse Euroopa riikidesse. Selles maadluses ei
lubatud kätega jalgadest haarata. Sellist viisi võib pi-
dada tänapäeva klassikalise maadluse otseseks eelkäijaks.
Inglismaal aga võis haarata altpoolt vööd ja sooritada
võtteid jalgadega. Inglismaal harrastatud võistlusviis
levis eeskätt Ameerikasse, kus tänapäevani on maadlusel
laiem kandepind. Ehkki oli välja kujunenud kaks ülemaa-
ilmselt tuntud maadlusspordiliiki, puudus siiski võist-
luste läbiviimisel kindel kord. See võimaldas korralda-
jail määrusi oma suva järgi tõlgendada. Võistlused toi-
musid tavaliselt ühes kehakaalus turniirisüsteemis, kuid
maadluse kestus ja punktide arvestus oli määratlemata.
Sellest tingituna olid paljud tollaegsed maadlejad võrd-
lemisi rasked. Kergematel meestel tuli hiiglastega maa-
deldes toetuda rohkem tehnikale. Tänu sellele kas-
vaski meie maailmameistrite G. Lurichi ja G. Hackenschmidt'i
võitude arv ja kuulsus. Olgu märgitud, et G. Lurich kaalus
84-90 kg ja kuulus tänapäeva mõiste järgi keskkaalu. Ma-
til tuli tal aga kohtuda kuni 200 kg-Ste hiiglastega.

Venemaa maadlusspordi alguseks loetakse 1895.a. Aasta
hiljem koostas V. Põtljassinski esimese venekeelse maad-
lusõpiku. Tehnika tutvustamiseks oli see fotodega illus-
treeritud. Esimese "Ülevenemaaline asjaarmastajate tšempio-
naat" viidi turniirisüsteemis ja ühes kehakaalus läbi
1897.a. aprillis Peterburis kaheksa maadleja osavõtul.

KLASSIKALISE MAADLUSE (PRANTSUSE MAADLUSE) REEGLID REVOLUTSIOONIEELSELE VENEMAAL.

Üldised tingimused:

1. Võistluskoht peab olema küllaldaselt avar, et võistle-
jad võiksid segamatult maadelda. Läheduses ei tohi olla

12



13



14



15



Joon. 12 Ristvööhaare
(üks variante).

Joon. 14. Heide tagantvöö
haardega.

Joon. 13. Käevarreheide.

Joon. 15. Parterrasendist tahatõmme.

16

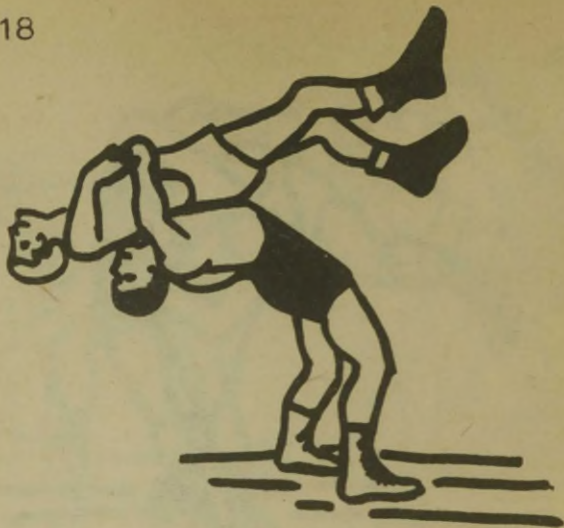


17



Joon. 16-17. Puusaheide,

18



19



Joon. 18-19. Tagantvööheide.

kõrvalisi esemeid. Võistluskoht tuleb katta pehmendava matiga. Liival maadlemise puhul kaetakse see mingi riidega.

2. Riietus - kas üleni trikoo, tavaliselt aga ülakeha jaoks õhuke ilma krae ja kätisteta särk. Alakeha riietuseks trikoo või küllaldaselt laiad ja vabad püksid, mis ei sega jalgade liikumist ega painutusi.
3. Jalanõudeks on pehmed tuhvliid; kotsade ja väljaulatuvate osadega saabaste kandmine maadlemisel ei ole lubatud.
4. Energiavarude kunstlik ergastamine piiritusjookide või muude vahendite abil enne võistlust on keelatud. Muskulite ja vereringe ergutamiseks ja liigete painduvusulatuste suurendamiseks on lubatud 5-10-minutiline harjutamine kerge hantlitega või lihtsalt liikumine enne võistlust.
5. Küüned peavad olema võimalikult lühikeseks lõigatud, habe ja pikad juuksed ei ole soovitatavad, sest nad tihti tekitavad valu.
6. Maadlus loetakse lõppenuks, kui üks vastastest on puudutanud matti üheaegselt mõlema õlaga. Sellises asendis olija loetakse kaotajaks.

Prantsuse maadluses on keelatud:

1. Haarata vastasel näost, samuti juustest ja kõrvadest, samuti kasutada hingamist takistavaid võtteid.
2. Käte painutamine ja väänamine vastupidiselt liigete loomulikule liikumissuunale.
3. Asetada ette jalga, haarata vastast jalast, aga ka seista või istuda parteris oleva vastase jalgadel.
4. Suruda (rõhuda) küünarnukkide või põlvedega vastase kaelale, seljale, rinnale ja kõhule, kui ta (vastane) lamab kõhuli või on sillas.
5. Kõik haarded, mis sarnanevad löökidega, samuti käte eemaldamine löögi abil.



Joon. 20. Pooltangid.



Joon. 21. Ristvööheide
(19.saj.lõpul).

Samadel alustel toimusid ka prantsuse (klassikalise) maadluse võistlused. Ateenas olümpiamängudel 1896. aastal. Seljavõit fikseeriti ainult sellisel juhul, kui vastase mõlemad õlad puudutasid üheaegselt maadlusmatti. Ka esimestel Euroopa meistrivõistlustel klassikalises maadluses 1898. aastal kasutati sedasama süsteemi. Esimeseks Euroopa meistriks tuli eestlane G. Hackenschmidt, kes Viinis seljatas kõik oma vastased.

Alates St. Louis'i olümpiamängudest 1904. aastal hakati võistlejaid jaotama kuude kehakaalu. Samuti hakati selgitama paremaid ka vabamaadluses. On huvitav märkida, et vaba- ja klassikalise maadluse kaalukategooriad olid siis erinevad. Näiteks 1908. aastal võisteldi klassikalises maadluses neljas ja vabamaadluses viies kehakaalus. Ebasel-

gus valitses ka maadlusaja kindlaksmääramisel. Näiteks kestis meie keskkaaallase Martin Kleini heitlus Stokholmi olümpiamängudel 1912.a. soomlase A. Asikaineniga vaheaegu arvestamata 10 tundi ja 40 minutit; Pärast Stokholmi olümpiamänge kehtestati maadlusajaks 40 minutit 2-minutilise vaheajaga 20 minuti järel. Maadlus toimus püsti- ja parterasendis. Maadlusaeg muutus pidevalt vähenemise suunas, jäädes 1928.a. pidama 15 ja 20 minutile, mis jagunes 6(10)-minutiliseks püstimaadluseks, sellele järgneb 3+3 minutit vahelduvat partermaadlust ja 3(4) minutit lõpumaadlust püstitasendis.

UUEMATEST VÕISTLUSMÄÄRUSTEST.

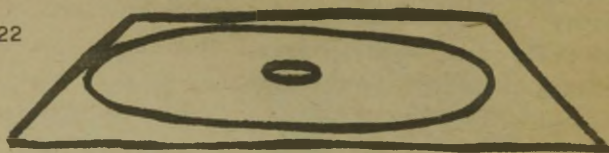
Võistlusmääruste täiendamisele aitas kaasa meie sportlaste astumine 1947.a. Rahvusvahelisse Maadlusföderatsiooni (FILA). Nõukogude Liidus oli juba 1941.a. kehtestatud kindel kord punktide arvestamiseks, mis rahvusvahelises ulatuses leidis rakendamist vahetult enne XVI olümpiamänge.

Võistlusmäärustel on suur tähtsus maadlustehnika ja -taktika edasisele arengule. Sundparter näiteks võimaldas passiivsemat püstimaadlust ja võidu kindlustamise rajamist matši teisele poolele. Eredaks näiteks on kahekordse olümpiavõitja Kristjan Palusalu suurvõit, kes Berliini olümpiamängudel 1936.a. saavutas esikohad nii klassikalises kui ka vabamaadluses peamiselt partermaadluse arvel.

Viimaseil aastail on määrustes Rahvusvahelise Maadlusföderatsiooni poolt tehtud korduvalt parandusi. Nii võeti 1957.a. määrustesse võrdse tulemuse korral viik. Maadluse aega lühendati 12 minutile ja alates 1960.a. 10 minutile. Samuti kaotati ära sundparter ja muudeti kaalukategooriad, mil-liseid nüüd on alates 1969.a. kümme. Kehtivate maadlusmääruste järgi on puhtaks maadlusajaks alates 1967.a. 9 minutit. Iga kolmeminutilise maadluse järel antakse maadlajatele üks minut puhkust. 1971.a. muudeti ka maadlusmatit

mõõtmeid. Maadlused toimuvad nüüd ringikujulisel maadlusmatil, mille diameetriks on 7-9 m, olenedes võistluse tähtsusest.

22



Joon. 22. Ringikujuline maadlusmatt.

1963.a. kehtestatud määruste põhjal arvestati seljavõitu ainult siis, kui üks maadlejaist hoiab teist abaluu-del 2 sekundit. Kohtunik pidi fikseerima kaht sekundit kahe käeplaksuga vastu matti. Enne 1963.a. loeti seljakaotuseks kahe abaluu igasugune üheaegne kontakt matiga. 13. novembril 1969.a. kinnitatud võistlusmääruste järgi fikseeritakse seljavõit juhul, kui võistleja puudutab seljaga (mõlema abaluuga) matti üheaegselt. Seljavõit fikseeritakse arbiitri käelöögiga vastu matti.

Kõik eespool nimetatud parandused ja täiendused võistlusmäärustes on suunatud maadluse aktiviseerimisele, mis kahtlemata hoogustab tehnika arengut eriti püstimaadluses. See nõuab treeneritelt suurt loovat tööd uute võtete ja võttekombinatsioonide väljatöötamisel. Samuti on vajalik senisest suuremat tähelepanu pöörata maadlejate üldfüüsilisele ettevalmistusele peamiselt kiiruslikus vastupidavuses.

Kasutatud kirjandus

1. Becker, V. - Die bedeutesten Ringen der Welt. Berlin 1922.
2. Hancock, B. I. - Dschiu-Dschitsu. Die Quelle Japannischer Kraft. Stuttgart.
3. Jaago, Jaan - Mälestused. Tallinn 1928.
4. Kursman, N. - Maadluse õpperaamat. Tallinn 1938
5. Lehmente, H. - Painin historia, Toinen uusittu ja lisätty painos Helsinki Kustannusosakeyhtio. Otava 1939.
6. Määrustik-käsiraamat. Eesti Maadlus-, Poksi- ja Tõsteliidu Kirjastus Nr. 3. Tallinn 1939.
7. Neerer, I. - Prantsuse maadlemise õpetaja. Tallinn 1938.
8. Painisäännöt Kansainvälisen Suomen Painilütto. Helsinki 1967.
9. Papp, M. - Freistilringen. Berlin 1957.
10. Raskejõustiku määrused. Eesti Kerge-, Raske- ja Veespordi Liidu Kirjastus. Nr. 11. Tallinn 1930.
11. Ringkampf. Klassisch und Frei, Erarbeitet von einem Kollektiv der Abteilung Ringen des Instituts Kampfsport an der DHfK. Berlin 1962.
12. Sandof, E. - Jõud ja kuidas saada tugevaks. St. Petersburg 1909.
13. Suur kehajõud ja kuidas seda omandada. Kerge, keskmise ja raske jõustiku käsiraamat. "Kunsti ja Teaduse" kirjastus. Tallinn 1921.
14. Võistlusmäärused. Klassikaline ja vabamaadlus. ERK, Tallinn 1961, 1972.
15. Wolf, H. - Judo - Selbstverteidigung
16. Zadig, G. - Der Ringkampf. Bibliothek für Sport und Spiel. Leipzig 1905.

17. Аксельрод С.Л. Спортивные соревнования. М., ФИС, 1952.
18. История физической культуры народов СССР. М., ФИС, 1964.
19. История физической культуры. М., ФИС, 1964.
20. Классическая и вольная борьба. М., ФИС, 1965.
21. Мягценков Н.И. Судейство соревнований по борьбе. ФИС, М., 1963.
22. Пытлясинский В.А. Французская борьба. Руководство для упражнения с 60-ю цинкографиями. С.-Петербург, 1896.
23. Сорокин Н.Н. Спортивная борьба. М., ФИС, 1960.
24. Спортивная борьба. Под общей редакцией Н.М. Гадковского и А.Э. Катулина. М., ФИС, 1968.
25. Столбов В.В. и Чудинов И.Г. История физической культуры. М., ФИС, 1962.
26. Чесноков Б.М. Спортивная борьба в СССР. Справочник. М., ФИС, 1954.
27. Харлампиев А. Техника борьбы самбо..М., ФИС, 1960.

S i s u k o r d

Sissejuhatus	3
Loodusrahvaste maadlusviisid ja rahvuslik maadlus	5
NSV Liidu rahvaste rahvuslikud maadlusviisid	11
Üldrahvalikud maadlusviisid	17
Sumomaadlus	18
Sambomaadlus	20
Džudžitsu	22
Džuudo	23
Rahvusvaheliste maadlusviiside arenemine	25
Maadluspordist antiikajal	25
Maadluspordist keskajal	29
Maadluspordist uusajal	31
Klassikalise maadluse reeglid revolutsi- oonieelsel Venemaal	33
Uuematest võistlusmäärustest	39
Kasutatud kirjandus	41

А.Тянас
СПОСОБЫ, ТЕХНИКА И ПРАВИЛА
БОРЬБЫ

на эстонском языке
Тартуский государственный университет
ЭССР, г.Тарту, ул. Вяиксооли, 18.

Vastutav toimetaja J. Laidvere
Korrektor G. Noppel

Joonised valmistanud Siiri Tähnas

Paljundamisele antud 27.12.73. Rotaatoripaber 30x42.1/4.
Trükipoognaid 2,75. Tingtrükipoognaid 2,55. Arves-
tuspoognaid 2,33. Tiraaž 500. MB 11200.
Tell. nr. 175.
TRÜ rotaprint, ENSV, Tartu, Pälsoni tn. 14.
Hind 8 kop.