

Учреждение образования
«Витебский государственный университет им. П.М. Машерова»

Учебно-методические материалы

(учебная/баз. программа, курс лекций, вопросы к экзамену, тестовые задания)

по дисциплине

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

для специальности: 1-03 02 01 «Физическая культура» со специализациями:
1-03 02 01 02 «Тренерская работа по виду спорта (с указанием вида спорта)»;
1-03 02 01 03 «Организация физкультурно-оздоровительной работы и туризма»;
1-03 02 01 04 «Физическая реабилитация»;
1-03 02 01 07 «Менеджмент спорта и туризма».

Витебск, 2012

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
«Витебский государственный университет им. П.М. Машерова»

«УТВЕРЖДАЮ»

Ректор УО «ВГУ им. П.М. Машерова»

_____ А.П. Солодков

« _____ » _____ 20__ г.

Регистрационный № УД- _____ /баз.

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Учебная программа по специальности

1-03 02 01 – «Физическая культура»

со специализациями:

1-03 02 01 02 «Тренерская работа по виду спорта (с указанием вида спорта)»;

1-03 02 01 03 «Организация физкультурно-оздоровительной работы и туризма»;

1-03 02 01 04 «Физическая реабилитация»;

1-03 02 01 07 «Менеджмент спорта и туризма».

Витебск, 2011

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по «Истории физической культуры и спорта» предназначена для подготовки специалистов высокой квалификации. Она включает необходимые требования по изучению становления и развития физической культуры и ее разнообразных форм, ведущее место среди которых принадлежит сегодня спорту. Информационно-тематические рамки программного материала обусловлены содержанием образовательного стандарта Республики Беларусь и позволяют формировать необходимые знания и культурно-нравственные ценности у будущих специалистов, обуславливают понимание истоков профессии, знакомят с теоретическими основами зарубежной и отечественной системы физического воспитания, развитием многочисленных движений и направлений физической культуры. Программа «История физической культуры и спорта» содержит тематический план, учебный материал, перечень основной литературы. Объем изучения – 122 часа.

Тематический план

№ п/п	Разделы программы, подразделы, Темы	Всего часов	Кол-во часов по форме	
			Лекц.	Семина.
I	Всеобщая история физической культуры и спорта	30	20	10
1.1	Введение. Источники возникновения физической культуры.	2	2	-
1.2	Физическая культура Древнего мира. Древнегреческая агонистика.	6	4	2
1.3	История развития физической культуры средневековья.	4	2	2
1.4	Возникновение новой формы физической культуры и ее направления.	2	2	-
1.5	Международное спортивное движение.	4	2	2
1.6	Международное олимпийское движение.	6	4	2
1.7	Зарубежные системы физического воспитания в период с18 века до настоящего времени.	6	4	2
II	Отечественная физическая культура и спорт	24	16	8
2.1	Физическая культура белорусского народа до октябрьского периода.	6	4	2
2.2	Первые шаги советской физической культуры (1917-1941 г.)	6	4	2
2.3	Дальнейшее развитие физической культуры в СССР. Физкультурное движение в БССР (1941-1990г.)	6	4	2
2.4	Физическая культура и спорт в Республике	6	4	2

	Беларусь.			
	Всего	54	36	18

Учебный материал

I. Всеобщая история физической культуры и спорта

Введение. Источники возникновения физической культуры

История физической культуры как наука и учебный предмет. Возникновение данной науки, понятие «наука история физической культуры», периоды ее развития, используемые методы научного исследования, основные источники изучения.

Роль и значение предмета в подготовке специалиста, цель и задачи, решаемые в ходе обучения, структура изучаемого предмета.

Зарождение физической культуры. Причины ее появления в первобытном обществе и скачкообразность развития. Магическая направленность первых упражнений и систем физического воспитания. Обряды посвящения и их значение в возникновении и становлении простейших форм и методов физической культуры. Понятие «физическая культура».

Физическая культура Древнего мира. Древнегреческая агонистика

Физическая культура Древнего Востока. Месопотамия: ритуальность и состязательный характер упражнений, появление гонок на колесницах, конного поло, борьбы на поясах, способов преодоления водных преград. Праздники в честь бога Мардука, система физического воспитания персов. Древняя Индия: появление системы йоги, институтов танцовщиц, оздоровительной гимнастики и самообороны без оружия. Влияние кастовой модели общества на занятия физическими упражнениями, возникновение системы аскетической практики. Древний Китай: создание книги «Кунфу», взаимосвязь физического воспитания и философской теории «Дао-дэ», система идеалов «Мэй», влияние военной реформы на физическую культуру.

Физическая культура Античной Греции: содержание и отличия воспитания в Спарте и Афинах. Понятия «агон» и «агонистика», разновидности агон в эллинской системе физического воспитания. Закон Ликурга, история возникновения и организация игр в Олимпии.

Физическая культура древних римлян: Римские игры и праздники, система подготовки гладиаторов, система воспитания легионеров, роль и значение сферистериев, терм. Возведение уникальных арен и ипподромов. Появление первых объединений и фракций болельщиков, их негативное значение.

История развития физической культуры средневековья

Физическая культура средневековой Западной Европы: негативное отношение церкви к занятиям физическими упражнениями, рыцарская система подготовки феодалов, плебейская физическая культура, особенности физической подготовки горожан. Первые теоретики физического воспитания Эпохи Возрождения. Деятельность реформаторов Яна Амоса Коменского и Ричарда Малкастера.

Физическая культура в Восточной Европе на примере Русского централизованного государства: особенности физического воспитания дворян, языческие и религиозные праздники и игры крепостных крестьян, формирование и подготовка народного ополчения, система физического воспитания русского войска. Деятельность Епифания Славинецкого.

Физическая культура народов средневековой Азии. Особенности системы физического воспитания в Японии и Китае феодального периода.

Физическая культура народов Америки до европейской колонизации: система физического воспитания инков, ритуальная окраска игровых состязаний у племен майя.

Возникновение новой формы физической культуры и ее основные направления

Понятие «спорт». Значение учения о физическом воспитании Джона Локка в появлении спорта. Профессиональная направленность буржуазного джентльменского спорта и его позитивная роль в развитии новой формы физической культуры. Любительское направление спорта аристократов, появление первых спортивных клубов.

Становление и развитие организационных форм современного спорта. Появление первых спортивных объединений и федераций. Формирование системы международных соревнований по отдельным видам. Официальные чемпионаты континента и мира.

Международное спортивное движение (МСД)

Понятие «международное спортивное движение» и его значение. Международные (национальные) спортивные объединения как структурные единицы МСД, их разновидности и задачи.

Крупнейшие движения в международном спорте: характеристика и история происхождения международного рабочего спортивного и международного студенческого движений. Рекреационное направление в МСД и его социальная сущность. Возникновение регионального спортивного движения: история создания и организация международных панигр: панамериканских, паназиатских, панафриканских, игр Британской Империи и других.

Международное олимпийское движение (МОД)

Пионеры идеи возвращения античных игр и их деятельность. Концепция возрождения идеи олимпизма Пьера де Кубертена, его роль в организации международного олимпийского движения и организации современных Олимпийских игр.

Учредительный конгресс в Париже, создание Международного олимпийского комитета (МОК), принятие Олимпийской хартии и проведение первой Олимпиады современности.

Олимпийские игры современности по летним и зимним видам программы: даты, яркие события и достижения, позитивные и негативные моменты и их решение.

Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с 18 века до настоящего времени.

Понятие «система физического воспитания». Идеи Жан-Жака Руссо и Иоганна Генриха Песталоцци относительно физического воспитания. Деятельность филантропов. Выдающаяся заслуга Иоганна Кристофа Гутс-Мутса в ведении физического воспитания в школьное образование.

Национальные гимнастические движения на Европейском континенте: содержание и организация немецкой, шведской и чешской гимнастики.

Спортивно-игровое направление в физическом воспитании. Деятельность Томаса Арнольда и Чарлза Кингсли.

Становление и развитие современных систем физического воспитания: социально-гигиеническое (медицинское) направление, естественная (натуралистическая) гимнастика, гимнастика модерн, военно-патриотическое (бойскаутское) движение и милитаристская система физического воспитания, адаптивный и экстремальный спорт.

II. Отечественная история физической культуры и спорта

Физическая культура белорусского народа дооктябрьского периода

Физическая культура древней и средневековой Беларуси. Этногенез белорусов. Влияние племен пришельцев на развитие физической культуры прабелорусов. Создание «домов молодежи», военно-прикладная направленность воспитания и подражательный характер обучения у наших древних предков. Народная физическая культура феодального периода и ее особенности, система воспитания феодалов, подготовка княжеских дружин.

Состояние физического воспитания белорусов в буржуазный период. Физическое воспитание в приходских и уездных училищах, народные игры и гулянья. Появление отрядов «потешных», гимнастических организаций «Сокол». Первые школьные кружки и гимнастические праздники. Состояние здоровья белорусов в условиях царского режима.

Становление и развитие спорта в дореволюционной Беларуси. Появление первых видов спорта и спортивных организаций. Участие в

международных и региональных соревнованиях. Политический контроль за деятельностью спортивных обществ, «мобилизация спорта».

Первые шаги советской физической культуры (1917-1941 гг.)

Теоретические истоки советской системы физического воспитания: труды и деятельность основоположников теории социализма и научного коммунизма в отношении к физическому развитию трудящихся и крестьян.

Роль и значение деятельности Петра Францевича Лесгафта.

Становление и развитие советской системы физического воспитания. Существование различных концепций советского физического воспитания, принятие фундаментальной единой основы развития и содержания советской физической культуры, деятельность всеобуча, Высшего совета физической культуры и Всесоюзного совета физической культуры при Правительстве СССР, утверждение Всесоюзного комитета физической культуры как высшей структуры управления. Создание высших учебных заведений и научно-исследовательских институтов, принятие Всесоюзного комплекса ГТО. Открытие спортивных организаций и принятие Единой всесоюзной спортивной классификации, проведение Всесоюзной спартакиады.

Развитие физической культуры в Советской Беларуси. Открытие спортивных кружков и военно-спортивных клубов в городах, отделы всеобуча и советы физической культуры, проведение Всебелорусских праздников и Всебелорусских парадов физкультурников.

Дальнейшее развитие физической культуры в СССР. Физкультурное движение в БССР (1941-1990 гг.)

Советская физическая культура в период Великой отечественной войны.

Особенности развития физической культуры в СССР (1946-1990 гг.): активизация спортивного направления, создание Советского олимпийского комитета и участие спортсменов СССР в Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы. Спартакиады народов СССР.

Олимпийские игры в Москве: организация и проведение.

Физкультурное движение в БССР: дальнейшее развитие спорта высших достижений и массового спорта, создание уникальной материально-технической базы, успехи белорусских спортсменов на мировой арене. Курс на «индустрию здоровья».

Физическая культура в Республике Беларусь

Организация и содержание физической культуры в суверенной Беларуси. Основные направления физической культуры на современном этапе развития страны и их характеристика. Популяризация здорового досуга

и активного образа жизни. Подготовка физкультурно-спортивных кадров. Развитие науки и создание научно-методической базы.

Спорт в Республике Беларусь. Структура подготовки спортивного резерва, состояние материально-технической базы. Олимпийское движение в Беларуси, деятельность НОК РБ. Участие спортсменов Республики Беларусь в Олимпийских и Паралимпийских играх, чемпионатах мира и Европы.

Законодательная база физкультурно-спортивной деятельности в современной Беларуси.

ЛИТЕРАТУРА

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. – М.: Академия, 2001.

2. Кулинович К.А. Развитие физической культуры и спорта в БССР. – Мн.: Беларусь, 1969.

3. Кун Ласло Всеобщая история физической культуры спорта. – М.: Радуга, 1982.

4. Нахаева Е.М. История физической культуры и спорта: Курс лекций / Е.М. Нахаева. – Витебск: Изд-во УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2005. – 88 с.

5. Реализация государственной молодежной политики в Республике Беларусь // Институт социально-политических исследований при Администрации Президента Республики Беларусь. – Мн., 2004. – С. 16, 18.

6. Соколов В. Олимпийское движение в Беларуси // Центральная газета. - №35, 1997. – С. 2.

7. Столбов В.В. История физической культуры и спорта. – М.: Физкультура и спорт, 1983.

8. Столбов В.В., Финогенова Л.А., Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта: Учебник / Под ред. В.В. Столбова. – М.: ФиС, 2000.

Министерство образования Республики Беларусь
**Учреждение образования «Витебский
государственный
университет имени П.М. Машерова»**

Е.М. Нахаева

***История
физической культуры и спорта***

Курс лекций

Витебск

Издательство УО «ВГУ им. П.М. Машерова»
2010

УДК 796(09)
ББК 75.3я73
Н34

Печатается по решению научно-методического совета учреждения образования «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова». Протокол № ____ от _____ 2010 г.

Автор: старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и спорта УО «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова»
Е.М. Нахаева

Рецензенты: заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и спорта, кандидат педагогических наук, доцент *Г.Б. Шацкий*

Научный редактор: заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и спорта, кандидат педагогических наук, доцент *Г.Б. Шацкий*

Нахаева, Е.М.

История физической культуры и спорта: Курс лекций / Е.М. Нахаева. – Витебск: Изд-во УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2010. – 116 с.

В курсе лекций раскрыты основные темы и вопросы по всеобщей и отечественной истории физической культуры и спорта. Содержание материала соответствует базовому учебному плану и требованиям учебной (базовой) программы по предмету «История физической культуры и спорта».

Курс лекций предназначен для студентов вузов, аспирантов, преподавателей факультетов физической культуры и спорта, учащихся и преподавателей общеобразовательных школ и училищ олимпийского резерва, а также тренеров-педагогов физкультурно-спортивных учреждений и организаций. Для всех, кто проявляет интерес к этой замечательной и увлекательной науке.

УДК 796(09)
ББК 75.3я73

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	4
Часть I. Всеобщая история физической культуры	5
Лекция 1. Введение. Источники возникновения физической культуры	5
Лекция 2. Физическая культура древнего мира	9
Лекция 3. История развития физической культуры средневековья	23
Лекция 4. Возникновение новой формы физической культуры и ее основные направления	35
Лекция 5. Международное спортивное движение (МСД)	38
Лекция 6. Международное олимпийское движение	46
Лекция 7. Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с XVIII века до настоящего времени	66
Часть II. Отечественная история физической культуры	77
Лекция 1. Физическая культура белорусского народа дооктябрьского периода	77
Лекция 2. Первые шаги советской физической культуры (1917–1941 гг.)	83
Лекция 3. Дальнейшее развитие физической культуры в СССР. Физкультурное движение в БССР (1941–1990 гг.)	94
Лекция 4. Физическая культура в республике Беларусь	105
Основные понятия	114
Заключение	115
Литература	115

ПРЕДИСЛОВИЕ

Предлагаемый курс лекций содержит материал по истории физической культуры на всем протяжении существования цивилизации от первобытнообщинного строя до наших дней. Изложенный в учебном пособии материал позволяет упорядочить последовательность многочисленных исторических событий и фактов, связанных с физической культурой как неотъемлемой частью общей культуры человека. Восполняет сложившийся дефицит необходимой учебной литературы и информационных источников. Знакомит читателя с национально-традиционными особенностями физического воспитания народов в различных временных периодах.

Основная цель лекционного курса – способствовать подготовке высококвалифицированных специалистов. Решаемые при этом задачи предполагают формирование у студентов необходимых знаний и культурно-нравственных ценностей, расширение их кругозора и понимания истоков своей будущей деятельности. В соответствии с требованиями базового учебного плана и учебной (базовой) программы, предлагаемое учебное пособие включает: «Всеобщую историю физической культуры» и «Историю отечественной физической культуры».

Часть I
ВСЕОБЩАЯ ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Лекция 1

**ВВЕДЕНИЕ. ИСТОЧНИКИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

1. История физической культуры - как наука и учебный предмет.
2. Зарождение физической культуры.

1. История физической культуры как наука и учебный предмет

История – наука многогранная и увлекательная. Она исследует развитие и становление народов, государств, политических и социальных явлений. Специфическим объектом исторического исследования является также физическая культура.

Возникшее на базе великолепного альянса истории и физической культуры новое научное направление получило название история физической культуры, т.е. **наука об общих закономерностях возникновения, становления и развития физической культуры на разных этапах существования человеческого общества.** Следует отметить, что это одна из древнейших наук в области жизнедеятельности людей, возникшая в IV веке до нашей эры в Древней Греции.

Истории физической культуры как специальной области исторического познания, присуща своя структура изучения. Основу ее составляет научная периодизация, методологическое значение которой заключается в правильном понимании этапов становления и развития физической культуры от простейших элементов далекого прошлого до сложных систем организации физического воспитания современности. В соответствии с этим, история физической культуры может быть разделена на следующие **периоды:**

- с IV тысячелетия до нашей эры по 476 год нашей эры, первый период, освещающий особенности первобытнообщинного и

рабовладельческого типов физической культуры, т.е. история физической культуры Древнего мира;

- с V по XVII век, второй период, включающий историю физической культуры феодального века. Ее расцвет и упадок;

- с XVII по XVIII век, третий период, называемый переходный от средневековья к новому времени;

- с конца XVIII века до начала XX века – четвертый период в истории физической культуры, истории нового времени;

- с начала XX века начинается пятый период в истории развития и совершенствования физической культуры новейшего времени.

Предложенная периодизация не является догмой. Современные историки выдвигают версии по пересмотру периодов истории физической культуры на основе уточнения ее критериев (признаков), характеризующих более точно эпоху.

Основная цель рассматриваемой науки – **изучение и сохранение истоков мировой и национальной культур**, органической частью которой является физическая культура. Достижение этой цели осуществляется посредством методов научного исследования, среди которых следует отметить такие как:

- метод историко-теоретического анализа и обобщения материалов;

- метод статистического анализа;

- метод опроса, беседы;

- метод обобщения практики и изучения опыта развития физической культуры;

- метод исторической аналогии и сопоставления и другие.

Источники истории физической культуры многообразны – архивные материалы, летописи, археологические и этнографические данные, памятники изобразительного искусства, кино- и фотоматериалы, документы правительственных и неправительственных организаций.

История физической культуры – наука интересная и познавательная. Многоплановы ее направления: от эволюции ее возникновения и развития, происхождения и распространения средств, форм и систем физического воспитания до спортивной и оздоровительной деятельности людей, международных движений и Олимпийских игр.

В системе теоретико-педагогических дисциплин, изучаемых на специализированных факультетах, этой науке в рамках учебного предмета «История физической культуры и спорта» отводится значительное место. Данная дисциплина служит основой для изучения других предметов.

Цель изучаемого предмета – профессиональная подготовка высококвалифицированных специалистов. Основные **задачи** – расширение кругозора специалиста; повышение эрудиции; активизация творческого мышления; повышение теоретического уровня и обогащение опытом прошлого; создание основы изучения теоретико-педагогических, медико-биологических и спортивно-педагогических положений и позиций; предвидение тенденций развития и прогнозирования физкультурного движения современности.

По своей структуре предмет «История физической культуры и спорта» представлен двумя частями – *всеобщей историей* и *отечественной историей* физической культуры.

2.Зарождение физической культуры

Физическая культура – это процесс и результат готовности людей к жизни, рациональное использование двигательной деятельности для улучшения физического состояния и развития человека.

Появление ее в первобытнообщинном периоде связано со специфической деятельностью человека по добыче средств существования и датируется *80000 лет до нашей эры*. Возникновение физической культуры обусловлено **появлением метательного орудия** и **формированием умений и навыков метания**. Главным источником существования первобытных людей того периода была охота на крупных животных. Удачную охоту можно было обеспечить только за счет специально изготовленных и опробованных орудий охоты, специально созданной техники метательных бросков и организации совместных действий. В процессе охоты древний человек научился рационально использовать в качестве метательного орудия разнообразные предметы, открыл более эффективные способы метания, увеличивающие дальность полета и точность попадания. В процессе многократного повторения метательных действий человек научился владеть своими мышцами, координировать собственные движения.

Физическая культура первобытного общества прошла очень сложный тысячелетний путь. Передача знаний и умений от поколения к поколению происходило путем **наблюдения и копирования**. Большое значение в развитии физической культуры имела **магическая деятельность** древних людей. Не религиозная, а магическая, т.к. магия древних веков не имела основных составляющих религию: молитвы, поклонения святому престолу и т.д. Магическая направленность физических упражнений носила прикладной характер. Они выполняли социально-бытовую и культурно-развлекательную функции. Используемые в магических ритуалах бег, прыжки, танцевальные и метательные действия, единоборства получили в дальнейшем самостоятельное развитие и стали приобретать синтезированные формы.

Первый скачок в развитии физической культуры первобытнообщинного строя произошел 12 тысяч лет до нашей эры и связан с **изобретением стрел и лука**.

Появление стрелкового оружия давало человеку возможность добывать много мелкой дичи, птицы, рыбы. Племена, владеющие умениями стрелять из лука, стали вести оседлый образ жизни. У них появилось больше свободного времени, используемого на физические упражнения, которые стали выполнять функцию творческого развития и активного развлечения. Это подтверждается сохранившимися с того периода наскальными рисунками в пещерах Пеш-Мерль, Марцелла-Валле, где древние люди изображали не только охоту на животных, но и фигуры борющихся и танцующих соплеменников.

Уже в первобытном обществе стали формироваться первые системы физического воспитания. Для подготовки юношей к взрослой жизни была создана такая

система воспитания как **обряд посвящения**. В ней успешно сочетались нравственная и физическая подготовка молодых людей через обрядовые состязания: ритуальные танцы, единоборства, бег, прыжки, метание и другие. Это подтверждают и находки, найденные современными археологами в Альтамирской, Тюкдодуберской и Монтеспанской пещерах.

Второй скачок в развитии физической культуры связан с эпохой мезолита и неолита, когда главными источниками существования стали земледелие и животноводство. В физической культуре народов занимающихся пастушеством и земледелием потеряли жизненную важность упражнения в беге на длинные расстояния, прыжках, метаниях и преследовании дичи. На передний план выдвинулись верховая езда, поднятие тяжестей, обрядовые танцы и медитация. Переход к оседлости обострил борьбу за лучшие земли и территории. Обряды посвящения стали все более распространенной формой физического воспитания, а физические упражнения стали носить **военно-прикладной характер** и включали элементы боевой подготовки. Требования такой подготовки становятся все более внушительными. В рамках обряда посвящения на передний план в поединках выдвигается честное соперничество и выявление победителя, который получает право вождя племени и народа. Создаются **крупные ритуальные центры** Карнак, Марас, Пампас, Олимпия, Куфферн. Для подготовки юношей и организации состязаний в центрах формируются специальные группы воспитателей из числа опытных и мудрых представителей племени. В этот период формируются первые эстетические **идеалы** героев, наделенных сверхъестественными телесными и духовными способностями – Гильгамес у вавилонян, Озирис у египтян, Великий Ю у китайцев, Геракл, Прометей, Ахиллес у греков, Зигфрид у германцев, Рустем у персов, Кешар у тибетцев. Как правило, эти герои были непобедимыми мастерами борьбы.

В современном мире первобытную физическую культуру мы можем встретить среди самобытных народов с низким уровнем социально-экономического развития и проживающих в естественных природных условиях. Например: тарахумары – индейцы, живущие на склонах горной цепи Сьерра Мадре на севере Мексики; восточноафриканские вахумы, проживающие в джунглях Африки; жители некоторых самобытных племен на Канарах, в Гвинее, островах Индонезийского архипелага. Индейцы племени тарахумары до сих пор, в обрядах посвящения, используют состязания по бегу на расстояния свыше 300 километров; вахумы – ритуальные прыжки с места в высоту; племена островитян используют в обрядах посвящения водные поединки, прыжки с дерева или скалы высотой не менее 30 метров и т.п.

Для физической культуры первобытнообщинного строя были характерны бесклассовый характер, элементарные системы физического воспитания и прикладной характер подготовки. Важно отметить, что основные формы физических движений, сложившиеся в рамках первобытной магии, легли в основу культуры движений нашего времени. Элементы, отражающие стремление человека к покорению природы таятся в наиболее развитых видах современной физкультурной и спортивной деятельности (спортивные игры, виды легкой атлетики, плавание, конный вид спорта, гимнастика, акробатика и т.д.). Накопленный тысячелетиями опыт первобытных жрецов лег в основу лечебной физической культуры, массажа, гигиены, спортивной медицины, врачевания, психологии.

Лекция 2

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДРЕВНЕГО МИРА

1. Физическая культура Древнего Востока.
2. Физическая культура Эллады.
3. Древнегреческая агонистика.
4. Физическая культура Древнего Рима

1. Физическая культура Древнего Востока

Месопотамия. Первые известные следы физической культуры среди стран древнего Востока были обнаружены в Месопотамии (южная часть современного Ирака, Ирана, Сирии), которую по праву считают колыбелью человеческой культуры и цивилизации. В этом регионе проживали самые удивительные народы древности – шумеры. Они первыми начали выращивать злаки, разводить скот, обрабатывать металлы. Им принадлежат самые древние на земле города-государства, где впервые на государственную службу были поставлены искусство, письменность, физическая культура. «История началась с Шумерии!» – утверждал известный американский ученый Сэмюэл Крамер. К сожалению, сохранились лишь разрозненные сведения о физической культуре государственных образований на территории Месопотамии, начиная с IV тысячелетия до нашей эры. Они предоставляют историкам информацию о том, что в период становления государств, физической культурой занимались не только привилегированные группы людей, но и свободное население. Занятия физическими упражнениями носили демонстративный состязательный характер и танцевальную ритуальность, при исполнении которых требовались очень высокие физические данные участников, так как использовались многочисленные акробатические элементы.

Решающую роль в эволюции физической культуры Месопотамии, а затем и всего древнего мира сыграло **изобретение легкой и быстрой боевой колесницы** (II тысячелетие до нашей эры). Массовое использование лошадей привело к преобразованию физической культуры. Появилась «Книга тренинга», написанная митанийцем Киккули, которая является самым древним методическим пособием по дрессировке животных. Археологические находки подтверждают возникновение в этот период в Месопотамии **упражнений игрового характера** – игра в мяч с битой, конное поло. Бронзовая статуя, изготовленная примерно в 2800 году до нашей эры свидетельствует о развитии у шумеров борьбы на поясах, в основе которой лежали боевые приемы и пленение противника. **Ритуальные состязания** шумеров, проводимые в новогодние праздники в честь бога Мардука, более чем на 1000 лет предвосхитили олимпийские игры античных греков. О развитии физической культуры Вавилона свидетельствуют высеченные на камне тексты **Закона Хаммурапи**, датированные 1800-1750 годами до нашей эры, включающие обязательные умения загона животных, стрельбы из лука, кулачного боя и состязаний на колесницах. У древних ассирийцев была организована **система обучения фехтованию** на мечах и метанию копья. Найденные археологами барельефы с изображением плывущих воинов, движения которых напоминают стиль «кроль» (1200 год до нашей эры), свидетельствуют о наличии **умений передвижения в воде** народов Древней Месопотамии. Интерес представляет физическое воспитание персов, которые обучали

своих детей с 7 до 16 лет в **«воспитательных домах»**, действовавших при дворах сатрапов. В воспитание входило обучение верховой езде, метанию копья, стрельбе из лука и правдивости. Позднее из этих заведений образовались «дома развития силы», которые долгое время оставались центрами физической культуры Персии. При физической подготовке персидских юношей широко применялись обязательные охотничьи испытания на смелость, состязания по конному поло, игра в шахматы.

Древняя Индия. Физическая культура Древней Индии располагала ценными традициями в области ритуальной оздоровительной гимнастики, танца и самообороны без оружия. А также методикой снятия боли с помощью точечного массажа и растираний. Древней Индии принадлежит создание уникальной системы физического воспитания – **йога**. Она основана на наблюдении за психическими изменениями в организме во время медитации и танцев шаманов. Основоположником учения йогов считают древнеиндийского мудреца Патанджали, который на собственном опыте и опыте других йогов, изложил философию и практику классической йоги в 185 афоризмах, названных «Йогасутра». Возникновение классической йоги, как вида физических упражнений, относится к III тысячелетию до нашей эры. Это подтверждается найденной археологами каменной плитой, на которой изображена фигура человека, сидящего в позе «лотос». Слово «йога» в переводе с санскрита означает «соединение». В «Йогасутре» раскрывается «восьмеричный путь» йоги, включающий 8 ступеней. Первая ступень – «Яма», она учит межличностным отношениям. Вторая ступень – «Нияма», формирует личностную дисциплину. Третья ступень – «Асана», учит физическим позам. Четвертая – «Пранаяма» или система дыхательных упражнений. Пятая ступень называется «Прагьяхара», т.е. отход от чувственных восприятий. Шестая ступень – «Дхарана» или концентрация мысли. Седьмая ступень именуется «Дхьяна» и основана на медитации. Восьмая – «Самадхи» или самореализация. Следует отметить, что учение йоги представлено высшей ступенью «Раджа – йога» и низшей – «Хатка – йога». Нормам гигиены, физическим и психическим упражнениям, входящим в систему йоги, богатых индийских юношей обучали в медицинских университетах, открытых во II тысячелетии до нашей эры.

В Древней Индии успешно проходили конные состязания и единоборства с нанесением ударов рукой и ногой по чувствительным к боли частям тела. Была разработана сложнейшая **методика «выразительных движений»**, которой специально обучали танцовщиц (девадаси) для проведения ритуалов в храмах.

Пришедшие в 1200–600 годах до нашей эры кочевые племена индоарийцев, поработили коренных жителей Древней Индии и сформировали общественную модель с кастовой градацией. Привилегированные касты – брахманы (священнослужители), кшатрии (военное дворянство) и вайтья (почетные ремесленники, скотоводы). Сельское население и не арийцы объединялись в касты шудров. Обездоленные слои населения, рабы, занимающиеся «грязной» работой, не могли принадлежать ни к одной из каст и являлись париями, т.е. неприкасаемыми. Все это в совокупности привело к тому что, хотя ни одна социальная группа не отлучалась от приобщения к физической культуре, тем ни менее, кастовая принадлежность диктовала, кому и чем можно заниматься. Для не арийских каст, например, считались «неприкосновенными» йога, верховая езда и все упражнения с оружием, обеспечивающими боевую подготовку. В то же время кшатрии или высшая каста считали совершенно неприемлемым для себя заниматься танцевальными упражнениями, упражнениями с чучелами, кубиками, обручами. Эти упражнения были распространены среди низшей касты, т.е. шудров. Следует отметить, что у представителей высших каст уровень физической подготовки был очень высоким. Это обуславливалось законом Ману (I век до нашей эры), согласно которому кшатрии и вайтья должны были отлично стрелять из лука, в совершенстве владеть мечом и щитом, мастерски управлять слонами и передвигаться на лодках по водным преградам, владеть

техникой верховой езды. Большое внимание в высших кастах Древней Индии уделялось **играм на досках**, которые развивали умственные способности.

Проведенная буддистская реформа (V век до нашей эры), открыла доступ к занятиям йогой представителям низших каст. Каноны йоги стали приобретать религиозное обрамление. Йога для неарийских каст была направлена не на улучшение здоровья простого народа, а на формирование иллюзии: бегства из нищеты в счастливое ничто (философия нирвана). Классические проповеди Будды утверждали никчемность индивидуальной жизни, превозносили безволие и отсутствие желаний. Джайнизм, признающий бессмертие души, расценивал умерщвление плоти как религиозный подвиг. Под влиянием этого учения в индийской физической культуре возникла новая деформация – **система аскетической практики**. Условия аскетизма были очень суровы – сон на голой земле, стояние целый день на кончиках пальцев ног, бесконечные наклоны, прыжки через огонь, хождение под проливным дождем, кручение на одном месте и т.п. Эта система физических упражнений, приправленная психологическими испытаниями, стала постепенно вытеснять прежнюю систему физической культуры Древней Индии. Однако в сельской местности в форме тайных обрядов продолжали жить упражнения связанные с самообороной без оружия, бег, прыжки в высоту, ритуальные танцы и омовения.

Древний Китай. Примером высокого уровня развития физической культуры Древнего Китая служит **книга «Кунфу»**, написанная в 2698 году до нашей эры. Эта уникальное произведение содержало упражнения по лечебной гимнастике, болеутоляющему массажу, ритуальным и боевым танцам. Позднее на основании боевых танцев сложилась система упражнений пантомимы, которую использовали для подготовки китайских воинов.

Классовая структура Древнего Китая, сохранявшая позитивные первобытнообщинные черты, кроме привилегий, получаемых по наследству, давала возможность достичь успеха за счет физических и умственных способностей. Для того чтобы, например, попасть в сословие мандаринов (чиновников) нужно было сдать экзамены на физические способности и специальные знания.

Большое значение на развитие физической культуры Древнего Китая оказали естественно-философские воззрения и медицинские знания, полученные на основе экспериментов. С помощью методов лечения, основанных на движении, была открыта возможность воздействия на функциональные системы организма.

Во время господства первой династии Шан наравне с лечебно-терапевтическими движениями культивировалась военная подготовка, включающая состязания на колесницах, стрельбу из лука, рукопашную схватку без оружия, метание копья.

Своего расцвета древняя китайская физическая культура достигла во время господства династии Чжоу (XI–III вв. до нашей эры). В годы правления династии были **открыты школы**, в которых обучались гимнастическим упражнениям, дыхательным упражнениям, массажу и растираниям. **Физическое воспитание** в Древнем Китае в VI–V веках строилось на **философской теории «Дао-дэ»**. Ее основоположник Лао-цзы считал человека уменьшенной копией вселенной. Согласно этой философии человеку следует сохранять и обеспечивать в себе гармонию «цзинь» и «цзянь». Это возможно с помощью физических и дыхательных упражнений. Сохраняя внутреннюю гармонию, человек сохраняет и поддерживает свое здоровье, остается совершенным и добродетельным. Кроме упомянутой

системы, связанной с внутренним совершенством, в Древнем Китае сложилась **система идеалов** в области физической культуры, называемая «Мэй». Она формировала внешнее совершенство и была направлена на благо общества, воспитание морали и чувства вкуса, воли и характера. Например, если борец грубил судье, его удостаивали высокой степени презрения.

Среди бедных слоев населения Древнего Китая, за исключением рабов, получила распространение игра чжу-кэ – предшественница современного футбола. Она проводилась по строгим правилам и включала 70 видов ударов по мячу. Кроме этой игры простое население увлекалось состязаниями по кулачному бою, поднятию тяжестей, перетягиванию каната, танцам и соревнованиям на воде.

В период диктаторского правления династий Цинь и Хань (III–I вв. до нашей эры) в Древнем Китае начался переход к феодализму. Император Великий желтый провел коренную военную реформу. Физическая культура стала вытесняться боевыми искусствами. Были открыты военные школы с обязательным обучением верховой езде, стрельбе из лука со скачущего коня, рукопашным приемам в ближнем бою, набрасыванию арканов для поимки противника. Были уничтожены и места проведения представительных турниров, преследовались соревнования в физической силе, организуемые среди низших слоев. В противоположность этому, буддийские монахи и тайный союз «Дао-дэ» организовали народное движение «желтых тюрбанов», поощрявшее физические упражнения по самообороне среди простолюдинов.

2. Физическая культура Эллады

В конце II тысячелетия до нашей эры начала успешно формироваться система физического воспитания, которая в корне отличалась от системы физического воспитания древних восточных государств. В Элладе (античная Греция) общественным идеалом стали независимость, свобода, стремление к высшим достижениям во всех областях жизни. Такой образ жизни привел к общественному признанию роли физической культуры.

Классическая Эллада в общественно-экономическом отношении не была наиболее развитым рабовладельческим образованием в сравнении с Древним Китаем и Древним Римом. Несмотря на это, физическая культура греческих полисов в VI–V веках до нашей эры достигла такого культурного уровня, которому могут позавидовать современные цивилизации. Физическое обучение и воспитание античных греков осуществлялось через систему игр и сеть специальных учебных заведений. Наблюдались и отличительные особенности в подходе к физическому воспитанию, вызванные государственным устройством городов-полисов. Наиболее яркую полярность в организации и содержании физического воспитания среди граждан Древней Греции мы можем наблюдать в жизнедеятельности Спарты и Афин.

Спарта. Являлась образцом аристократического военно-лагерного государства, в котором сложился «ликургов строй» или консолидация общины Спарты путем уравнивания свободных граждан в экономических и политических правах. Во главе государства стояли два архагета, которые выбирались каждые восемь лет путем гадания по звездам. Им подчинялись войска, они имели право на большую часть военного трофея и обладали правом «жизни и смерти». В Спарте была создана **система военного воспитания – Агогэ**. Главной целью физического воспитания в этой системе стала подготовка подрастающего поколения, способного победить в любых условиях, отважного и слепо подчиняющегося старшим. Своеобразие воспитания юных

спартиатов, по мнению Платона, заключалось в приучении малолетних к взрослому образу жизни. Вопреки сложившемуся мнению, отнюдь не всякий ребенок, рожденный в Спарте, должен был пройти через систему Агогэ. Эта система была обязательна лишь для детей мужского пола полноправных граждан. Для прочих мальчиков военное воспитание являлось особой привилегией, дающей право на получение в дальнейшем полного гражданства. Девочки в Спарте не подвергались жесткой системе воспитания, но в отличие от других государств-полисов их учили физическим упражнениям, владению оружием и управлению страной. Полноправными гражданами в Спарте считались только члены общины, т.е. спартиаты.

Спартиатская система воспитания начиналась с рождения ребенка. Новорожденного брали и относили на край пропасти у горы Анофет, где его долго рассматривали старейшины. Если они признавали младенца больным, то его сбрасывали в пропасть. Хотя, сегодня ученые сомневаются в убийстве спартиатами своих детей, считая это мифом. Тех, кого оставляли в живых, подвергали испытаниям уже с раннего детства. Колыбельки для младенцев должны были быть жесткими и грубыми, с соломенной подстилкой. С 7 лет детей отнимали у родителей и, разбив на группы, передавали в распоряжение государственных воспитателей. Воспитатели несли ответственность за порученных детей и являлись наиболее заслуженными вольными гражданами Спарты. С каждым годом ребенок все больше привыкал к душевным и физическим испытаниям. Его обучали основам гимнастики и орхеристики (искусство двигаться, упражнения на ловкость), которым придавался более жесткий характер. В ходе физических занятий дети не должны были исключать ударов ногами, укусов и царапания ногтями. Чтобы убедиться, что мальчики растут «удальцами», в их среде намеренно провоцировались раздоры и драки. Каждый год обучения завершался состязаниями, связанными с различными культами. Например, состязания перед могилами героев для воспитания чувства ответственности перед памятью предков. Спали дети на травяных подстилках, только с 12 лет им разрешалось носить одежду. Поэтому, чтобы не замерзнуть, они спали на крапиве. Крапива, обжигая их, одновременно и согревала. В подростковом возрасте режим физического воспитания спартиат строился так, чтобы приучить их к неприхотливости и максимальной выносливости. Выбирался старший отряда – ирен, который полностью распоряжался сверстниками. Юные спартиаты обязаны были добывать себе еду и одежду кражей, убийством. Так, по мнению геронтов (воспитателей), развивалась ловкость и смелость. Одежда, даже зимой, сводилась к минимуму – для закалки. За малейшей провинностью следовало жесткое наказание, так воспитывалось терпение. С 14 до 17 лет юноши участвовали в криптиях или ночных набегах на деревни илотов. Они грабили и убивали слабых, уводили в плен сильных мужчин, у которых затем вспаривали живот и вырывали кишечник. В 17 лет их ожидало последнее испытание. Добравшись до храма Артемиды, который находился высоко в горах, они приносили себя в жертву. Жрецы подвешивали юношей над большой жертвенной чашей и хлестали мокрыми розгами до первых капель крови. Если в процессе ритуала кто-то издавал хоть один звук, его хлестали еще сильнее. Нередкими были случаи, когда юноши умирали на алтаре. Тех, кто выдерживал это испытание с молчаливым мужеством и достоинством, получали награду и признавались эйренами. Вряд ли наши современники одобряют подобную «педагогiku». Но спартиаты были твердо уверены, что только так можно воспитать настоящих мужчин и воинов. В основу физического обучения эйренов входило владение техникой оружия и строевые упражнения, пятиборье, кулачный бой, «спартиатская гимнастика», танцы с копьём. Эйрены допускались к подготовке отрядов младших спартиатов. С 20-летнего возраста юноши переводились в группу эфебов. Несли службу в военных лагерях, участвовали в военных походах. Каждый спартиат должен был быть воином до конца своих дней. С 20 до 40 лет мужчины распределялись по возрастным и территориальным группам и зачислялись в действующую армию.

После 40 лет, спартиаты входили в состав военных товариществ или *эмотий*. Роль физической и военной подготовки в жизни спартиат имело огромное значение. Это подчеркивают даже песни спартиатов. В одной из них говорится: «Мое богатство – это мое копье, мой меч, мой славный шлем и крепость моего тела. Благодаря чему, я господин своих слуг». В Лаконии (Спарте) не только физическое воспитание и песни, музыка, танцы имели военную направленность и использовались для воспитания у спартиатов необходимых воинам качеств. Большое внимание спартиатами было уделено созданию «военного языка», т.е. умению говорить очень емко, но доступно и понятно. Это явление легло в основу выражений – «лаконизм» и «лаконичный».

Афины. Физическое воспитание афинской молодежи существенно отличалось от обучения в Спарте. В Афинах физическая подготовка обязательно включала умственное и эстетическое образование, по принципу философии «золотой середины» – все в человеке должно быть в меру, т.е. совершенным. Начиналось обучение с 7-летнего возраста до 16 лет в особых учебных заведениях – *палестрах* (пале – площадка для борьбы). Платон в своем труде «Протагоре» писал о целях физического воспитания афинян следующее: «...Направляют их к учителю физических упражнений, чтобы тело их было обучено, слушалось их благородной души и чтобы из-за телесной слабости им не пришлось на войне или в ином случае брать на себя роль труса». В рамках системы упражнений палестры входили комплексные испытания и пентатлон: бег 192–196 м, прыжки в длину с альтерами (отягощения), метание диска и копья, борьба. В школе обучали бегу с оружием, верховой езде, стрельбе из лука, плаванию и гребле. В отличие от Спарты, в Афинах детей не отлучали от семьи. На занятия в палестры их сопровождали «дядьки» или рабы. Кроме этого афиняне посещали грамматическую и музыкальную школы. С 16 лет физическое воспитание продолжалось в **общественных гимнасиях** (от слова «гюгнос», т.е. обнаженный). В них увеличивалась физическая нагрузка (взрослый пентатлон) и добавлялись элементы общественного воспитания – беседы, посещение театров, судов, народных собраний, музыкальных, поэтических и физических соревнований. Включались элементы военной подготовки. С 18 лет юноша принимался в отряд эфетов и становился свободным гражданином, принимал присягу на верность государству и в торжественной обстановке получал экипировку воина. В отрядах эфетов обучение длилось два года и проходило, в основном, в лагерях и отдаленных гарнизонах. Они вели жизнь регулярных солдат, осваивали технику и тактику боя, несли службу по охране границ государства.

3. Древнегреческая агонистика

Весомое место в развитии физической культуры Древней Греции, а впоследствии и в современной спортивной жизни, сыграли древнегреческие игры или агоны. **Агонистика – это разработанная система демонстрации физических возможностей через публичные соревнования по строго установленным правилам.** Корень агонов лежит в ритуальных обрядах посвящения. Основная цель агонов – сохранение мира. Однако придавать древнегреческой агонистике только политическую окраску было бы несправедливо. Она имела глубокие культовые, культурные и нравственные истоки. По убеждению античных греков, чем прекраснее тело человека, тем лучше он сам. Это убеждение строилось на идеале калогатии (сумма совершенства тела и духа) и определяло образ жизни свободного гражданина Эллады. Стремление к совершенству и эстетике нашло свое отражение в названии участников древнегреческих игр – «*aisthetikos*», т.е. чувственные, красивые. В роли атлетов очень часто выступали и известные в Элладе историки, философы, ораторы, драматурги. Ярким примером может служить жизнь и деятельность победителя в борьбе Аристокла,

более известного по имени Платон. Местом проведения первых агонов была выбрана Олимпия. Официальной датой начала проведения этих игр принято считать 776 год до нашей эры, но согласно найденным записям древних историков Аристодама и Полибия, это событие произошло на 108 лет раньше, т.е. в **884 году до нашей эры**. Политическое и культурное значение игр в Олимпии для Эллады было очень важным. Эллинские игры приобрели статус общеэллинских праздников и дали мощный толчок для развития национальной культуры, науки, архитектуры. Они явились уникальным средством сохранения мира и эффективным приемом в решении спорных политических вопросов, стали неотъемлемым атрибутом дипломатической деятельности. Опыт древнегреческой системы всестороннего воспитания человека в дальнейшем был положен в основу современного международного олимпийского движения.

Олимпийские агоны. Основоположниками этих игр стали *царь Элиды Ифит, царь Спарты Ликург и правитель Писы Клеосфен*. Благодаря их политической прозорливости и незаурядному уму был принят договор «Об обязательном сохранении божественного мира во время игр», на основании которого священное перемирие сохранялось в преддверии и во время проведения Олимпийских агонов. Текст договора был высечен на бронзовом диске. Его исполнение было обязательным как для участников игр и делегаций, так и для государств-полисов их представивших. Для подготовки атлетов и проведения игр в Олимпии был возведен уникальный архитектурные сооружения: стадион, ипподром, храмы Зевса, Геры, Леонида, гимнасии и палестры, павильон «Эхо», хранилище эталонов и олимпийского огня, мастерская Фидия, «олимпийская деревня», зал собраний и много других сооружений. На территории Алтиса (часть Олимпии, исполняющая роль Олимпийского святилища) в храме Зевса располагался шедевр античного искусства 17-метровая золотая скульптура Зевса, выполненная самым знаменитым зодчим Эллады мастером Фидием. Участники соревнований делали заявку на участие в Олимпийских агонах за год. За месяц (30 дней) до начала игр участники собирались в городе Элей столице Элиды, на территории которой находилась Олимпия. Где они упражнялись и готовились под наблюдением опытных элладодиков (тренеров), которые определяли уровень подготовки атлетов, оценивали их личные качества и знание ими олимпийских правил. На основании этих оценок и с учетом возрастных особенностей участники делились на квалификационные группы. Судьи выбирались из числа граждан Элиды, т.к. это государство-полис было организатором агонов в Олимпии. Судьи обучались в течение десяти месяцев. Затем, из их числа создавались три комиссии: по пентатлону, по конным состязаниям и по остальным видам. В состязаниях могли участвовать все аристократы (добропорядочные греки), которые в течении года специально готовились к агонам в Олимпии. Программа игр состояла из священнодействия и состязаний атлетов. Между выступлениями атлетов поэты читали зрителям свои произведения, художники выставляли свои картины, скульпторы – скульптуры, представители государств оглашали договоры, законы и важные документы. Во время состязаний на беломраморном, овальном стадионе, размеры которого составляли 215 метров на 30 метров, среди зрителей находились номофилаки (общественные судьи), следившие за строгим соблюдением правил. За подкуп судей, запугивание соперника, недозволенные приемы и т.п. провинившихся наказывали битьем палками на глазах у всех участников и зрителей. Программа Олимпийских агонов постоянно расширялась: от упражнения в беге на один стадий до 20 видов состязаний в дальнейшем (прыжки в длину с отягощением, метание диска, копья, соревнование колесниц, бег с военным снаряжением, борьба и т.п.). С 632 года до нашей эры в древнегреческих агонах стали принимать участие и подростки. В период своего расцвета длительность Олимпийских агонов составляла пять дней. Первый день – священнодействие и беговые дистанции на один стадий (192 метра), двойной бег (384,54 метра), длинный бег (4608 метров). Второй день – пентатлон или многоборье: бег, метание копья, метание диска, прыжки в

длину с альтерами в руках, борьба. Третий день – единоборства: кулачный бой, борьба и панкратион. Четвертый день – был отдан юношескому пентатлону. Пятый день – гонка на колесницах и в завершении игр проводился застольный пир с участием атлетов и делегаций. Позднее спустя месяц после завершения больших игр, в Олимпии в честь богини Геры стали проводить малые игры для женщин или Героиды.

Игры в Олимпии проходили один раз в четыре года или раз в олимпиаду, так в древней Греции назывался календарный период равный четырем годам. Время проведения – священный месяц иеромении или начало нового года (конец июля и начало августа в современном календаре). За два дня до открытия игр все участники, судьи и представители делегаций в составе праздничной процессии двигались 60 километров до Олимпии. Где затем участвовали в священнодействии, зажигали Олимпийский огонь, произносили клятву: «Я честно и упорно готовился, я буду честно состязаться со своими соперниками». Победители в Олимпии получали целый ряд привилегий – денежные премии от правителей своих государств (500 драхм), освобождались от государственных повинностей, обеспечивались бесплатными обедами в городском управлении и другие. Победитель, одержавший трижды победу, получал статус олимпионика и право на установку своей статуи – оригинала в священной роще храма Зевса Олимпийского. Олимпийские игры проводились непрерывно 1169 лет или 292 раза. В 394 году нашей эры император Феодосий I специальным декретом упразднил древнегреческие агоны, а Феодосий II приказал разрушить все сооружения.

Пифийские (Дельфийские) агоны. После игр в Олимпии они считались вторыми по своей значимости и популярности. По преданию античных греков эти игры были установлены еще самим Аполлоном в память об его победе над страшным и кровожадным драконом Пифоном. Исторические факты начала проведения Пифийских праздников связывают их происхождение с состязанием певцов под аккомпанемент музыкального инструмента кифары в Дельфах. Конкурс проводили дельфийские жрецы в честь бога Аполлона раз в восемь лет. Общеэллиническими они стали с 582 года до нашей эры, когда после окончания Священной войны праздниками в Дельфе стала управлять Амфикифия или Совет двенадцати греческих племен. Пифийские агоны стали проводить в конце месяца вукатио (конец августа, начало сентября) каждый третий год олимпиады. Эти игры отличались своим великолепием в организации торжеств, так как были посвящены Аполлону – богу красоты, солнечного света и покровителю искусств. Место проведения равнина в Дельфах. На время проведения Пифийских агонов действовало правило «священного Мира» в течение трех месяцев, чтобы гарантировать участникам и зрителям безопасную поездку на праздник, проведение торжеств и состязаний и возвращение домой. Игры в Дельфе длились 6–8 дней, их программа включала священное театральное действо и торжество в храме Аполлона, праздничное жертвоприношение и праздничный пир в течение трех дней. Затем в оставшиеся дни в театре и на стадионе города Дельфы проводились состязания по художественным (пение – гимн богу Аполлону, игра на флейте и кифаре, театральное и танцевальное искусство, живопись) и атлетическим видам программы. Гонки на колесницах проходили на равнине Криса. Дельфийские игры были играми чести и творчества. Победителям вручали лавровый венок, яблоко и пальмовую ветвь. Воздвигали памятники в виде скульптуры. Победители удостоивались уважения, признания и популярности в своих городах. С восторгом о Пифийских агонах упоминали Плутарх, Овидий, Геродот, Диодор и поэт Пиндар. Творческий дух этих игр нашел свое продолжение в современной цивилизации. Начиная, с 1927 года стали проводить Дельфийские игры или международные фестивали искусства и творчества.

Истмийские агоны. Их проводили на Коринфском перешейке (Истма) весной каждого второго и четвертого годов олимпиады. Истмией посвящались греческому богу

Посейдону. Исторический аргумент начала проведения этих агонов связан со свержением тирании Кипселидов в 586 год до нашей эры. Имея статус общеэллинских праздников, они сопровождалась объявлением священного перемирия, включали в свою программу панкратион, бег, борьбу, кулачные бои и конные состязания. Позднее в Истмии вошли и мусические (от греческого музы – богини пения, поэзии, искусств и науки) конкурсы. Победителям вручался венок из листьев сельдерея или веток сосны. Истмийские агоны играли важную роль в формировании общенациональной культуры греков и в решении политических, экономических вопросов. Во время игр заключались мирные договоры и торговые соглашения, которые вывешивались на публичное обозрение на специальном столбе в сосновой роще возле храма Посейдона.

Панафинейские агоны. Первоначально были основаны на местном общинном празднике Афинеи, посвященном покровительнице города богине Афине Полиаде. Учредил игры царь Эрихтоний. Начиная с 565 года до нашей эры. Панафиней проводились в августе каждого третьего года олимпиады. Включали мусические конкурсы, атлетические и конные состязания. Победителей награждали оливковыми венками и амфорами с оливковым маслом. На прекрасных амфорах были изображены виды проводимых состязаний. Позже амфоры заменили специальные кубки. Для проведения этих агонов в Афинах был построен подковообразный стадион с трибунами на 50 тысяч мест и ареной для выступлений размером 204 на 33.4 метра.

Немейские агоны. Проходили в северо-восточной области Пелопоннеса в Арголиде с 473 года до нашей эры. Получили свое название от долины Немей. Они посвящаются первому подвигу Геракла над кровожадным львом, опустошавшим Немейскую долину. Агоны в Немей проводились зимой на второй год олимпиады и летом на четвертый год олимпиады. Независимо от времени года программа игр была постоянной. Это состязания музыкантов, гонки на колесницах и скачки, пентатлон, бег, борьба и кулачный бой. Традиционное награждение – венок из сельдерея.

4. Физическая культура Древнего Рима

Физическая культура в государстве, достигшем наивысшей ступени развития в эпоху древнего мира, была своеобразной и очень противоречивой. Ее становление и развитие следует рассматривать по трем периодам государственного устройства Древнего Рима: физическая культура Царского периода (VIII–VI век до нашей эры), физическая культура Республиканского периода (VI–I век до нашей эры), физическая культура Императорского периода (31 год до нашей эры – 476 год нашей эры). Физическая культура Древнего Рима отражала особенности общей национальной культуры двух самых крупных народов – этрусков, представляющих поселения греков на юге Италии и латинян, населяющих Рим.

Царский период характеризуется наличием у этрусков занятий по физическому воспитанию в палестрах и гимназиях, а также проведением состязаний и ритуальных церемоний в рамках международных встреч «Союз городов», созданным Альба Лонгом в VIII веке до нашей эры между Римом и окружающими его поселениями. В программу состязаний были включены упражнения по бегу, езде на колесницах, фехтованию, борьбе. На соревнования союза городов приглашались представители других народов, городов-полисов. Постепенно эта форма физической культуры себя изжила, т.к. соревнования стали носить чисто «римский» характер. Начиная с VI века до нашей эры, развлечения в Древнем Риме стали светскими. Отвечали за их проведение уже не жрецы, а патриции. Самыми ранними римскими гражданскими праздниками считаются **Римские игры**. Они длились 14–15 дней и

устраиались перед боевыми походами, по случаю победы или принятия присяги. Их постоянным местом проведения была избрана долина между Палантинном и Авентином, где был сооружен первый цирк.

Второй период или *Республиканский* в развитии общества Древнего Рима резко изменил характер физической культуры. С арены цирка исчезли представления с участием молодых патрициев и плебеев, которые демонстрировали перед публикой свои умения владеть оружием. Физическая культура стала приобретать военный характер и как средство подготовки широко использоваться в военных лагерях, где граждане Римской республики стали проводить лучшие свои годы. Возникла **легионерская система воспитания**. Требования по физическим умениям и навыкам в этой системе были разнообразными и включали – плавание, прыжки в длину, преодоление препятствий и т.п. Они проводились в обнаженном виде и с полной боевой выкладкой, вес которой достигал 25–30 кг. Постоянно устраивались длительные пешие марш-броски на 30–40 км со скоростью передвижения 6 км/час. При этом возрастные особенности легионера не учитывались. Идеалом общественного сознания в этот период становится воин-легионер, презирающий искусство, красоту, образование и мирную демонстрацию своих физических возможностей и умений на публике. Несмотря на все это, было бы неверным утверждать, что граждане Римской республики не использовали другие формы физической культуры. В высших кругах сохранились традиции заниматься упражнениями с гантелями, играми. Богатые патриции строили при своих домах крытые сооружения – сферистерумы, где играли в мяч и плавали. В семьях среднего достатка юноши воспитывались отцами и получали азы грамматики и арифметики, учились верховой езде и владению оружием. Между собой молодые люди очень часто состязались в метании копья, дрались на кулаках и боролись. О римлянах философ Сенека писал: «...недалекие люди, тела которых упитаны, а ум груб. В Риме давно забыли о красоте и грации человеческого ума и тела». Начиная с III века до нашей эры, в Древнем Риме появляются новые развлечения – **Плебейские игры**, **Аполлоновы и Мегаленские игры**, а также **флоралии**, в честь богини Флоры. Эти празднества были ежегодными. Продолжительность каждого из них составляло 6–7 дней. Кроме регулярных игр, в Древнем Риме устраивались экстраординарные праздники по любому случаю и по желанию магистрата. Общая сумма праздничных гуляний римлян в году превышала 70 дней. В отличие от древнегреческих агонов, игры в Древнем Риме были представлены: во-первых – торжественным шествием во главе с помпой, т.е. организатором игр; во-вторых – непосредственным проведением состязаний в цирках; в-третьих – сценическими представлениями в театре; в-четвертых – массовыми угощениями. Характеристика физической культуры этого периода была бы не полной без воспоминания о **системе подготовки гладиаторов**, возникшей в конце III века до нашей эры. Идея гладиаторских боев была позаимствована с греческих обрядов посвящения. Гладиатор или «глядиус», в переводе с латыни, означает носящий меч. Гладиаторские школы стали открываться во всех уголках Древнего Рима. Во главе подготовки идущих на смерть, стояли хозяева школ «ланиусы» (мясники). Для страшных зрелищ римлянами Республиканского периода стали возводиться универсальные сооружения, имеющие великолепные арены, на которых одновременно вели поединок сотни гладиаторов. Примером таких сооружений может служить Колизей, вмещающий свыше 300тысяч зрителей. Жестокое отношение к гладиаторам привело к их массовым восстаниям. Самое крупное и знаменитое из восстаний гладиаторов было восстание под предводительством Спартака (74–71г.г. до нашей эры).

Третий период, именуемый *Императорским*, положил конец гражданским войнам и внешнему кризису. Физическая культура превратилась в предмет «заботы императорской власти». Стали строиться роскошные **сооружения – термы**,

включающие бани, бассейны, многочисленные фонтаны, площадки для игр с мячом, крытые коридоры для бега и прыжков, залы для философских бесед, библиотеки, картинные галереи. В термах римляне занимались фехтованием, упражнениями с гириями, подвижными играми, гимнастикой, а также участвовали в состязаниях. Императором Августом возобновились состязания на колесницах, проводимые в цирках. **Цирковые состязания**, символизирующие круговое движение небесных тел, приобрели новое содержание. Они стали не только средством развлечения знати и народных масс, но и средством заработка. Громадные цирковые сооружения и амфитеатры были воздвигнуты в Помпее, Капуе, Вероне и Сиракузах. Самым популярным являлся Максимус (Большой цирк) в Риме на 350 тысяч мест. В этот период в Древнем Риме стали выделять «звезд» среди наездников и гладиаторов. Их одаривали дворцами, золотой утварью и свободой. Заработок такой «звезды» порой равнялся заработку 100 адвокатов. В любительских гонках стали участвовать сенаторы и императоры, среди которых блистали Нерон, Тит, Гадриан и другие. Чтобы сделать народные зрелища более яркими арены крупнейших амфитеатров стали переоборудоваться в бассейны. В них устраивались всевозможные поединки в воде и морские сражения. Продолжительность развлекательных представлений в Императорском периоде уже превысил 170 дней в году. В конце описываемого периода появились и первые **физкультурные объединения, фракции и партии**. С их появлением арены цирков постепенно превратились в политические баталии. Наиболее известными в Древнем Риме были такие фракции болельщиков как «синие» и «зеленые». Чтобы предотвратить волнения и драки между сторонниками различных фракций, возникающие на стадионах и ипподромах, император Юстиниан закрыл все развлекательные сооружения, кроме Византийского ипподрома. Однако, впоследствии и это сооружение не избежало участи остальных. Причиной послужило событие, когда на арене Византийского ипподрома произошло самое крупное противостояние болельщиков, унесшее жизнь 30 тысяч человек. Оно вошло в историю под названием «Ника».

Так был положен конец уникальным формам физической культуры древнего и рабовладельческого периодов развития общества, которые благодаря деятельности Римской империи превратилась в средство наживы и политической борьбы.

Лекция 3

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СРЕДНЕВЕКОВЬЯ

1. Физическая культура в средневековой Западной Европе.
2. Физическая культура народов средневековой Азии (Япония, Китай).
3. Физическая культура народов Америки.
4. Физическая культура Русского централизованного государства.
5. Первые теоретики системы физического воспитания эпохи Возрождения.

1. Физическая культура в средневековой Западной Европе

Современная историческая наука использует термин «средние века» применительно к периоду общественного развития с конца V до XVII века, когда в наиболее развитых районах мира определяющую роль играл феодализм. К новым формам физической культуры, соответствующей общественному строю, народы пришли в разное время. Рассматривая историю физической культуры стран Западной Европы, следует учитывать физическую культуру периода становления феодализма (V–X века), расцвета феодализма (XI–XV века) и заката феодализма (XV–XVII века). На первом этапе огромную негативную роль на дальнейшее развитие физической культуры в Западной Европе сыграло теологическое учение средневековой христианской церкви, т.к. некоторые ее направления проповедовали идеал физического тела в соответствии с телом распятого Христа. Идеалом человека раннего средневековья стал образ аскетического монаха, несшего на своем челе отражение страданий и лишений во имя спасения души. Поэтому проповедовалось презрение физических влечений. Вследствие чего, в ряде европейских учебных заведений, были отменены занятия физической культурой, оттеснено на задний план гигиеническое воспитание, преданы забвению античные принципы физического и духовного развития. Подвижные игры, проводимые с детьми младшего возраста, считались источником греха. Ссылаясь на церковника Тертуллиана, теологическое учение объявило физические упражнения и игры действием дьявола. Были забыты заветы христианских источников, где пренебрежительное отношение к культуре тела грешно и недопустимо. «Вы – свет мира... Вы – соль земли. Если же соль потеряет силу, чем сделаешь ее соленую? Она уже ни к чему не годна», – можем прочесть мы в Евангелие от Матфея. Приветствие занятий физическим воспитанием можно найти и в такой канонической работе, как Послания Коринфянам: «Не знаете ли, что бегущие на ристалище, бегут все, но один получает награду? Так бегите, чтобы получить». С превращением христианства в государственную религию началась борьба церкви с язычеством, а, значит, со всеми формами физической культуры, связанных с ритуальными состязаниями, играми, танцами, видами упражнений, выполняемых в честь языческих богов. С другой стороны, полностью придать анафеме физические упражнения было невозможно, т.к. для укрепления власти феодалов были необходимы сильные, выносливые воины, что послужило формированию в период развитого феодализма в Западной Европе физической культуры господствующего класса (феодалы) и плебейской физической культуры (горожане и крестьяне).

Рыцарская система воспитания. Ярким примером физического воспитания правящей элиты и феодалов служит система подготовки рыцарей. Ее появление связано с созданием в IX веке первого рыцарского ордена, основанного первым французским рыцарем **Профансом Годфруа де Преи**. В соответствии с требованиями к членам ордена, юношам из аристократических семей следовало постичь *умения*: ездить верхом, плавать, охотиться, стрелять из лука, сражаться. Эти пять умений легли в основу физического воспитания рыцарей. Самым сложным упражнением считалось обучение верховой езде рыцаря, закованного в латы. Обучение плаванию сводилось к умению переплывать через водные преграды на лошади, используя бурдюки и вязанки хвороста, чтобы не утонуть. При овладении навыками охоты обращалось основное внимание на «травлю» оружием крупных зверей: зубра, кабана, медведя, оленя. Соколиная охота и охота с луком устраивались в качестве развлечения и досуга. В навыках сражаться с противником долгое время уделялось техническому мастерству всадников, вооруженных копьем, мечом и щитом. С XIV века началось обучение рыцарей пешим военным действиям, где большую популярность приобрели умения самозащиты без оружия, напоминавшие японскую «джиу-джицу». С XIV века пятый раздел дополнился умениями лазить по стенам и штурмовать города. Кроме этого, сам

список навыков увеличился до семи. Были добавлены: овладение навыками развлекательных игр для службы при дворе; обучение придворным манерам (танцевальным движениям, искусству чтения стихов).

Кроме прикладных умений, воспитание рыцарей предполагало и нравственное воспитание или формирование *семи добродетелей*. Таких, как верность церкви и преданность покровителю, личную храбрость, соблюдение чести и достоинства во время поединка, святость данному слову, великодушие к побежденным, благородное отношение к женщине. Однако далеко не всех рыцарей того времени можно было назвать высокообразованными. Большинство из них были невежественны, неграмотны. Много времени проводили в военных походах, грабили чужие земли и подавляли восстания собственного народа. Система подготовки рыцарей предусматривала следующую структуру. Воспитание начиналось с 10 лет. Рядовые феодалы отдавали сыновей в своеобразные «школы хорошего воспитания» при замке главного рыцаря, с которым родители ребенка состояли в родстве или дружеских отношениях. Для каждого опытного рыцаря такая важная миссия считалась очень почетной и ответственной. На первых порах обучения мальчики исполняли роль *пажа* и прислуживали хозяйке дома, обучаясь поэзии, танцам и дворцовому этикету. Кроме этого они обучались умениям и навыкам метания камней и копий, прыжков, бега, верховой езды, борьбы, стрельбы из лука. В 14 лет пажа производили в *оруженосцы*. Подростки получали право носить меч и шпоры, сопровождать и прислуживать своему рыцарю-воспитателю. Под руководством специально приглашенных преподавателей в этот период их учили бегу в тяжелых латах, мастерству фехтования, штурму городских стен, преодолению рвов и заборов, дрессировке собак, игре в шахматы. Зарекомендовав себя с положительной стороны, к моменту своего совершеннолетия, молодой человек просил государя или гран-сеньора о праве на посвящение в рыцари. После получения разрешения и исполнения 21 года оруженосцу назначался *день посвящения*. Для этого обряда, как правило, избирался канун больших церковных праздников или дни рождения, коронации знатных особ. Оруженосцы, готовящиеся к посвящению, назывались «novice» и на протяжении нескольких дней участвовали в исповеди и приобщении Святых тайн. Они соблюдали строгий пост и молились. После чего их облачали в белую как снег льняную одежду, символизирующую непорочность поведения избирающегося в рыцари. Они становились кандидатами (*candidus*, т.е. непорочный). Кандидат на ночь помещался в церковь для молитвы. Утром за ним приходили рыцари-восприемники, проводящие обряд посвящения. Кандидата сопровождали в баню, после чего надевали на шею перевязь с мечом и укладывали в постель, покрывая белым или черным покрывалом. Этот обряд означал вступление в новую жизнь и прощание со скверными поступками. Далее кандидата в сопровождении родственников и знатных гостей вели опять в церковь, где священник благословлял его меч. По окончании этой церемонии восприемники уводили юношу в комнату и облачали в темную фуфайку, золотую рубашку, кольчугу и мантию с гербом. В этом наряде новоиспеченного рыцаря должен был поцеловать король или очень знатный рыцарь. Далее под звуки барабанов и труб организовывалось торжественное шествие, впереди процессии на бархатных подушках восприемники несли доспехи кандидата. Затем следовала литургия во имя Святого Духа, кандидат выслушивал ее стоя на коленях у алтаря. По окончании обедни церковнослужители выносили аналой с книгой рыцарских законов, которые зачитывались в присутствии всех. В дальнейшем кандидат преклонял колено перед королем и произносил слова клятвы: «Обещаю и клянусь в присутствии Господа моего и государя моего положением рук моих на Святом Евангелие тщательно блюсти законы и наше славное рыцарство». По окончании клятвы государь вынимал свой меч и три раза ударял им по плечу новоизбранному и повелевал надеть на него золотые шпоры, как символ неутомимости рыцаря. Затем, восприемники вручали кандидату щит с родовым гербом, шлем, меч, панцирь, копьё, перчатки и коня.

В честь новоиспеченного рыцаря после ритуала посвящения устраивался пир. Таков был обряд посвящения в мирное время при дворах королей, принцев и гран сеньоров. В военное время он проходил значительно проще: три удара мечом по плечу со словами «Во имя Отца, и Сына, и Святого Духа, и Святого Великомученика Георгия жалую тебя рыцарем». В зависимости от места посвящения рыцари именовались почетными званиями: рыцарь битвы, рыцарь подкопа, рыцарь штурма и т.п. Если вначале становления института рыцарства посвященным мог быть только родовой по отцу и матери дворянин, то в дальнейшем государь за особые заслуги мог возвести в рыцарский сан и простолюдина (простого воина, крестьянина, трубадура), который вместе с посвящением становился дворянином. Их называли «рыцари из милости». Но было еще и такое звание, которого удостоивались только представители высшего дворянства – звание знаменного рыцаря. Посвященные в рыцари давали *воинские и христианские обеты* (личные клятвы), которые обязаны были выполнить. Если у рыцаря в одежде появлялся такой элемент как цепь, кольцо, ожерелье то это символизировало факт наличия обета на поединок или вызов. Рыцарь носил амулет-вызов до поединка с обидчиком. Если, в этот период другой рыцарь, требовал поединка, то старый обет терял свою силу. Рыцарь освобождался от данного ранее слова.

В течение XI–XII веков институт рыцарей распространился на всю Западную Европу. Они получали за службу поместья, звания. За это воины-дворяне попадали в вассальскую зависимость от короля. Стали создаваться многочисленные самостоятельные рыцарские организации – ордена. Наиболее известными и влиятельными были: иоанниты (1048 год), тамплиеры (1119 год), немецкий рыцарский орден (1198 год). Основной формой военно-физической подготовки рыцарей являлись *рыцарские турниры*. Один из средневековых историков так объяснял значение турниров: «Рыцарь не может блестяще воевать, если он не подготовился к этому во время турниров. Нужно, чтобы у него пролилась кровь, чтобы трещали зубы под ударами противника. Нужно побывать распростертым на земле, чтобы почувствовать вес противника. Нужно, чтобы его 20 раз выбили из седла, и чтобы он 20 раз встал. Тогда рыцарь станет отчаянным в борьбе. Только тогда он сможет отправиться на тяжелую военную службу с надеждой стать победителем». Наибольшее распространение получили две основные формы рыцарских турниров: парные и групповые состязания. В первом случае это был поединок двух рыцарей в полном вооружении. Противники пытались с помощью острого или тупого копья выбить друг друга из седла. Отсюда происходит и название турнира. Второй этап «бодание» или схватка на рапирах. Если он заканчивался безрезультатно, то состязание завершалось силовой борьбой. Вторая форма – турнирная игра и массовая схватка. Массовая схватка была опасным развлечением и часто заканчивалась смертельными исходами, несмотря на разработанные правила и прочные латы. В течение XIV века, в целях предотвращения дальнейших несчастных случаев, борющиеся стороны стали разделяться барьерами. Были созданы специальные виды турнирного оружия. Если силы противников были равны, древко их оружия ломали. Отсюда выражение «ломать копья», т.е. не наделать глупостей. Лошадей и оружие побежденных получали победители. С XII века победителям отдавались только воинские регалии потерпевшего поражение, а также дарованные кубки, золотые венки, жезлы и... «рука прекрасной дамы». Первые турниры начали проводить в городе Прованс (Франция). Физическая подготовка феодалов не ограничивалась только турнирами. Использовались и другие формы подготовки. Это многодневная охота, конное поло, состязания по бегу, прыжкам и метанию. С XV века большую популярность получили состязания по прыжкам через стол и на стену, а также заимствованный у плебейской физической культуры парный танец с ритопами и прыжками.

Следует обратить внимание на роль рыцарства в развитии истории гербов и геральдики. Родовые знаки и символы (тотемы) появились еще в первобытное время, когда род или племя избирали животных, растения как своих прародителей. В рабовладельческий период эти знаки легли в основу прообразов гербов и помещались на доспехах, знаменах и перстнях. Благодаря личным эмблемам в феодальный период получила развитие геральдика, как особая форма символики. Считается, что официальные гербы появились в X–XI веках, а первым королем, имевшим личный герб, был Ричард I Львиное сердце. Его три золотых леопарда стали с тех пор символами королевских династий Англии. Во времена крестовых походов использование гербов приняло массовый характер. Это потребовало создания упорядоченной системы символических изображений как средства коммуникации, ибо герб служил опознавательным знаком, несущим информацию о владельце и позволял опознать рыцаря, отличить своих от чужих во время поединка и военных баталий. Рыцари принесли в геральдику цветовое оформление или эмаль. Наиболее используемыми цветами гербов стали синий (цвет неба), голубой (заморская синева), красный (цвет розы), зеленый и оранжевый. В цвет герба, в последствии, рыцари стали красить свои латы, щиты и даже гривы и хвосты своих боевых коней. Рыцари позаимствовали у арабов детали геральдической конструкции – намет и бурлет. Намет, т.е. кусок материи, изображался на гербе в виде закрепленной на шлеме накладки с развивающимися концами. Бурлет (венок) – это изображение держателя накладки в виде венка или короны. Наличие этих элементов на гербе рыцаря служило доказательством его отваги и участия в самых жарких баталиях.

Основу *плебейской* (народной) физической культуры составляли обрядовые упражнения крестьян средневековой Европы. Они использовали упражнения, воспитывающие и демонстрирующие силу, быстроту, гибкость, смелость. Большую популярность получили бег на коньках, игры с битой, скачки, танцы, борьба с палками, метание камней и т.д. Большая часть элементов этих упражнений легла в основу современных видов спорта: толкание ядра от ирландского обряда «броски наплечного камня», бег с барьерами от развлечений английских пастухов «прыжки через земляные валы» и т.п. Проводились физические состязания крестьян во время перерыва в сельскохозяйственных работах и приурочивались, как правило, к религиозным христианским и языческим праздникам. Основные формы народной физической культуры – состязания и игры на ярмарках и свадьбах. Физическая культура крестьян средневековья стала составной частью национальной культуры народа.

У *городского* населения средневековой Западной Европы система физической подготовки была связана с борьбой за независимость от феодалов. Физической подготовкой горожане занимались в специально созданных цеховых отрядах, школах, обществах, объединениях. Занятия носили специфику *отраслевой и военной* подготовки. Во главе групп стояли капитаны, проводящие занятия. Для демонстрации полученных умений и навыков городскими властями устраивались массовые гуляния и праздники. Результаты поединков оценивали назначенные «*арбитры*». В зависимости от отраслевой принадлежности (гончары, кузнецы, ткачи, рыбаки и т.д.) выбирались предпочитаемые виды упражнений. Городская средневековая физическая культура подарила будущим поколениям такие виды, как фехтование, кулачные бои, греблю, плавание, игры с мячом. Опыт в организации массовых праздников-состязаний ляжет в основу спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий современной цивилизации, в профессионально-прикладное направление физической культуры.

2. Физическая культура народов

средневековой Азии (Япония, Китай)

Средневековая Япония. Историки датируют феодальное государственное построение в Японии с конца VII века. В этот период начал формироваться «институт японского рыцарства» в среде военно-феодального сословия. Кодекс воспитания *буси* (воина феодала) включал знание и соблюдение традиционных японских норм этикета и военно-физические навыки и умения. Прикладная физическая культура японских рыцарей была представлена стрельбой из лука, фехтованием одним и двумя мечами, метанием копья, верховой ездой и секретами психологического воздействия на противника.

Одной из привилегий высших сословий средневековой Японии была борьба **сумо**. Этот вид упражнений тесно связан с народным японским эпосом о боге Такамикадзути, благодаря которому, японцы получили право жить на острове Хонсю. Борьба сумо возникла как религиозно-ритуальное действие в VII веке. Впервые показательные выступления борцов на публике были продемонстрированы во дворце Императора в честь корейских послов. Расцвет этого вида упражнения приходится на период прекращения междоусобных войн в Японии. Первое публичное состязание борцов состоялось в 1629 году в городе Иедо. В это время в сумо начинают формироваться основные канонические приемы, совершенствуются правила и ритуалы борьбы, складывается борцовская иерархия, вводится звание великого чемпиона – йокодзун. Сумо – это поединок двух суматори одетых в узкие пояса – маваси. Вес атлета (по современным требованиям) не должен быть менее 70 кг, рост – не менее 173 см. Побеждает тот борец, который заставит соперника первым коснуться ринга любой частью тела, за исключением подошв ступней. Запрещаются удары кулаком, пальцами или ребром ладони, пинание ногами в живот, грудь, горло и пах. Суматори в подготовке используют особую систему питания, много внимания уделяют специальной прическе и ритуалам, образованию и соблюдению японских традиций. В буржуазной Японии почитателей сумо стали называть «ретроградами». Начались притеснения борцов сумо. Простой народ отстоял и сохранил этот необычный вид упражнений. Сегодня сумо – национальный вид спорта Японии, который популярен во многих странах мира.

В физической культуре дайме или правящего класса средневековой Японии популярность получают танцы, конное поло, японское кемари (игра на ловкость и быстроту). По приказу Императора в 1603 году в школах Японии вводится обязательное обучение детей плаванию.

Среди простых жителей средневековой Японии особой любовью пользовались такие упражнения как: перетягивание каната, серсо, пятнашки, качели, хождение на ходулях, фехтование на палках. К народной или физической культуре крестьян средневековой Японии относились: вольная охота, пешее поло, игра в мяч с перьями. Особого внимания заслуживает созданная простолюдинами система самообороны без оружия. Она появилась в XIV веке на Окинаве, считавшейся центром крестьянских волнений, которые были жестоко подавлены. Оставшиеся в живых повстанцы стали создавать «школы в зарослях». Придуманная ими система защиты без оружия «**Руки Окинавы**» включала: медитацию и психологическую настройку, развитие выносливости, быстроты и силы ног, развитие специальной силы кистей рук; различные виды ударов руками и ногами в наиболее чувствительные точки; приемы обезоруживания; приемы удушения. В XV веке эту систему присвоили и усовершенствовали самураи, которые на протяжении многих веков были призваны защищать своих влиятельных господ. Происхождение названия самурай от глагола сабурахи, т.е. служить господину. Воспитание самураев строилось на кодексе

«Бусидо». Составной частью их военно-физической подготовки стала система защиты без оружия или дзю-дзюцу. Ее называли «истинной наукой японского народа». Приемы самозащиты хранились в строгом секрете и передавались устно из поколения в поколение. Самураи обучали умениям самозащиты и членов своих семей: стариков, жен и детей. Для сохранения секретности уникальной защиты, самураями были уничтожены все крестьяне, которые знали и придумали систему «Руки Окинавы». В результате этих жестоких преследований в XVI веке все «школы в зарослях» прекратили свое существование, а созданная в средневековой Японии уникальная система самообороны легла в основу каратэ и многих восточных единоборств.

Средневековый Китай. В V веке правящая династия в Китае Чин издала указ о сдаче оружия. Это «безоружное» состязание способствовало формированию в среде китайских крестьян, купцов и мелких дворян своеобразной физической культуры, в основе которой лежали способы самообороны: техника борьбы чиан-шу (борьба с тенями), техника тайных ударов руками и ногами. До совершенства были доведены фехтование на палках и водные состязания. Свой след в физической культуре высших слоев общества оставили обычаи завоевателей-кочевников – тибетские соревнования по бегу, конные состязания, борьба на поясах. От маньчжуров китайцы заимствовали катание на коньках, у индийцев – хаткайогу и метаигры. Позднее высшие слои общества отказались от прежних физических упражнений, увлекаясь конным поло, и перешли на «рыцарские привычки». В XIII веке китайский рыцарь Лун-Ван возродил китайскую игру типа современного гольфа. Им же были разработаны обязательные «рыцарские добродетели». Экономическая политика в X–XIII веках в Китае благоприятствовала развитию физической культуры городского населения. В городах проводились упражнения по балансированию на ходулях и бамбуковых шестах, массовые перетягивания каната, атлетика, игры в мяч с перьями. Продолжала свое развитие система подготовки самообороны без оружия. В XVII веке эта система защиты включала уже свыше 150 движений. Под эгидой буддийской государственной религии распространялась система йоги, заимствованная в Индии. В эпоху правления монгольской династии Юан с XIII–XIV века на первый план в физической культуре вышли состязания борцов, лучников, конников. Начиная с XIV века, физическая культура стала постепенно вытесняться видами изобразительного искусства и литературой. Занятия физическими упражнениями к концу XVII века сохранились только среди представителей простого народа.

Окончательный закат физической культуры в средневековом Китае начался после приглашения маньчжуров для подавления крестьянских восстаний. Новые хозяева обложили большим налогом игровые площадки. Проведение состязаний и народных игр стало невозможным.

3. Физическая культура народов Америки

(до европейской колонизации)

На протяжении XV столетия на территории современной Мексики господствовали племена ацтеков, на полуострове Юкатан – племена майя. Воины этих 2-х народов проходили систематическую военную подготовку, физическая часть которой была связана с фехтованием на палках, техникой пользования копьем, щитом и набрасывания лассо. Много внимания уделялось рукопашной схватке. Проводимые состязания имели ритуальную окраску и сопровождались играми в мяч, состязанием в беге и человеческими жертвоприношениями. Например, после поединков на томагавках и копьях, носивших название «игра цветов», победители приносили в

жертву побежденных. Археологи обнаружили множество площадок для игры в мяч. Проводимые на них соревнования походили на игру в баскетбол, где потеря мяча стоила жизни игроку.

На территории современного Перу проживали племена инков, физическая подготовка которых ежегодно контролировалась состязаниями в ловкости, силе, стойкости и выносливости (бег на 4 км). По исполнению 16 лет дети высших слоев проходили специальное испытание: бег на 8 км, метание камня и копья, прыжки в высоту и длину, стрельба из лука, борьба. Победители получали звания и соответствующие привилегии в обществе взрослых. В отличие от майя, игры инков были более организованы.

Среди других племен распространение получили игры с ракеткой, спуск на санях, игры в мяч на льду, состязания в беге, игры на воде, техника владения копьем под названием «снежная змея». Физическая подготовка американских народов была выше, чем у европейцев.

4. Физическая культура Русского централизованного государства

К концу XV столетия в Северо-восточной Руси сложилось Русское централизованное государство с двумя основными классами: крепостное крестьянство и феодалы. Физическая культура в этот период принимает общенациональный характер и становится относительно самостоятельной отраслью культуры государства.

В быту народных масс (крепостное крестьянство) были распространены разнообразные физические упражнения и игры, развивающие силу, выносливость, ловкость, мужество и упорство. Большой популярностью пользовались стрельба из лука, верховая езда, кулачные бои. У народов, живущих по берегам рек, озер, морей – плавание, гонки на лодках и челнах. К числу упражнений, играющих большую роль в физическом воспитании народных масс, относились также ходьба на лыжах, катание на коньках, салазках, палочные бои на льду, взятие снежных крепостей. Физическое воспитание городского населения было скромнее и проходило в форме «потех» и ярмарочных гуляний: фехтование на пиках и шпагах, акробатика, прыжки, метание камней в цель и на дальность. Физические упражнения у простых людей дополнялись обязательными средствами закаливания: купание, обливание холодной водой после жаркой бани, обтирание снегом. Начиная с XVI, века дворяне (феодалы) стали преследовать крестьян и низы городского населения за увлечения физическими упражнениями и обрядовыми играми. Царь Алексей Михайлович в 1664 году издал специальный указ, запрещающий народные игры и физические упражнения.

Содержание и методы физического воспитания русских феодалов определялись подготовкой их к военному делу. Физические упражнения носили прикладной характер. Детей дворян уже с малых лет начинали готовить к военной службе, которая с 1550 года стала считаться наследственной обязанностью. Детей царской фамилии и привилегированных сословий с 11–12 лет приучали к военной науке через организацию военных потех. В содержание потех входили: стрельба из лука, верховая езда, упражнения на навыки стратегического и тактического боя. В зрелые годы любимым развлечением русских феодалов служила охота на крупного зверя (медведь, кабан, лось, волк) и с соколом на мелкую дичь и птицу.

Для Российского государства в этот период большое значение имела физическая подготовка русского войска. Главными считались конница и пехотные отряды. Воины отрядов должны были уметь владеть топором, саблей, кинжалом,

луком. Царем Иваном Грозным были введены городские полки и лыжные рати. Начиная с 1647 года, полководец Скопин-Шуйский ввел специальное обучение и для народного ополчения. Была издана книга с рядом указаний по физической и строевой подготовке бойцов. Привлечение в конце XVII века иностранных специалистов в физическое воспитание русского войска сыграло негативную роль, так как все свелось только к строевой муштре на плацу.

О значительной роли физической культуры в средневековом Русском государстве говорят и первые педагогические сочинения, затрагивающие физическое воспитание молодежи. Примером может служить книга ученого монаха *Епифания Славинецкого «Гражданство обычаев детских»*. В ней он классифицировал упражнения как пригодные и непригодные. Большое внимание в воспитании и развитии детей автор уделял такому средству физической культуры, как подвижные игры. Епифаний Славинецкий стал первым русским теоретиком физического воспитания.

5. Первые теоретики системы физического воспитания эпохи Возрождения

С XV по XVII вв. ускоренными темпами стали развиваться естествознание, философия, литература, искусство, педагогическая мысль и физическая культура, и они приобрели общественное влияние, и городская буржуазия готовилась сменить строй. Конец феодального строя ознаменовался прекрасным периодом эпохи Возрождения.

Эпоха Возрождения дала физической культуре Западной Европы и мира первые теоретические трактаты по организации физического воспитания. Выразителями прогрессивных идей стали врач Иероним Меркуриас, гуманист Томас Мор, социалист-утопист Томмазо Кампанелла и многие другие. В отношении физического воспитания они:

- отвергли отношение к телу как «тюрьме»;
- наряду с отдельными физическими упражнениями (бег, ходьба, фехтование и т.п.) значительную роль отводили подвижным играм;
- воскресили и распространили передовые методики физического воспитания древней Греции;
- проповедовали идеал гармонично развитого человека;
- пришли к пониманию использования в физическом воспитании средств вольной природы;
- признали взаимосвязь между физическими и духовными усилиями;
- обратили внимание на возрастные особенности занятий физическими упражнениями.

Благодаря их трудам и трактатам в конце XVII века появились первые реформаторы, которыми была сделана попытка введения физического воспитания в учебные заведения. Среди реформаторов особого внимания заслуживают директор лондонской торговой школы *Ричард Малкастер* (1530–1611) и чешский мыслитель-гуманист *Ян Амос Коменский* (1592–1670).

Ричард Малкастер в своей книге «Исследование всех обстоятельств, обязательных в деле обучения детей, идет ли речь о воспитании духа или тела» проанализировал 45 различных ситуаций, связанных с воспитанием детей. Причем 2/3 – под углом морали и физического воспитания. Новаторский характер его размышлений обусловлен тем, что физические упражнения и игры трактуются как продукт участия в

потреблении культурных благ, с помощью которых можно вести (ничем другим не заменимую) подготовку подрастающего поколения. Малкастер обратил внимание на то, что методами и средствами физического воспитания можно не только развивать тело и душу, но и позитивно использовать их в решении других педагогических (воспитательных) проблем. Автор также отводил ведущую роль в физическом воспитании детей и молодежи специально подготовленным преподавателям. К сожалению, пришедший к власти класс буржуазии, смог только частично использовать отдельные элементы новаторского учения Ричарда Малкастера.

В работе чешского мыслителя-гуманиста Яна Амоса Коменского «Великая дидактика» были рассмотрены такие важные моменты в физическом воспитании как:

- воспитание детей дошкольного возраста и подготовки подрастающего поколения;
- правильности избрания и дозирования физических упражнений для сохранения здоровья и переноски усталости, связанной со школьными занятиями;
- о включении в плановую программу обучения физической подготовки;
- на правильность формирования физических упражнений, т.е. их полезность;
- на значимость подвижных игр в физическом воспитании;
- на важную духовную и эстетическую роль физических упражнений.

В своем труде «Мир чувственных вещей в картинках» Я. А. Коменский посвящает целый ряд разделов физическим упражнениям: «Плавание», «Фехтование», «Игры с мячом».

Лекция 4

ВОЗНИКНОВЕНИЕ НОВОЙ ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЕЕ ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ

1. Учение Джона Локка о физическом воспитании и его значение.
2. Буржуазный джентльменский и аристократический джентльменский спорт.
3. Становление и развитие организационных форм современного спорта.

1. Учение Джона Локка о физическом воспитании и его значение

Буржуазный период принес в физическую культуру новую, уникальную форму физического воспитания, которая на протяжении уже более 300 лет влияет на многие сферы деятельности человека. ***Спорт – это высшая форма физической культуры, специальная подготовка для достижения социально значимых результатов (абсолютного и личного) через соревновательную деятельность.***

Основоположником новой формы физической культуры или *спорта* явился Джон Локк (1632-1704), один из величайших мыслителей Англии. Его концепция физического воспитания была основана на теории Ювенала «в здоровом теле здоровый дух» и характеризовалась стремлением к рационализму и полезности. Человеку, по мнению Локка, для преодоления трудностей и для успешной жизнедеятельности, необходимо постоянно укреплять свое здоровье, систематически ухаживать за своим телом, заниматься целенаправленными физическими упражнениями. Особая роль, по учению Джона Локка, отводилась физическим упражнениям, как средству развлечения и досуга. При этом, активный отдых и развлечение, не являлись праздным времяпровождением. Они служили эффективным способом отдыха, снятия нагрузки с утомленного тела и ума. Отсюда и название этой системы «*disport*» от латинского «*disportare*» – развлечение. Создавая свою концепцию физического воспитания, Джон Локк пытался соединить англо-аристократические традиции и мировоззрение нового класса промышленной и торговой буржуазии. Следует также отметить, что Джон Локк классифицировал физические упражнения по целевому назначению: верховая езда – это средство укрепления здоровья, фехтование и борьба – средство самозащиты, подвижные игры – средство формирования характера и т.п. Джон Локк был сторонником естественности в обучении физическим упражнениям: «намного лучше естественная неловкость, чем скопированная желанная поза». Учить физическим упражнениям должен специалист. В своей концепции теоретик высказал пуританский взгляд в отношении публичных соревнований. По мнению Джона Локка, демонстрация абсолютных результатов (рекордов) - это «бесполезное щегольство».

2. Буржуазный джентльменский спорт и аристократический джентльменский спорт

Пришедшая к власти буржуазия, оттеснила на задний план старые обычаи и традиции в физической культуре и создала условия для появления новых направлений в физическом воспитании. В них, нашли свое воплощение и удовлетворение запросы общества в сфере материального обогащения, здравоохранения, образования и профессиональной подготовки, а также в сфере развлечений. Концепция физического воспитания Джона Локка не смогла объединить аристократов и буржуа. В конце XVII века возникли две противоположные системы физического воспитания: буржуазный джентльменский спорт и аристократический джентльменский спорт.

Основу ***буржуазного джентльменского спорта*** составляли коммерческие сделки буржуа по формуле: спортсмен (продавец) – менеджер (посредник) – зритель (покупатель). Это послужило бурному расцвету зрелищных видов физических упражнений, на которых можно было делать ставки и заработать деньги – конные бега, скачки, бокс, легкоатлетические забеги. Стали строиться специальные места для проведения сделок – ринги, ипподромы, стадионы. Азартные пари на скачках, дали толчок к выведению новых пород лошадей и целому ряду открытий в биологии, физиологии.

Интерес к высоким результатам спортсменов во время соревнований напрямую зависел от эффективности подготовки атлетов, их тренированности. Это послужило основанием для создания союзов и объединений профессиональных спортсменов по видам спорта. Стали издаваться первые пособия по технической подготовке: учебник по обучению фехтованию Б.Фишера (Россия, 1796), учебник по боксу Д. Годфрея (Англия, 1747), книга «Атлетические упражнения» Д. Синклера (Англия, 1806) и другие. В дальнейшем, буржуазный джентльменский спорт лег в основу профессионального и коммерческого направлений в спорте, в основу современного спорта высших достижений.

Аристократический джентльменский спорт, был средством активного досуга знатных кругов общества. Занятия спортом для аристократов были обязательными, так как слово «джентльмен» было тождественно слову «спортсмен». Аристократическую сторону олицетворяли клубы верховой езды, крикета, фигурного катания на коньках, фехтования, парусного и конного спорта и другие. Аристократы стали основоположниками студенческого спорта, благодаря внедрению спортивных видов упражнений в высшие учебные заведения. В 1864 году клубные аристократы разработали «Устав любителей спорта», по которому людям физического труда запрещалось участвовать в спортивных мероприятиях аристократов, а также не разрешалось выступать за деньги. В 1867 году в Лондоне был создан Любительский атлетический клуб (ААС), в уставе которого было зафиксировано положение, что лица, принявшие деньги за участие в соревнованиях, не могут участвовать в состязаниях любителей. Это послужило основанием для возникновения любительского направления в спортивной деятельности. Любительский спорт сегодня – это массовый спорт или «спорт для всех». Он основа Олимпийских игр и многочисленных современных систем физического воспитания.

3. Становление и развитие организационных форм современного спорта

Развитие спортивной деятельности как высшей формы физической культуры не проходило стремительно и гладко. Отмечался целый ряд препятствий на пути развития спортивной деятельности: религиозные предрассудки, идеологические и политические препоны, невозможность занятий спортом женщин, двоякое отношение господствующих течений в педагогике к спорту, отсутствие научно-методической базы тренировочного процесса и материально-технического оснащения. Однако уже к концу 60-х годов XIX века на всех континентах, кроме Африки, спорт пустил свои благодатные корни. Все это еще больше усилило интерес общества к спорту и послужило причиной начала развития организационных форм современной спортивной жизни. Стали образовываться спортивные секции в рамках общественных групп по интересам и классификации видов спорта. Позже многие из них переросли в самостоятельные спортивные общества,

объединения. Особенно бурно этот процесс происходил в США, Англии, Германии, Италии, Австралии, Канаде, Скандинавии и Франции. Так как спортивные объединения функционировали в соответствии со своими собственными правилами, то более крупные и авторитетные стали эксплуатировать более мелкие. Это привело к необходимости создания специализированных спортивных союзов. Союзы занялись согласованием техники и единых правил соревнований в различных видах спорта. Примером первых союзов могут служить Атлетический союз любителей гимнастики и легкой атлетики (США, 1888), Национальный университетский атлетический союз (Англия, 1906), а также союзы во Франции и Австро-Венгрии. Затем были созданы международные спортивные объединения по видам спорта или федерации. Первой из них стала ФИЖ – международная федерация по гимнастике, созданная в 1981 году. Развитие организационной структуры позволило сформировать систему международных соревнований. С 1890-х годов стали проводиться официальные международные форумы по отдельным видам спорта.

Первый **чемпионат мира** прошел в Санкт-Петербурге (1896) по фигурному катанию, первый **чемпионат Европы** состоялся в Гамбурге (1891) также по фигурному катанию. Чемпионаты континентов Южной Америки, Австралии, Азии начали проводиться с 1916 года. Огромную популярность получили такие формы соревнований как **Олимпийские игры по летним видам программы**, проводимые с интервалом четыре года начиная с 1896 года и **Зимние Олимпийские игры**, проводимые с 1924 года. В рамках олимпийского движения появились уникальные формы соревновательной деятельности адаптивной направленности: **Всемирные специальные олимпийские игры**, проводимые с 1968 года и **Паралимпийские игры по летним (1960 год) и зимним (1976 год) видам программы**. С 2010 года начали проводить крупнейшие спортивные форумы для 14-18 летних граждан мира – **Юношеские Олимпийские игры по летним и зимним видам программы**. Для популяризации национальных видов спорта и развития спорта высших достижений в регионах с начала XX века путевку в жизнь получила такая универсальная форма соревнований, как **панигры** (местные, региональные игры): панамериканские, паназиатские, панафриканские и другие. В 1980 году Генеральной ассоциацией международных спортивных федераций было принято решения проводить **Всемирные игры по не олимпийским видам спорта**. Первые из них состоялись уже в 1981 году в Санта-Кларе (США). Для студентов с 1924 года были организованы чемпионаты мира по отдельным видам спорта, а с 1959 года – Универсиады. Сегодня международный статус получили спортивные форумы – «Кубок мира» по отдельным видам спорта, международные ралли, первенства и блиц-турниры. В мире насчитывается свыше 100 международных федераций по видам спорта и культивируется более 1500 спортивных дисциплин.

Лекция 5

МЕЖДУНАРОДНОЕ СПОРТИВНОЕ ДВИЖЕНИЕ (МСД)

1. Структура Международного спортивного движения (МСД).
2. Международное рабочее и международное студенческое спортивные движения.
3. Рекреационное направление в спортивной деятельности.
4. Возникновение и развитие регионального спортивного движения и игр.
5. Всемирные игры по не олимпийским видам спорта.

1. Структура международного спортивного движения

Начиная с 60-х годов XIX столетия, в истории физической культуры произошло событие, которое до настоящего времени является составной и неотъемлемой частью спортивной, общественной жизни и межгосударственных отношений – возникло международное спортивное движение – движение, которое объединяет организации и лица, заинтересованные в развитии и совершенствовании спорта на земле. Международное спортивное движение представлено основными структурами – МСО (международными спортивными объединениями) и НСО (национальными спортивными объединениями), которые призваны способствовать использованию возможностей спорта и способствуют установлению тесных контактов между различными странами.

На сегодняшний день таких объединений в МСД насчитывается свыше 500. МСО (НСО) подразделяются на не правительственные (общественные) и правительственные. Общественные спортивные объединения в МСД составляют более 80% и классифицируются:

а) *универсальные и специальные общего характера*, их деятельность не ограничена какой-либо одной областью физической культуры и спорта. К ним относятся: Международный олимпийский комитет (МОК), Международный Совет физического воспитания и спорта (СИЕПС), Ассоциация национальных олимпийских комитетов (АНОК), Ассоциация международных спортивных федераций (ГАИСФ) и Международная олимпийская академия (АИД);

б) *по видам спорта* или международные спортивные федерации. Первые федерации появились в конце 80-х годов XIX века: Международная федерация по гимнастике (ФИЖ) – 1881 год, Международная федерация гребных обществ (ФИСА) – 1892 год, Международный союз конькобежцев (ИСУ) – 1892 год.

в) *по отраслям знаний и деятельности* – это МСО (НСО), имеющие непосредственное отношение к физической культуре и спорту. Например, Международная федерация спортивной медицины (ФИМС), Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), Международное общество психологии

спорта (ИССП), Международная ассоциация высших школ физического образования (АИЕСЕП), Международная ассоциация спортивной прессы (АИПС) и др.

г) *по принадлежности* – например: профессиональной – Международный спортивный союз железнодорожников (УСИК), Международная федерация университетского спорта (ФИСУ), Международный рабочий спортивный комитет (КСИТ) и др.; религиозной – Международная ассоциация молодых христиан, Международный католический союз физического воспитания и спорта и другие.

В задачи МСО входит содействие спортивным организациям отдельных стран в создании соответствующих национальных организаций, признание их, установление и укрепление связей с ними. Практически все МСО и НСО не зависят от правительства своих государств и носят общественный характер. Правительственные спортивные объединения появились относительно не давно и составляют около 20%. Наиболее известным *правительственным МСО* является Комитет по развитию спорта совета Европы (СДДС), созданный в 1978 году. В состав этого МСО вошло 47 государств Европы. Оно действует в соответствии статьи 3 и статьи 6 Европейской культурной конвенции и призвано, во-первых, стимулировать и обеспечивать координацию спортивной политики в государствах, во-вторых, развивать демократические основы спорта, пропаганду этических ценностей и социальной интеграции в спорте. Республика Беларусь, также представлена в этом МСО.

Всего на сегодняшний день свыше 200 государств участвуют в Международном спортивном движении и в его структурах.

2. Международное рабочее и международное студенческое спортивные движения

Международное спортивное движение рабочих. Первые шаги на пути от инстинктивного интереса к физической культуре до организованного рабочего спортивного движения были сделаны в Швейцарии в первой половине XIX века. Однако основы рабочего спортивного движения были заложены не на Европейском континенте, а в Соединенных штатах Америки, где уже с 1848 года стали создаваться международные и региональные рабочие секции, объединения и

федерации по видам спорта. Спустя время эстафету у Соединенных штатов подхватили рабочие Германии. Накануне первой Мировой войны рабочее, спортивное движение в странах Западной Европы достигло своего апогея, что позволило в 1913 году сформировать первую международную, спортивную организацию рабочих – *социалистический спортивный интернационал (ССИ)*. Он провозгласил «теорию нейтралитета», т.е. отказ от политической борьбы рабочих из спортивных союзов. К сожалению, в годы войны эта организация, не успев окрепнуть, распалась. Под влиянием событий 1917 года началась вторая волна возрождения рабочих спортивных организаций. Особенно интенсивно это происходило в Германии. К 1920 году МРСД насчитывало около одного миллиона человек во многих уголках мира. В этом же году в швейцарском городе Люцерне собрались представители спортивных рабочих организаций Англии, Бельгии, Германии, Чехословакии, Финляндии, Франции и Швейцарии. По их решению был создан *Люцернский спортивный интернационал (ЛСИ)*. По отношению к новому общественному образованию, каким являлась советская Россия, ЛСИ был настроен враждебно. Это обстоятельство послужило причиной раскола в рядах рабочего спортивного движения, т.к. в 1919-1923 годах организации Болгарии, Норвегии, Испании, Италии, Франции, Чехословакии поддержали Советскую Россию. В этой обстановке в 1921 году был созван III Конгресс Коминтерна и на I Международном конгрессе рабочих спортивных организаций России, Италии, Германии, Голландии,

Чехословакии, Франции, Скандинавских стран в Москве сформирован *Красный спортивный интернационал (КСИ)*. Единство ЛСИ и КСИ проявлялось только в бойкотировании буржуазных Олимпиад. Поэтому они проводили свои самостоятельные рабочие спортивные Олимпиады: во Франкфурте-на-Майне (1925 год), в Вене (1931 год), в Антверпене (1937год). Международные рабочие организации распались накануне II Мировой войны. В настоящее время руководящим органом МРСД является *Международный рабочий спортивный комитет (КСИТ)*, созданный в 1946 году. Его роль в МСД на фоне МОД и Международных спортивных федераций весьма незначительна. В 1993 году в КСИТ вступали страны Балтии, Мексики, Испании, Болгарии, Словакии.

Международное студенческое спортивное движение. В 1923 году спортивный отдел Международной конфедерации студентов организовал в Париже Международный спортивный конгресс университетов, благодаря которому с 1924 году начали проводиться чемпионаты мира среди студентов по отдельным видам спорта. Они регулярно проводились до II Мировой войны. I студенческий чемпионат прошел в Варшаве по легкой атлетике (1924), II – в Риме (1927), где к легкой атлетике добавились футбол, теннис, плавание, фехтование, III – в Париже (1928), IV – в Будапеште (1935), V – в Париже (1937), VI – в Монако и Вене. Кроме летних чемпионатов мира проводились зимние студенческие чемпионаты. Основоположником зарождения международного студенческого спорта считается *Жан Птижан*, руководитель французской студенческой

молодежи. С 1947 года проведение Всемирных студенческих игр возобновилось под эгидой *Международного союза студентов (МСС)*. В 1949 году в международном спортивном студенческом движении появляется новая структура – *Международная федерация университетского спорта (ФИСУ)*. С 1959 году эти организации объединились и стали проводить свои Универсиады. Универсиада – это форма спортивного форума. Она включает 9 обязательных видов спорта и 1 вид спорта по выбору страны организатора. Кроме Универсиад, ФИСУ проводит Всемирные фестивали молодежи и студентов, названные Международными дружескими спортивными играми молодежи.

3. Рекреационное направление в спортивной деятельности

Ритм жизни массы рабочих в промышленных районах и центрах XIX века диктовалась темпом машинного труда. В течение 6 дней они проводили около 11 часов у станка, в конторах или за прилавком. Утомительный механизм автоматизированной деятельности сменялся апатией воскресных и праздничных дней. Быстрая урбанизация привела к перенаселенным, черным от копоти, лишенным солнца жилым кварталам. Сады и парки – частные и обнесены забором. Подобная обстановка положила начало рекреационному движению, которое позволило:

- 1) вынести школьную физкультуру за рамки школы (внешнее физическое воспитание);
- 2) поддерживать физическую подготовку новобранцев;
- 3) обеспечить восстановление духовных и физических сил простых людей;
- 4) решить проблемы социального саморегулирования и многое другое.

Говоря современным языком, рекреационное движение решало вопросы физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового характера.

Первым представителем этого движения с 1880 года стала *Ассоциация молодых христиан (США)*. Она создала вокруг своих соборов и школ спортивные и игровые площадки, парки для отдыха, организовала программы проведения различных мероприятий под открытым небом. Миссионеры получили базовую подготовку преподавателя физкультуры и

спортивных руководителей. Ассоциация явилась распространителем таких видов как баскетбол, ручной мяч, волейбол. Эта Ассоциация открыла первые кемпинги. Благодаря ассоциации с 1910 года начались активные занятия спортом среди молодежи и трудящихся, стали проводиться региональные игры и чемпионаты.

В 1903 году был создан самостоятельный международный союз «Маккавей» – поощрял занятия спортом и физической культурой, помогал материально в организации физического воспитания еврейским организациям. В 1889 году открылись «Иорданские сады» в Кракове (Хенрик Иордан) – площадки с оборудованием, где каждый мог заниматься. Им помогали социальные инструктора. С 1890 года и в Англии начали открываться спортивные площадки, парки и клубы для отдыха простых горожан.

Значение этого направления в физической культуре так велико, что в 1935 году в Англии был образован Центральный совет физической рекреации, который занимался не только использованием физической культуры для досуга, но и физическим воспитанием в школах. Тотальным государственным урегулированием свободного времени активно занимались организации: «Деятельность после работы» (Италия), «Сила через радость» (Германия) и другие.

Рекреационное движение послужило основой для формирования с начала XX века производственно-прикладного, адаптивного, физкультурно-оздоровительного направлений в физической культуре. Стали открываться предприятия, объединения по выпуску спортивной продукции.

4. Возникновение и развитие регионального спортивного движения

Всемирному развитию МСД наряду с Олимпийскими играми и чемпионатами мира по отдельным видам спорта во многом способствовала организация игр, которые отвечали национально-культурным запросам народов (панигры). Состав стран участвующих в региональном движении определялся их экономическим, географическим, языковым, мировоззренческим и религиозным признаками. Эти игры трудно отнести к какой-либо единой системе, однако, их объединяет друг с другом то, что они проходят под покровительством МОК и в соответствии с его основными принципами и правилами. У этого движения имеются олимпиады, церемония их открытия и закрытия, программа соревнований включает олимпийские виды и местные традиционные. «Желтой олимпиадой» назывались азиатские региональные игры, «латинской» – соревнования стран Американского континента, «женской олимпиадой» – мероприятия, организованные Международным Женским Спортивным Союзом. МОК категорически выступил против использования в названии региональных игр термина «олимпиада».

Основу первых региональных игр заложили миссионеры Христианской ассоциации молодых людей, действовавшие на Филиппинских островах в начале 20 века. Так возникли *Паназиатские игры*, которые с 1913 года по 1930 год проводились по инициативе Японии и носили название «Дальневосточные игры», а затем, до II Мировой войны – «Западно-

азиатские игры». Благодаря настойчивым организационным усилиям члена МОК Сонди (Индия) в 1949 году была создана Ассоциация азиатских игр, которая возобновила проведение Азиатских игр по олимпийской программе, в рамках показательных соревнований широко используются народные игры и виды состязаний. Менее развитые в спортивном отношении страны Дальнего Востока в конце 1950-х годов учредили Юго-восточноазиатские игры, которые впервые провели в столице Таиланда Бангкоке (1959). В программу игр были включены такие виды спорта как: легкая атлетика, бадминтон, настольный теннис, баскетбол, бокс, футбол, плавание, стрельба, волейбол и тяжелая атлетика.

Панамериканские игры. Во время I Мировой войны (1914–1915) по инициативе МОК и Латиноамериканского олимпийского комитета в Новом Свете началась подготовка трансконтинентальных игр, охватывающих Центральную и Южную Америку. С середины 1920-х годов в этих играх приняли участие только государства района Карибского моря. Так появились Карибские игры. В 1937 году по просьбе руководящих спортивных кругов США Панамериканский конгресс сделал попытку провести масштабные континентальные игры. В связи с чем были организованы игры Боливара в Боготе. После II Мировой войны возобновилось проведение Карибских игр (1946) и игр Боливара (1947). В программу Панамериканских игр входит свыше 20 видов спорта, наиболее распространенных на Американском континенте. Начиная, с 1975 года в них успешно участвуют и спортсмены Кубы.

Балканские игры. Наряду с паниграмми («пан» в переводе означает «местные») различных частей света все более значимую роль в МСД стали играть соревнования небольших географических районов: Балкан, Скандинавии, Каталонии. Первые Балканские игры состоялись в 1929 году и включали в себя состязания по футболу, легкой атлетике. Начиная, с 1930 года в них были включены и другие виды спорта. Особенностью этих региональных игр является то, что помимо главных соревнований, проводились в независимые сроки отдельные чемпионаты. С 1946 года Балканские панигры были расширены, в них стали принимать участие Венгрия, Болгария, Румыния, Югославия, Албания.

Игры Британской Империи. Мысль о проведении «Имперских игр» принадлежит миссионеру Ашли Куперу, и была основана на ирландском эпосе – играх Тайлте, процветающих в древние времена в течение нескольких столетий и содержащих состязания по легкой атлетике, фехтованию и борьбе. С 1911 года Имперские игры получили статус «организованных мероприятий по сплочению нации» и приурочивались к имперским фестивалям. Победители стали награждаться имперским переходящим призом. С конца 1920-х годов в них, как независимые участники стали выступать команды Канады, Австралии, Южной Африки. В 1924 году был организован самостоятельный орган управления «Общество имперских игр», а в 1930 году под эгидой Британского содружества наций были проведены I Британские Имперские игры. Преимущество в программах

игр отдавалось легкой атлетике, борьбе, боксу, тяжелой атлетике, фехтованию, велоспорту. В 1954 году эти игры были переименованы в Игры Британской империи, а с 1970 года в Игры Содружества Наций. Сегодня они очень популярны. В них принимают участие спортсмены из 40 государств.

Панафриканские игры. В 1950-х годах были осуществлены мероприятия, имевшие отношение к миру спорта в Африке. При поддержке французского правительства де Голля были учреждены игры Французского Содружества Наций и впервые проведены в 1959 году в Тананариве. Их участниками стали выходцы из Франции и бывших колоний. Соревнования проходили по 8 видам спорта. По мере усиления освободительной борьбы в Африке стали проводиться Игры франкоязычных стран, а в 1963 году они переросли в Африканские игры дружбы, в которых впервые были представлены женские виды спорта и участвовали команды Алжира, Туниса, Объединенной Арабской Республики.

Основы действительно независимых всеафриканских региональных игр были заложены на конгрессе Всеафриканского Союза спортсменов-любителей (1961). В 1965 году в Браззавиле состоялась первая настоящая «Малая африканская олимпиада», т.е. I Африканские игры. В них участвовало свыше 3000 тысяч из более чем 30 стран. Лучшие атлеты состязались в 9 видах спорта. Африканские региональные игры проводятся до настоящего времени.

В состав регионального спортивного движения еще входят: Католические игры, Тихоокеанские игры, Панарабские игры, Средиземноморские игры, Феминистские игры и другие.

5. Всемирные игры по не олимпийским видам спорта

Одним из заметных событий в международном спортивном движении являются Всемирные игры по не олимпийским видам спорта, которые получили свое право на существование благодаря президентам спортивных федераций. В 1980 году руководители федераций по видам спорта не входящим в программу Олимпийских игр обратились в Генеральную ассоциацию международных спортивных федераций. Начиная, с 1981 года эти игры стали проходить один раз в четыре года в после олимпийский год. Первые Всемирные игры по не олимпийским видам спорта прошли в Санта-Кларе (США, 1981). С 2001 года патронаж над соревнованиями взял на себя МОК. На протяжении своего существования Всемирные игры проходили в Лондоне (Великобритания, 1985), Карлсруэ (Германия, 1989), Гааге (Нидерланды, 1993), Лахти (Финляндия, 1997), Акита (Япония, 2001), Дуйсбург (Германия, 2005), Гаосюнь (Тайвань, 2009). Управление Всемирными играми осуществляет Международная ассоциация мировых игр. Программа этих соревнований и количество видов спорта постоянно совершенствуются. Сегодня на них представлены свыше 40 видов спорта,

участвуют более 3000 атлетов из 100 стран мира среди которых Республика Беларусь. Следует отметить что целый ряд спортивных дисциплин Всемирных игр были затем включены в олимпийскую программу как например: прыжки на батуте, пляжный волейбол, софтбол, триатлон (комбинация из бега на 10 км., плавания на 15 км., велогонки на 10 км.), таэквондо и другие. С 1997 в играх было представлено свыше 30 новых федераций представляющие разнообразные популярные виды спорта, среди которых парашютный спорт, аэробика, акробатика, спортивные танцы, военное пятиборье, джиу-джитсу, айкидо и многие другие. Программа игр представлена основными и демонстрационными видами спорта. Очень много видов спорта для нас жителей Беларуси являются «экзотическими». Среди «экзотических» например: тамблинг, рэкитбол, трамполайн и другие. На Всемирных играх соблюдается общепринятый порядок арбитража, выявления победителей и призеров, церемониал награждения и проведения соревнований. Осуществляется трансляция игр по каналу «Euro sport». Стадионы заполняются многочисленными зрителями. В целом, проведение Всемирных игр по не олимпийским видам спорта способствует укреплению и расширению международных контактов атлетов разных стран, популяризации видов спорта и расширению рамок международного спортивного движения.

Лекция 6

МЕЖДУНАРОДНОЕ ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

1. Пионеры возрождения Олимпийской идеи. Идеология современного олимпизма.
2. Жизнь и деятельность Пьера де Кубертена.
3. Возникновение Международного Олимпийского движения. Олимпийская хартия.
4. Олимпийские игры по летним видам программы.
5. Зимние Олимпийские игры.
6. Всемирные специальные олимпийские игры и Паралимпийские игры. Юношеские олимпийские игры.

1. Пионеры возрождения Олимпийской идеи. Идеология современного олимпизма

На протяжении многих веков делались неоднократные попытки возвращения понятия Олимпийские игры в сферу общественного сознания. В

1450 году выдающийся государственный деятель Италии *Матео Палмиери* пишет ряд политических дискуссионных работ для полемики с церковными и феодальными властями о необходимости возврата физического воспитания к идеям античного мира. Очень подробно, с точки зрения медицины и педагогики, занимался вопросами возвращения в общество античных состязаний *Иероним Меркуриалис*. Он посвятил этой идее свой труд «Де арте гимнастика», написанный в 1592 году. К пионерам олимпизма следует отнести и юриста *Иоханнеса Аквилла*, который в 1516 году организовал в Бадене «показательные олимпийские выступления». Нравственность древнегреческой системы воспитания воспевал в своих поэтических произведениях в XVI веке и *Ганс Сакс*. В буржуазном толковании идею олимпизма впервые выдвинул английский драматург *Томас Кид* (1544–1590), который поставил в своем театре сцены и истории Олимпийской деятельности. Тем самым он пытался обличить пороки своей эпохи и изнеженность правящей знати. Королевский прокурор *Роберт Довер* при поддержке Якова I организовал в 1604 году в Бартоне-на-Хэсе серию соревнований, получивших название «Английские Олимпийские игры», проводившиеся в течение 100 лет. Мир античных игр вдохновлял *Фридриха Шиллера*, который с 1785 года в своих письмах связывает идею олимпизма с эстетическим воспитанием. С середины XVIII века вопросам олимпизма посвящали свою деятельность *Жан Жак Руссо*, *Михайло Ломоносов* и многие другие.

В XIX веке под влиянием исследований раскопок Олимпии в 1830 году археологом *Эрнестом Курциусом* идея олимпизма вновь начинает активно занимать европейцев. В этот период в Швеции в курортном местечке Рамлеса были организованы показательные выступления гимнастов по программе древних Олимпийских игр. В 1838 году в греческой деревне Летрино в память об освобождении своей страны от турецкого иго жители решили проводить Олимпийские игры аналогичные античным. В 1844 году в Монреале организуют «Олимпийские игры». В 1859 году в Афинах был восстановлен античный стадион и проведены легкоатлетические олимпийские соревнования, где приняли участие греки с Малой Азии, Александрии, Кипра. Данные игры проводились шесть раз вплоть до 1889 года.

Возродить по настоящему «дремавший» более тысячелетия дух античных олимпиад удалось лишь французскому барону *Пьеру де Кубертену* в 1894 году.

Причины возрождения Олимпийских игр Пьером де Кубертенем основывались на ряде серьезных обстоятельств:

во-первых, создание эффективной системы школьного физического воспитания на основе учения Томаса Арнольда или спортивно-игровой системы воспитания с целью усиления физической подготовки и укрепления здоровья молодежи Франции. С этой целью в 1880 году группа либералов-республиканцев во главе с Кубертенем учреждает Национальную Лигу физического воспитания;

во-вторых, поднятие пошатнувшегося международного статуса Франции за счет международных соревнований и без ущерба ее авторитету;

в-третьих, развитие разнообразных видов спорта во Франции и привлечение к любительским занятиям спортом богатой французской буржуазии, расширение организационных форм развития физической культуры и общения спортсменов;

в-четвертых, воплощение идеи интеграции народов мира через международное спортивное движение;

в-пятых, сплочение передовых политических, государственных деятелей и ученых для подготовки и осуществления в мире олимпийской идеи;

в-шестых, разработка и формирование нравственных идеалов. Спортивно-философской заслугой Кубертена и его единомышленника Лорье было открытие, согласно которому занятия физической культурой не являются чисто физическим трудом. Они формируют и воспитывают нравственные ценности, развивают творческие способности человека и отстаивают право людей на мирное сосуществование. Концепция «Олимпизма» барона Пьера де Кубертена подразумевала: развитие международного спортивного движения, основанного на гуманизме, с преодолением сословных, национальных, расовых и международных противоречий; формирование внутренней эстетической и этической сущности спорта; развитие дружеских спортивных контактов между народами; не ангажированность спортсменов (любительство); союз международного спортивного движения и прогрессивных сил человечества. Концепция «Олимпизма» нашла свое отражение в поэтическом творении Пьера де Кубертена «Ода спорту».

Благодаря деятельности барона Кубертена, в конце XIX века появилась теоретическая основа олимпийского движения – наука «Социальная педагогика спорта» или современный олимпизм. В основу учения, по словам самого Пьера де Кубертена, легли теоретические труды французского социолога *Ле Пле* и практическая деятельность английского педагога *Томаса Арнольда*. Социолог Ле Пле изучал механизмы исторического движения и общественного функционирования, прогнозировал реформы и реорганизацию социального порядка. Он пришел к выводу, что только создание общественных институтов «вне политики», в которых будут узаконены служение человечеству, воспитание нравственных устоев и сохранение мира, смогут спасти современную цивилизацию от насилия и разрушения. Такие общественные институты Пьер де Кубертен увидел в организации занятий спортом и деятельности спортивных общественных образований (организаций, федераций, клубов, спортивных секций, кружков, движений). Примером послужил колледж в Регби (Англия), где процесс обучения и воспитания студентов значительно улучшился, после введения ректором Томасом Арнольдом активных занятий спортом среди студентов и развитие их самоуправления через спортивные команды, клубы, многочисленные соревнования.

2. Жизнь и деятельность Пьера де Кубертена

Французский аристократ барон Пьер Фреди (Кубертен) родился в 1863 году в Париже на улице Удино, 20. Его отец Шарль-Луи де Фреди и его мать Агата-Габриэль де Мирвиль принадлежали к французской аристократии, чья родословная началась в средневековье с рыцарского Ордена Святого Михаила и Вильгельма Завоевателя. Среди предков основоположника современного олимпизма были купцы, художники, военные, священники, писатели, юристы, артисты, чиновники и дипломаты. Детство Пьера де Кубертена прошло в Нормандии в родовом замке Мирвиль, где его, братьев и сестру воспитывала очень религиозная мать. Барон получил великолепное образование: Парижский лицей, философский факультет Парижского университета, военная школа Сен-Сир, свободная школа политических наук. Пьера де Кубертена ожидала блестящая дипломатическая карьера, но он неожиданно для всех увлекся историей и культурой Древней Греции. С друзьями и единомышленниками он создает спортивный клуб для занятий футболом, фехтованием и греблей, а также спортивный союз для детей. Организовывает международные соревнования и участвует в разработке государственных проектов и программ по воспитанию французской молодежи. Начиная, с 1889 года Кубертен посвящает свою жизнь и карьеру организации и проведению Олимпийских игр. Барон посещает ведущие страны Европы и США, где встречается с

руководителями государств, членами правительства и спортивными лидерами. Он ведет кропотливую разъяснительную работу о необходимости возобновления игр по примеру античных агонов, которые позволят укрепить мир и международные отношения между странами, укрепят здоровье и нравственные устои граждан. Вернувшись в Париж, Пьер де Кубертен ведет курс лекций среди студентов, посвященных олимпизму. Благодаря его неустанной деятельности уже в 1894 году был создан орган управления олимпийским движением (МОК) и с 1896 года стали проводить Олимпийские игры. Истинное величие Кубертена проявилось не только в организационной и практической деятельности, но и в разработке педагогических и теоретических основ современного олимпизма. Его перу принадлежат 20 книг и более 1000 статей. Он с 1896 года по 1925 год успешно возглавлял Международный олимпийский комитет. Кандидатура барона Пьера де Кубертена в 1928 году была выдвинута на соискание Нобелевской премии, как человека давшего новый чистый глоток жизни всему миру. В сентябре 1937 года Пьера де Кубертена не стало. Перестало биться сердце человека, увидевшего спорт глазами художника. По завещанию Кубертена, сердце великого мечтателя и педагога было замуровано в белоснежную стелу у входа на Мраморный стадион в Афинах.

3. Возникновение Международного олимпийского движения.

Олимпийская хартия

Осуществление олимпийской идеи Пьер де Кубертен и его сторонники не смогли бы осуществить без международной поддержки. Поэтому, барон посещает Англию, Германию, Грецию, Австралию и другие страны. Огромное значение и резонанс имела поездка Пьера Кубертена в Северную Америку, где им были организованы встречи с представителями спортивных союзов, лиг, объединений и руководителями политических движений. Пьером де Кубертенем был создан Комитет по пропаганде физического воспитания (1887–1890 гг.), прочитан лекционный курс в Сорбонском университете 1892 году, где было сделано официальное публичное предложение о возобновлении олимпийских игр. В 1893 году создается Комитет по подготовке к созыву Учредительного конгресса. Был осуществлен целый ряд предварительных совещаний с представителями государств, где спортивная жизнь получила широкое развитие. В результате этой деятельности 16 июня 1894 года в Сорбонском университете состоялся **Учредительный конгресс** с участием представителей из Франции, Англии, России, США, Швеции, Бельгии, Италии, Венгрии, Греции, а также Австралии и Японии, которые письменно заявили о своем присоединении. Этот день стал знаковым событием для физической культуры и спорта. Делегаты конгресса единогласно присягнули на верность принципу любительства и создали **Международный Олимпийский Комитет**. Было также решено, начиная с 1896 года «в интересах поддержания и развития физического воспитания и содействия дружескому общению народов, раз в четыре года проводить по образцу эллинских олимпиад большие игры, на которые будут приглашаться все цивилизованные народы». Так началось **международное олимпийское движение**, в котором сегодня представлены 206 государств мира. Внушительна и география проведения крупнейших, спортивных форумов: континенты Америка, Азия, Европа и Австралия. Организаторами олимпиад стали свыше полусотни городов мира.

Президенты Международного Олимпийского Комитета. Первым Президентом МОК в 1894 году был избран **Деметриус Викелас** (Греция). Писатель и патриот своей страны, один из самых великих европейских интеллектуалов конца XIX века, которого называли Великий грек. Викелас был удостоен не только высших наград Греции, но и высшей награды Франции и Шотландии. Он управлял МОК до 1896 года и стал «душой» первых Олимпийских игр. Затем Олимпийское движение возглавил французский барон, основатель современного олимпизма **Пьер де Кубертен**, который занимал этот пост до 1925 года. Бельгийский аристократ, граф и дипломат **Анри де Байе-Латур** был Президентом МОК с 1925 по 1942 годы. Увлекался конным спортом, был великолепным наездником. Он в 1906 году основал Олимпийский комитет Бельгии, являлся организатором Олимпийских игр в 1920 году в Антверпене. **Зигфрид Эдстрем** родился на юге Швеции в местечке Морланд. Он выпускник университета в Гетеборге. Продолжил образование в Швейцарии и США. Работал директором промышленной компании. Увлекался легкой атлетикой. В 1912 году, был привлечен к организации Олимпийских игр в городе Стокгольм. В 1920 году

стал членом МОК. С 1942 по 1952 избирался на пост Президента МОК. **Эвери Брендедж** гражданин США, инженер строитель, участник Олимпийских игр 1912 года в легкоатлетическом десятиборье. Коллекционер и филантроп. Являлся Президентом МОК с 1952 по 1972 годы. Лорд **Майкл Килланин** (Ирландия) – Президент МОК с 1972 по 1980 годы. Родился в Лондоне, закончил Итонский колледж и Сорбонну. Работал военным журналистом, участвовал в планировании Нормандской операции. Майор, награжден Орденом Британской Империи. В 1950 году возглавляет Олимпийский комитет Ирландии, в 1952 году избирается членом МОК. Маркиз **Хуан Антонио Самаранч** успешно возглавлял МОК с 1980 по 2001 гг. Получил великолепное бизнес образование, занимал пост Чрезвычайного и Полномочного Посла Испании в СССР и Монголии. Руководил Олимпийским комитетом Испании, с 1966 года стал членом МОК. С 6 июля 2001 Президентом МОК избран бельгиец **Жак Рогге**. По профессии он ортопедический хирург, профессионально занимался парусным спортом, участник трех Олимпийских игр (1968 г., 1972 г. и 1976 г.), увлекался регби. Король Бельгии Альберт за заслуги перед отечеством, посвятил Жака Рогге в рыцари и удостоил графского титула.

На Конгрессе в Париже 23 июня 1894 году была утверждена **Олимпийская хартия** или Устав Олимпийского движения. На протяжении столетия этот документ неоднократно дополнялся с учетом развития и совершенствования Олимпийского движения. Однако структура и основные разделы Олимпийской хартии остаются неизменными и включают в себя:

1. основополагающие принципы – отражают роль и значение этого документа.
2. Олимпийское движение – роль МОК и МОД, основные определения, понятия, термины, ритуалы. Разъясняются права на Олимпийские игры, символика, флаг, девиз и гимн.
3. Международный Олимпийский Комитет – членство МОК, юридический статус, деятельность органов и структур управления МОК (сессий, исполкома, президента) (сейчас на 2001 г. – 115 членов).
4. Международные федерации – взаимодействие МОК с МСФ.
5. Национальные олимпийские комитеты – роль НОК в олимпийском движении, формирование устава, взаимодействие с национальными федерациями (200 государств).
6. Олимпийские игры – организация и руководство Играми, порядок участия в Играх, составление программ Олимпийских игр.
7. Протокол – заключительный раздел Олимпийской Хартии, где сформулированы формы приглашения на Олимпийские игры, порядок аккредитации, порядок исполнения олимпийского флага и огня, церемонии открытия, закрытия, награждения, арбитраж на Олимпиаде.

3. Олимпийские игры по летним видам программы

С конца XIX века в жизнь многих народов мира вошло грандиозное по своей социально-культурной значимости событие - Олимпийские игры. До начала первой Мировой войны, на стыке нового и новейшего исторических периодов развития общества, было проведено пять Игр в: Афинах, Париже, Сент-Луисе, Лондоне и Стокгольме.

Олимпийские игры до I Мировой войны.

Афины 1896 год. I Олимпийские игры. После 1500-летнего забвения олимпийские игры возвращены человечеству и 6 апреля 1896 года на Мраморном стадионе в Афинах в торжественной обстановке и в присутствии 80000 зрителей открылись игры первой Олимпиады современности. Этот день был выбран не случайно, так как он совпал с пасхальными праздниками у православных, католиков и протестантов и в этот день в Греции отмечался День независимости. Руководителем оргкомитета игр был наследный принц Константин. Сам король Греции Георг I открыл торжественную церемонию, и хор в количестве 150 человек впервые исполнил кантату Спиро Самары, ставшую в последствии Олимпийским гимном. На стадион вышли посланцы из 13 стран: Австралии, Австрии, Болгарии, Великобритании, Венгрии, Германии, Дании, США, Франции, Чили, Швейцарии, Швеции и Греции. В соревнованиях приняли участие более 300 человек. Программа Олимпийских игр – 1896 года была представлена девятью видами спорта: греко-римской борьбой, велоспортом, гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, стрельбой, теннисом, тяжелой атлетикой, фехтованием. В отсутствие искусственных бассейнов, соревнование по плаванию проходили в открытом заливе, где температура воды не превышала 13 градусов. Одним из видов соревнований по плаванию был заплыв в матросской форме одежды. Легкая атлетика на Олимпийских играх 1896 года была представлена более широко: 12 видов упражнений и 63 участника. В этом виде лидировали атлеты из США. Тяжелая атлетика включала две дисциплины – поднятие гантели одной рукой и выжимание двумя руками шаровой штанги. В фехтовании было разыграно 3 комплекта наград по двум видам оружия – сабле и рапире и организованы отдельные соревнования для «маэстро» (профессионалов) и спортсменов-любителей. В греко-римской борьбе еще не учитывались весовые категории и отсутствовали единые правила. Соревнования по стрельбе из армейской винтовки и пистолета в Афинах собрали наибольшее количество участников – 119 человек из шести стран. В гимнастике соревновались по пяти видам программы, включая и такую дисциплину, как лазанье по канату. Интересно прошли соревнования по велоспорту, включающие спринтерскую гонку (2000 м, 10000 м), стокилометровую гонку, 12-часовую и марафонскую гонки. В теннисных дисциплинах соревновались в одиночном и парном разрядах. Награждение победителей первых современных Олимпийских игр проходило в день закрытия. Повторяя античный церемониал, на голову чемпиона возлагали лавровый венок, вручали ему медаль и диплом, а также оливковую ветвь, срезанную в «священной роще Олимпии». Больше всех медалей завоевали хозяева Игр – спортсмены Греции, среди которых наибольшего почета и

национальной любви греки удостоили своего бегуна-марафонца Спироса Луиса. Первым чемпионом первой Олимпиады стал американец Джеймс Коннолли в тройном прыжке. В плавании первая Олимпийская медаль досталась талантливому архитектору, журналисту из Венгрии Альфреду Хайошу. В дальнейшем, он спроектировал первые крытые бассейны и стал издавать первую спортивную газету «Шпорт-хирлап». Хайош оказывал меценатскую помощь спортивным организациям. Спустя 28 лет на Олимпийских играх в Париже он стал серебряным призером в конкурсе искусств по разделу «Архитектура». Следует отметить и французского «золотого» велосипедиста Поля Масона, который завоевал симпатии и любовь многочисленной публики не только своим спортивным мастерством, но и своим благородством по отношению к соперникам. Среди золотых олимпийцев первых Игр были и такие великолепные атлеты, как: немец Карл Шуман (борьба, гимнастика), англичанин Джон Болэнд (теннис), француз Эмиль Гравелот (рапира), грек Яннис Георгиадис (сабля) и американец Томас Бэрк (бег на 100 и 400 метров).

Париж 1900 год. II Олимпийские игры. В них участвовало 1330 атлетов из 21 страны. В программу были включены новые виды спорта: водное поло, гольф, конный и парусный спорт, стрельба из лука, крокет и крикет, поло на лошадях, регби и футбол, академическая гребля. Впервые в Олимпийских играх приняли участие женщины. Первой золотой медалисткой стала англичанка Шарлота Купер, выигравшая теннисный турнир. Лучшим спортсменом по количеству золотых наград был признан Алвин Крейнцлейн, американский легкоатлет и обладатель трех золотых наград Игр. Парижские Игры 1900 года стали самыми длинными в истории. Их открытие состоялось 28 мая, а закрытие – 28 октября. Они проходили одновременно с проведением Всемирной выставки. Несмотря даже на безобразную организацию Олимпиады-1900 года, олимпийские игры доказали свою жизнеспособность за счет роста численности стран-участников и спортивно-технических результатов.

Сент-Луис (США) 1904 год. III Олимпийские игры. Участвовало 625 атлетов из 12 стран. Из программы организаторами были исключены парусный спорт, велоспорт и стрельба, но зато включен бокс и возвращены тяжелая атлетика, борьба. В рамках Игр были проведены соревнования по лякроссу (национальная игра канадских индейцев с мячом и клюшкой) и рокки (разновидность крокета). Проведены показательные игры по баскетболу. Женщинам было разрешено принимать участие только в стрельбе из лука. Игры в Сент-Луисе также растянулись на длительный срок – с 1 июля по 23 ноября. Многие европейцы не смогли приехать на эти Олимпийские игры из-за высокой стоимости билетов. Героем этих Олимпийских игр был признан кубинский фехтовальщик Рамон Фонст, который завоевал олимпийское золото на двух Олимпиадах подряд в соревнованиях на рапире и шпаге. Спортивная слава пришла к этому удивительному атлету уже в 11 лет, когда его признали лучшим рапиристом Франции, где он обучался фехтованию. Игры в Сент-Луисе имели и «черную

славу», т.к. их организаторы нарушили принципы олимпийского движения и ввели в программу «антропологические дни» для соревнования «цветных» спортсменов. Такое недопустимое проявление расизма было подвергнуто суровой критике со стороны Пьера де Кубертена и спортивной общественности всего мира. Подобные расистские выходки больше никогда не имели своего повторения в олимпийском движении.

Лондон 1908 год. IV Олимпийские игры. Специально для Игр, в столице Англии был построен грандиозный стадион «Уайт-Сити» на 100 тысяч зрителей, плавательный бассейн и арена для соревнований по борьбе. В Лондон приехали делегации из 22 стран мира (2034 участника). Они вступили в борьбу за право обладать 109 золотыми медалями. Эти Игры вошли в историю олимпийского движения под названием: «Первая настоящая Олимпиада», за их соответствие олимпийским принципам. Впервые в 1908 году была проведена официальная церемония открытия, положено начало неофициальному командному зачету. Впервые на Олимпийских играх выступили атлеты из России в составе 5 человек, среди которых наибольшей славы удостоился золотой медалист Николай Панин-Коломенкин. В программу было включено 24 вида спорта, среди которых было фигурное катание, хоккей на траве, рэкетс и же-де-пом (старинная французская игра в мяч). Среди победителей Олимпиады особенно отличился американец Рей Юри – непревзойденный мастер прыжков с места, которого прозвали «человек резина». Героем Олимпиады стал марафонец из Италии – Дорандо Пиетри, который не удостоился олимпийской медали, но за проявленное мужество и волю к победе заслужил награду из рук королевы Александры.

Стокгольм 1912 год. V Олимпийские игры. В них участвовало 2547 атлетов из 28 стран мира. Была введена официальная церемония закрытия игр, для освещения соревнований впервые стали использовать информационное табло. В программу игр были включены современное многоборье и классические дистанции в легкоатлетическом беге на 5000 и 10000 м, эстафете 4x100 и 4x400 м. В рамках Игр впервые был проведен конкурс искусств. Все представленные произведения архитектуры, живописи, скульптуры, музыки и литературы были посвящены олимпийскому движению. Золотых наград удостоились швейцарские архитекторы Анри Моно и Альфонс Ляверрье («План постройки современного стадиона»), итальянский композитор Рикардо Бартелеми («Олимпийский триумфальный марш»), итальянский живописец Джованни Пеллегрини (полотно «Зимний спорт»), американский скульптор и олимпийский чемпион по стрельбе Уолтер Уинанс (скульптура «Странник из Америки») и Пьер де Кубертен за литературное произведение «Ода спорту». В спортивных достижениях на Играх лидировала команда Швеции, затем спортсмены США и замыкали тройку сильнейших атлеты Великобритании.

Олимпийские игры в период между двумя Мировыми войнами.

В связи с военными событиями, начавшимися в 1914 году в Европе, Олимпийские игры 1916 года не состоялись. В исторический отрезок

времени между двумя Мировыми войнами (1918–1939 гг.) было организовано и проведено пять Олимпийских игр по летним видам программы в: Антверпене, Париже, Амстердаме, Лос-Анджелесе и Берлине.

Антверпен 1920 год. VII Олимпийские игры. На этих Играх впервые была произнесена олимпийская клятва. Ее от лица всех спортсменов-участников озвучил бельгийский спортсмен Виктор Буан. Автором текста клятвы является Пьер де Кубертен. Впервые на стадионе в Антверпене взвился на мачте олимпийский флаг с олимпийской эмблемой (5 переплетенных колец) и прозвучал олимпийский девиз: «Быстрее, выше, сильнее». Героем Игр стал четырехкратный олимпийский чемпион из Финляндии Ханнес Колехмайнен (Пааво Нурми). В программу Игр были включены зимние виды – фигурное катание и хоккей с шайбой. В Антверпен приехало 2607 атлетов из 29 стран.

Париж 1924 год. VIII Олимпийские игры. Организация этих Игр была безупречной. В Париж приехали участники из 44 стран. Число атлетов достигло 3092 человека. Лучшим спортсменом был вновь признан финский бегун Пааво Нурми, завоевавший на этой Олимпиаде 5 золотых медалей. В неофициальном командном зачете лидировала команда США, на втором месте – спортсмены Франции, на третьем – спортсмены Финляндии.

Амстердам 1928 год. IX Олимпийские игры. На этой Олимпиаде был впервые зажжен Олимпийский огонь в олимпийской чаше стадиона. На соревнования приехали 3014 спортсменов из 46 стран. Удивительных олимпийских рекордов достиг американский пловец Джонни Вейсмюллер, который поразил мир своим главным героем в фильме «Тарзан». На Играх в Амстердаме наибольшее количество призовых мест досталось спортсменам США, второе место заняла команда из Германии, третье – олимпийцы Швеции.

Лос-Анджелес 1932 год. X Олимпийские игры. В столицу штата Калифорния приехало 1048 участников из 37 стран. Большинство из них разместили в специально построенной олимпийской деревне, где кроме жилых домиков в испанском стиле имелись игровые залы, библиотека, кафе и ресторан. Охраняли спокойствие и отдых спортсменов конный наряд ковбоев. Игры в Лос-Анджелесе вошли в историю как «Олимпиада рекордов». Было установлено 116 олимпийских рекордов, из которых 21 превышал мировой. Для соревнований и зрителей организаторы построили спортивную арену «Колизей». Любимцем публики стал польский олимпиец Януш Кусочиньский, который в дальнейшем стал участником подпольного движения против немецких завоевателей, попал в плен и был расстрелян фашистскими оккупантами. В рамках Олимпиады успешно прошел творческий конкурс и были названы имена пяти золотых медалистов. Ими стали архитектор из Англии – Джон Хьюз, три французских архитектора, польский скульптор – Йозеф Клуковский. Наибольшее количество спортивных медалей завоевали спортсмены США, на втором месте – спортсмены Италии, на третьем – олимпийцы Германии.

Берлин 1936 год. XI Олимпийские игры. Решение о проведении Игр в Берлине было принято до прихода к власти нацистов. На спортивном форуме германский фашизм к сожалению получил возможность пропагандировать свою расовую теорию «сверхчеловека». Несмотря на мощное движение протеста в Европе и призыва бойкотировать Олимпиаду в Германии, международный олимпийский комитет не изменил своего решения. На Игры съехались 4066 спортсменов из 46 стран. Для того чтобы занять первое место по числу медалей организаторы включили в программу виды спорта популярные в Германии – гандбол, гребля на каноэ и байдарках, женская гимнастика и другие. Лидирующие позиции (5 из 9 золотых наград) заняли немецкие участники и в конкурсе искусств. Несмотря на успехи команды Германии, Олимпийские игры напрочь опрокинули бредовые расовые теории о доминанте арийцев. Одним из ярких подтверждений может служить тот факт, что лучшим спортсменом берлинской олимпиады был признан чернокожий спринтер, легкоатлет из США – Джесси Оуэнс.

Проведению XII и XIII Олимпийских игр помешала война, начатая в 1939 году фашистской Германией. После окончания II Мировой войны мир вновь возобновил Олимпийские форумы. Организаторами Игр по летним видам программы стали города: Лондон, Хельсинки, Мельбурн, Рим, Токио, Мехико, Мюнхен, Монреаль, Москва, Лос-Анджелес, Сеул, Барселона, Атланта, Сидней, Афины, Пекин.

Олимпийские игры после II Мировой войны.

Лондон 1948 год. XIV Олимпийские игры. Двенадцать лет не загорался мирный *Олимпийский огонь* и как только, закончилась война, МОК принял решение о возобновлении Олимпийских игр. В столицу Англии приехало 4099 участников из 59 стран, которые разыграли 136 комплектов медалей в 19 видах спорта. Германия и Япония были лишены права выступать на этом форуме. Представители от Советского Союза (СССР) присутствовали на Играх с целью приобретения опыта выступлений в подобных международных соревнованиях. Впервые в истории Олимпийских игр лучшим спортсменом была признана голландская легкоатлетка Фанни Бланкерс-Кун, завоевавшая 4 золотых медали. Сенсационным стало выступление французской пианистки Мишлин Остермайер, которая завоевала олимпийское золото в метании диска, в толкании ядра и бронзу - в прыжках в высоту.

Хельсинки 1952 год. XV Олимпийские игры. На них собралось 4925 атлетов из 69 стран, которые сражались за медали в 149 дисциплинах. В олимпийское движение включились спортсмены СССР и первая золотая олимпийская медаль в истории советского спорта была вручена метательнице диска Нине Ромашковой (Пономаревой). В неофициальном командном зачете первенство разделили олимпийцы Советского Союза и США, третье место досталось атлетам Венгрии.

Мельбурн 1956 год. XVI Олимпийские игры. Эти Олимпийские игры были названы «самыми дружественными из всех». В них приняло участие 3184 спортсмена из 67 стран. Олимпийский чемпион в беге на 5000 и 10000 м

легендарный советский стайер Владимир Куц был признан лучшим спортсменом Мельбурнской олимпиады. С большим отрывом по количеству завоеванных медалей лидировала команда СССР, затем – США и команда Австралии.

Рим 1960 год. XVII Олимпийские игры. В столицу Италии приехало 5348 спортсменов из 83 стран. На Играх было установлено 74 олимпийских рекорда, 27 из которых превышали мировой. Триумфатором Римской олимпиады был признан советский штангист Юрий Власов. Запомнились Игры и трагическим случаем, когда во время велогонки скончался спортсмен из Дании. Это был первый сигнал о проникновении допинга в спорт.

Токио 1964 год. XVIII Олимпийские игры. Впервые Олимпийский форум был проведен на Азиатском континенте. Для комфорта участников и гостей муниципалитетом Токио и оргкомитетом Игр была проведена серьезная работа по реконструкции города и спортивных сооружений. В столицу Японии собрались 5140 олимпийцев из 93 стран мира, которые разыграли 163 комплекта медалей. Программа Игр пополнилась волейболом и дзю-до. Впервые была осуществлена телетрансляция Олимпийских игр на другие континенты. Усилилась спортивная конкуренция во всех видах состязаний. В Токио было установлено 77 рекордов, 36 из которых превышали мировой. В неофициальном командном зачете опять лидировала сборная Советского Союза.

Мехико 1968 год. XIX Олимпийские игры. Впервые Олимпийские игры проводились в Латинской Америке. Игры на древней земле ацтеков открылись 12 октября в день прибытия Колумба в Западное полушарие. Победы спортсменам в Мехико достались очень дорого, так как на организм атлета серьезное влияние оказывало высокогорье. В Мехико соревновались 5531 участник из 112 стран. Героями Игр были признаны атлеты африканских стран, которые впервые в истории олимпийского движения заняли все призовые места в беге на 5000 и 10000 метров. Игры запомнились и многочисленными рекордами, среди которых самым фантастическим был результат американца Боба Бимона в прыжках в длину – 8 м 90 см. В Мехико был введен допинг контроль и появился и новый атрибут Олимпиады – талисман. Талисманом Мексиканской олимпиады стал красный ягуар. На Играх была продемонстрирована новая техника прыжка в высоту способом «фосбюрифлоп», которую продемонстрировал американский легкоатлет, взявший высоту с результатом 2 м 24 см.

Мюнхен 1972 год. XX Олимпийские игры. В столице Баварии собрались 7147 атлетов из 121 страны. Было установлено 94 олимпийских рекорда, 46 из которых превысили мировой уровень. Хозяева Мюнхенской олимпиады сделали все чтобы превзойти своих предшественников в размахе и качестве спортивных сооружений: стрелковый комплекс, гребной канал, Олимпийская деревня, Олимпийский стадион, Дворец спорта, бассейн, велотрек и конноспортивная база. В городе было построено метро и реконструирован центр Мюнхена. Героем Игр стал американский пловец

Марк Спитц, завоевавший 7 золотых наград и установивший 7 мировых рекордов. Эта XX Олимпиада известна и произошедшей трагедией, когда террористическая палестинская группа «Черный сентябрь» захватила в заложники спортсменов и тренеров олимпийской сборной Израиля. От рук террористов погибли 18 спортсменов.

Монреаль 1976 год. XXI Олимпийские игры. Подготовка к этим Играм велась в тяжелейших погодных условиях, при недостатке финансовых средств и ошибок в технологии возведения Олимпийского стадиона. Не смотря на все трудности, Игры в Монреале состоялись. На них были использованы технические новинки: большие телеэкраны на главной олимпийской арене, плавательный бассейн без волн, транспортировка генерированного (через космический спутник) олимпийского огня из Афин в Оттаву и зажжение его с помощью лазерной установки. В Монреаль съехались сильнейшие спортсмены из 112 стран. Однако в Играх приняли участие только представители 94 делегаций, так как почти все африканские страны покинули Монреаль в знак протеста против участия в Играх Новой Зеландии, которая поддерживала расистскую политику Южно-Африканской Республики. Впервые в программу Олимпийских игр был включен баскетбол среди женщин. Первая золотая медаль в женском баскетболе досталась сборной СССР. Упорная борьба царила на всех спортивных площадках во всех видах программы. Подтверждением этому служит целый каскад рекордов и рождение новых олимпийских героев, среди которых особой симпатией зрителей получили гимнасты: 15-летняя румынка Надя Команечу и Николай Андрианов из Советского Союза.

Москва 1980 год. XXII Олимпийские игры. Вся страна приняла участие в подготовке и проведении Олимпиады. В Москве были реконструированы и построены многочисленные современные спортивные сооружения, открыта Олимпийская деревня. Преобразились спортивные объекты в городе Таллине, где проходили олимпийские соревнования по парусному спорту. Были реконструированы стадионы в Ленинграде, Киеве и Минске. Не смотря на политический бойкот Московской олимпиады, объявленный президентом США Картером, на Игры – 80, вопреки решению своих правительств, приехали делегации из 81 страны, 5503 участника боролись в получении 203 комплектов олимпийских медалей. Московская олимпиада получила высокую оценку МОК, зарубежных спортсменов и зрителей во всем мире. Международное олимпийское движение продемонстрировало политикам сплочение своих рядов, демократические основы и спортивную солидарность. На Играх было установлено 74 олимпийских рекорда, 36 из которых мировые. На этих Олимпийских играх успешно выступил студент нашего факультета, боец Игорь Каныгин, который завоевал Олимпийское серебро в копилку сборной СССР.

Лос-Анджелес 1984 год. XXIII Олимпийские игры. В них приняли участие представители из 140 стран мира (6829 чел.). К сожалению, политические амбиции руководства Советского Союза не позволили спортсменам СССР и соцстран (кроме Румынии и Югославии), принять

участие в этом Олимпийском форуме. Организаторы Олимпиады в Лос-Анджелесе столкнулись с серьезными финансовыми проблемами. Городские власти города отказывались подписывать договор, заключенный между НОК США и МОК о проведении Олимпиады. Игры были на грани срыва. Тогда, президент Оргкомитета Игр-84, Питер Юббероут попросил разрешения у МОК привлечь спонсоров. Началась коммерциализация Олимпийских игр: была создана маркетинговая программа ТОП. На Олимпиаде-84 лидировали спортсмены США. Было установлено 11 мировых рекордов.

Сеул 1988 год. XXIV Олимпийские игры. Южная Корея, стремясь использовать Игры для демонстрации своих экономических и научно-технических достижений, создала прекрасные условия для всех участников этого грандиозного события. Игры-88 прошли в доброжелательной и дружественной атмосфере и были характеризованы журналистами, как «16 дней, которые согрели мир». На Олимпиаде в Сеуле впервые официально разрешили участвовать спортсменам-профессионалам (хоккей, футбол, легкая атлетика, конный спорт, теннис). Лидерство в неофициальном командном зачете распределилось в следующем порядке: сборная СССР, сборная ГДР, сборная США. Абсолютным олимпийским чемпионом в Южной Корее (бокс) стал белорусский атлет, студент нашего факультета - Вячеслав Яновский.

Барселона 1992 год. XXV Олимпийские игры. В Испанию приехало 9356 участников из 169 стран мира. Героем Олимпиады был признан белорусский гимнаст Виталий Щербо, завоевавший 6 медалей высшей пробы. В связи с распадом СССР, советская олимпийская сборная выступала как команда СНГ. Она доказала свое спортивное преимущество, завоевав в Барселоне 112 олимпийских наград. Вторыми стали американцы, на третьем месте – сборная Германии. На этих Играх о себе серьезно заявила сборная Китая, спортсмены которой были удостоены 54 медалей.

Атланта 1996 год. XXVI Олимпийские игры. В США на Игры-96 собралось 10318 спортсменов из 197 государств. Был разыгран 271 комплект медалей в 26 видах спорта. Впервые самостоятельными командами на летних Олимпийских играх выступили бывшие республики СССР – Беларусь, Украина, Россия, Латвия, Литва, Эстония и другие. В программу Игр, как олимпийский вид спорта, был включен пляжный волейбол. В Атланте было установлено 33 олимпийских рекорда, 23 из которых превысили мировые. В четверку сильнейших, спортивных держав мира по количеству медалей вошли – США (101), Германия (65), Россия (63), Китай (59).

Сидней 2000 год. XXVII Олимпийские игры. В Австралию приехало 10651 атлет из 199 стран. Было разыграно 300 олимпийских комплектов медалей по 38 видам спорта. Последние игры уходящего XX века. В этих Олимпийских играх бронзовыми призерами по тяжелой атлетике стали студенты нашего факультета, члены национальной олимпийской сборной РБ – Геннадий Олещук и Сергей Лавренов. Героиней Игр в Сиднее стала американская легкоатлетка – Мэрион Джонс. Лучшими спортивными

командами стали – спортсмены США, России и Китая. Сборная Беларуси по количеству олимпийских медалей заняла 15 место.

Афины 2004 год. XXVIII Олимпийские игры. В Олимпийских играх в Греции приняло участие рекордное количество спортивных делегаций из 202 стран, 11099 атлетов состязались по 28 видам олимпийской программы. Был разыгран 301 олимпийский комплект. Основной идеей Игр стала демонстрация их исторической преемственности, воплощенной в девизе «Добро пожаловать домой!». Сенсацией Игр в Афинах стала победа нашей Юлии Нестеренко в беге на 100 метров. Олимпийское серебро в боксе завоевал студент нашего факультета – Виктор Зуев. На проведение грандиозного спортивного форума, организаторами было затрачено рекордное количество денег – 7,3 миллиарда долларов, 1,5 миллиарда из них ушло на безопасность участников и зрителей. Лучшими спортивными державами по количеству завоеванных медалей стали – США, Россия и Китай. Сборная Беларуси по количеству олимпийских наград заняла 18 место.

Пекин 2008 год. XXIX Олимпийские игры. Организаторы Игр в Китае сделали все возможное и не возможное, чтобы весь мир замер в восхищении. В короткий срок были построены уникальные, современные объекты – аэропорт, линии метро, олимпийская деревня, главная олимпийская арена «Ласточкино гнездо» и многие другие. Пекин собрал 10500 участников, которые состязались в 28 видах программы. На Олимпиаде в Китае было разыграно 302 комплекта медалей.

Право провести Олимпиаду-2012 завоевала столица Великобритании. Право на Олимпийские игры 2016 года оспаривали города: Мадрид, Токио, Рио-де-Жанейро и Чикаго. На Сессии МОК в октябре 2009 года это право получил город Рио-де-Жанейро.

5. Зимние Олимпийские игры

В 1925 году МОК принял решение о проведении зимних Олимпийских игр или «Белых Олимпиад». Проходившая за год до этого в Шамони (французские Альпы) Международная спортивная неделя, получила в дальнейшем статус первых зимних Олимпийских игр.

В местечко Шамони приехало 293 спортсмена из 16 стран Европы и Америки. В основу программы были положены традиции Северных игр, которые включали – лыжные гонки, прыжки с трамплина, конькобежный спорт, фигурное катание, хоккей с шайбой, бобслей и другие. Лучшим спортсменом был признан Турлейф Хауг из Норвегии, которого нарекли «королем лыжников». Соревнования в Шамони вызвали огромный интерес в спортивном мире. После их завершения, даже спортивные деятели Скандинавии, признали необходимость в проведении зимних Олимпиад.

Очередные II зимние Олимпийские игры стартовали в 1928 году в Санкт-Мориц (Швейцария). На них приехали спортсмены из 25 стран.

Лидировали по количеству завоеванных медалей олимпийцы Норвегии, затем – спортсмены Швеции и Финляндии.

Местом проведения *III зимних Олимпийских игр* был избран *Лейк-Плэсид* (США). Они состоялись в 1932 году и собрали 307 атлетов из 17 стран. Открыл «Белую Олимпиаду» Президент Рузвельт, а известный американский летчик Бэрд – произнес Олимпийскую клятву от лица участников. Для фигуристов в Лейк-Плэсиде был построен закрытый Ледовый стадион. Впервые на Играх первенство получили команды США и Канады, так как количество их участников значительно превосходило другие страны.

IV зимние Олимпийские игры прошли в 1936 году в *Гармиш-Партенкирхене* (Германия). Участниками Игр стали 756 спортсменов из 28 стран. Прогрессивно настроенные, титулованные атлеты отказались участвовать в этой Олимпиаде, так как ее организатором выступала фашистская Германия. В Гармиш-Партенкирхене впервые в лыжных гонках участвовали женщины и в программу ввели лыжную эстафету 4x10 км, горнолыжное многоборье.

После II Мировой войны, *Белые Олимпиады продолжились с 1948 года*. Именно в этом году прошли очередные *V зимние Олимпийские игры в Санкт-Мориц (Швейцария)*. В уютном курортном местечке с небольшими коттеджами и отелями организаторы Игр при поддержке швейцарских часовых предприятий установили современное техническое оснащение, а на стадионе был впервые установлен огромный хронометр. В этой Белой олимпиаде, несмотря на трудности послевоенного времени, приняли участие 713 спортсменов из 28 стран.

Город Осло (Норвегия) в 1952 году стал организатором VI зимних Олимпийских игр. Норвежцы, которые трижды из пяти проведенных Белых олимпиад занимали лидирующие позиции, превратили Игры в грандиозный фестиваль зимнего спорта. Впервые зимнюю Олимпиаду принимал крупный город, столица государства. Участники бывших зимних Игр говорили об ощущении, будто «снежная олимпиада из деревни перебралась в город». Норвегия радостно встречала 732 спортсменов из 30 государств. Олимпийский огонь в чаше на главной спортивной арене Осло зажег Эгиль Нансен – внук известного норвежского полярного исследователя. Программа Игр стала значительно шире: женская лыжная гонка на 10 км, классическое троеборье для горнолыжников и другие. Героем этой Олимпиады был признан великолепный норвежский конькобежец – Яльмар Андерсен, который выиграл олимпийское золото на дистанциях 10000 м, 5000 м и 1500 м. Норвежская сборная вновь показала себя сильнейшей, завоевав 16 олимпийских медалей.

Уютный итальянский горный курорт и центр зимнего спорта *Кортина д'Ампеццо* в 1956 году принял у себя *VII зимние Олимпийские игры*. В Италию приехало 924 спортсмена из 32 стран. Впервые в зимней Олимпиаде приняла участие советская олимпийская сборная. Организаторы Игр тщательно готовились к их проведению. Были реконструированы старые спортивные

объекты; построены великолепные новые сооружения, среди которых: Ледяной стадион, трамплин «Италия», трасса для бобслея, арена для конькобежцев на озере Мизурина. Олимпийский огонь на стадионе зажег лучший конькобежец Италии – Гвидо Кароли. Героем Игр стал австралийский горнолыжник – Тони Зайлер, названный «белой молнией» и завоевавший три золотых медали в скоростном спуске, слаломе и слаломе-гиганте. Олимпийское первенство в неофициальном командном зачете завоевали дебютанты Игр – спортсмены СССР. На втором месте – Австрия, третье досталось спортсменам Финляндии.

Организатором *VIII Белой олимпиады в 1960 году стал Скво-Вэлли (США)*. В высокогорной долине вырос обширный комплекс спортивных сооружений – крытый Ледяной стадион с раздвижными трибунами, дорожки из искусственного льда для конькобежцев, впервые в истории зимних Игр сооружена Олимпийская деревня, была установлена электронная машина «Рамак» для определения и сообщения результатов в фигурном катании и лыжном двоеборье. В программу Игр был впервые включен биатлон.

В *Инсбруке в 1964 году успешно прошли IX зимние Олимпийские игры*. В столицу Тироля приехало 1111 спортсменов из 36 государств. В Инсбруке был построен лучший в Европе Дворец спорта, возведены трамплины для прыжков лыжников, впервые проведены соревнования по санному спорту. Участники и гости Белой олимпиады постоянно ощущали заботу и внимание приветливых жителей города. Мировая пресса назвала эти Игры «Олимпиадой Скобликовой», которая завоевала 4 золотые награды.

Юбилейные *X зимние Олимпийские игры прошли в 1968 году в Гренобле (Франция)*. За олимпийскими медалями приехали 1158 спортсменов из 37 стран, которым была предложена программа Игр по 36 зимним дисциплинам. К этому событию в Гренобле был построен Ледяной стадион; новые трассы для горнолыжников, бобслеистов и саночников; оборудовано 200 км новых дорог; открылись Олимпийская деревня, новый центр связи и несколько отелей. В день открытия Игр с вертолета на главную арену было сброшено 30 тысяч ярко-красных живых роз. Зимние Олимпийские игры в Гренобле вошли в историю, как «самые блистательные».

В 1972 году зимняя Олимпиада пришла на Азиатский континент. *Японский Саппоро встречал XI зимние Олимпийские игры*. Это событие вызвало огромный интерес во всем мире. Игры освещало 3895 журналистов. Были великолепно подготовлены олимпийские объекты, в грандиозной эстафете Олимпийского огня приняло участие 15 тысяч человек в возрасте от 11 до 20 лет. За олимпийские награды сражалось 1012 спортсменов из 35 стран. Одним из героев этой зимней баталии стал советский лыжник Вячеслав Веденин.

Очередная зимняя Олимпиада должна была состояться в американском городе Денвере, но за два года до открытия спортивного форума организаторы отказались от его проведения. Спас положения *Инсбрук*, который во второй раз, спустя 12 лет, стал в *1976 году столицей XII зимних Олимпийских игр*. Впервые на Играх были зажжены две Олимпийские

чаши, как символ преемственности двух Олимпиад в Инсбруке. Наиболее успешными эти Игры оказались для спортсменов СССР, ГДР и США.

Столицей XIII зимних Олимпийских игр (1980 год) во второй раз стал Лейк-Плэсид - маленький городок на севере штата Нью-Йорк. Организаторами Игр был сделан акцент на то, что эта Олимпиада будет «самой деловой и недорогой». Поэтому спортсмены были размещены в тюремных блоках, которые временно стали Олимпийской деревней. Душные, тесные комнаты-камеры с железными двухэтажными нарами лишали олимпийцев нормального отдыха, выбивали из равновесия. Журналистам и гостям Олимпиады ежедневно приходилось добираться за десятки километров к местам соревнований, так как в самом городке с 3000 тысячами населения мест для проживания практически не было. Но, несмотря на все спартанские условия, в Лейк-Плэсид приехали 1072 спортсмена из 37 государств, которые разыграли 38 комплектов олимпийских медалей. Героем Игр стал великолепный советский биатлонист – Александр Тихонов.

На XIV зимние Олимпийские игры в Сараево (Югославия) в 1984 году приехали 1272 участника из 49 стран. Было разыграно 39 комплектов олимпийских наград. Игры прошли на высоком организационном уровне. Героиней Олимпиады-84 была признана финская лыжница - Марья Лиса Хямляйнен, завоевавшая три золотых и одну бронзовую медали.

Отличной организацией и радушием встретила 1423 участника из 57 стран столица XV зимних Олимпийских игр – Калгари (Канада, 1988 год). Высших достижений в Калгари добилась голландка Ивонна ван Геннип – три золотые медали в скоростном беге на коньках.

Французский Альбервилль решением МОК получил право на организацию и проведение XVI зимних Олимпийских игр в 1992 году. На олимпийские соревнования приехало 1801 спортсмен из 64 стран. Было аккредитовано 5894 журналистов. Это все свидетельствовало о росте популярности Белых олимпиад. Чтобы придать Играм еще большую значимость, было принято решение МОК об изменении графика прохождения летних и зимних Игр после Альбервилля. На этой зимней Олимпиаде вместо национальной сборной СССР уже выступала сборная СНГ (кроме стран Балтии), так как Советский Союз распался на 15 суверенных государств.

В норвежский Лиллехаммер (1994 год) на розыгрыш 61 комплекта олимпийских медалей съехалось 1737 лучших спортсменов из 67 стран мира, которые стали участниками XVII зимних Олимпийских игр. В последующие годы, Белую олимпиаду принимали: Нагано (Япония, 1998), Солт-Лейк-Сити (США, 2002), Турин (Италия, 2006). Очередные XXI зимние Олимпийские игры, пройдут в Ванкувере (Канада, 2010 год) и XXII - в Сочи (Россия, 2014 год).

6. Всемирные специальные олимпийские игры. Паралимпийские игры. Юношеские Олимпийские игры

Всемирные специальные олимпийские игры. Сегодня в мире насчитывается около 170 миллионов людей или 8% жителей планеты, имеющих интеллектуальный недостаток в своем развитии. У многих из них появилась уникальная возможность почувствовать свои силы, познать радость общения и поддержки, прогрессировать в умственном аспекте через занятия спортом. Помогают им в этом международные организации, работающие по программе «Специал Олимпикс». Основателем специальных игр является сестра экс-президента США (Джон Кеннеди) – Юниас Кеннеди. В 1968 году МОК официально признал проведение специальных игр для людей с интеллектуальной недостаточностью и право использовать термин «олимпийские» в своем названии. В настоящее время Всемирные специальные олимпийские игры проводят по летним и зимним видам программы. Летняя программа этих игр включает в себя легкую атлетику, велоспорт, гимнастику, парусный и конный спорт, пауэрлифтинг, ролликовые коньки, плавание, волейбол, гандбол, футбол, софбол, боулинг, настольный теннис, бадминтон, боча, гольф, баскетбол и другие виды. Зимняя программа представлена лыжными гонками и горными лыжами, фигурным катанием, снегоступами, хоккеем. Девиз Всемирных специальных олимпийских игр: «Позвольте мне победить, но если я не смогу, пусть я буду смелым в этой попытке». Возраст участников с 8 до 80 лет, тренировки и подготовка осуществляются по специально утвержденным программам с помощью волонтеров. Соревнования проходят по дивизионам (8 человек), в которых подбираются участники равные по физическим и психическим способностям. Победители награждаются медалью (золотой, серебряной, бронзовой), а также все спортсмены дивизиона поощряются ценными подарками. Движение «Специал Олимпикс» набирает обороты и активно поддерживается международными федерациями по видам спорта, общественными и государственными структурами, меценатами и спонсорами. Разработаны современные проекты для занятий спортом людей с умственной недостаточностью, среди которых наиболее популярны программы «Спортивное партнерство», «Спортсмены как лидеры», «Юнифайд спорт». В течение многих десятков лет «Специал Олимпикс» не только помогает больным людям, но и трансформирует сложившиеся социальные стереотипы.

Паралимпийские игры. Внедрение спорта, как основного средства реабилитации, среди людей с физическими нарушениями началось более 100 лет назад. Когда в 1888 году в Берлине был создан первый спортивный клуб для плохо слышащих людей. В 1924 году были организованы первые международные соревнования для глухих, которые прошли в Париже. В них приняли участие спортсмены из Бельгии, Голландии, Франции, Польши, Англии, Италии, Румынии, Венгрии и Чехословакии. В этом же году был создан Международный спортивный комитет глухих. В 1926 году принят Устав этой организации. Начиная с 1924 года с интервалом в четыре года, проводятся Всемирные игры глухих по летним видам программы, а с 1949 года – Всемирные игры глухих по зимним видам программы. Люди с

нарушениями опорно-двигательного аппарата (колясочники) стали привлекаться к спорту с 1944 года, когда в Сток-Мандевиле (Центр реабилитации, Англия) профессор Людвиг Гуттман создал спортивную программу для комплексного лечения повреждений опорно-двигательного аппарата. В 1948 году были проведены первые международные соревнования для колясочников или Сток-Мандевильские игры. В 1960 году в Риме были организованы Всемирные игры инвалидов, которые стали первыми Паралимпийскими играми. В них приняли участие 400 спортсменов из 23 стран мира. С 1976 года проводятся Паралимпиады по зимним видам программы. Первая состоялась в городе Орнсколддсвике в Швеции. В 1994 году было принято решение проводить Паралимпиады в местах проведения Олимпийских игр спустя месяц после их завершения. Соревнования на Паралимпийских играх проводятся по трем группам (категориям): плохо слышащие спортсмены; плохо видящие спортсмены; спортсмены с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Участники Всемирных специальных олимпийских игр и спортсмены Паралимпийских игр являются представителями адаптивной физической культуры и *адаптивного спорта*.

Юношеские Олимпийские игры. На сессии МОК, прошедшей в июле 2007 года в Гватемале, было принято решение поддержать инициативу Президента МОК Жака Рогге о проведении Юношеских Олимпийских игр (ЮОИ). Эта инициатива во многом была связана с успешным опытом проведения Европейских юношеских олимпийских фестивалей, которые стали проводиться с 1991 года. Основная цель юношеского Олимпийского форума: объединить талантливую спортивную молодежь со всех уголков мира; реализовать в этом спортивном проекте образовательные и культурно-нравственные программы; пропагандировать олимпийские ценности среди подростков и молодежи.

Юношеские Олимпийские игры будут проводиться раз в четыре года: летние ЮОИ в год проведения Зимней Олимпиады, зимние ЮОИ в год летних Олимпийских игр. Длительность летних Юношеских олимпийских игр двенадцать дней, зимних – девять дней. Возрастные рамки участников от 14 до 18 лет. Первые Юношеские олимпийские игры по летним видам программы решено провести в 2010 году. За право их проведения боролись города: Москва, Бангкок, Сингапур, Турин и Афины. В результате голосования проведенного между членами МОК право на принятие первых в истории олимпийского движения ЮОИ было отдано Сингапуру. Предполагаемое количество участников – 3500 спортсменов. Первые зимние ЮОИ пройдут в 2012 году. В них примут участие более тысячи юных атлетов.

ЗАРУБЕЖНЫЕ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ПЕРИОД С XVIII ВЕКА ДО НАСТОЯЩЕГО ВРЕМЕНИ

1. Роль Жан Жака Руссо и Иоганна Генриха Песталоцци в развитии системы физического воспитания. Деятельность филантропов.
2. Национальные гимнастические движения на Европейском континенте.
3. Спортивно-игровое направление в физическом воспитании.
4. Становление и развитие современных систем физического воспитания.

1. Роль Жан Жака Руссо и Иоганна Генриха Песталоцци в развитии системы физического воспитания. Деятельность филантропов

Идеи Ж.Ж. Руссо (1712–1778) относительно физического воспитания определялись потребностями воспитания революционной буржуазии. Под **«физическим воспитанием»** понимается **целенаправленный процесс по управлению физическим развитием и физическим образованием**. В своей работе «Эмиль или о воспитании» французский писатель и философ Ж.Ж. Руссо резко противопоставил изнеженной, избалованной и слабохарактерной аристократической молодежи диких, грубых и здоровых выходцев из простого народа. В качестве идеала и примера для подражания он предложил тип развитого, сильного, умелого и смелого человека. По мнению Ж.Ж. Руссо, всякая общественная проблема происходит от человеческого зла, а зло, в свою очередь, – от слабости человека. Это положение можно изменить только путем воспитания умной, физически развитой и сильной молодежи. Система физического воспитания, по его мнению, должна строиться на борьбе с преодолением естественных препятствий «свободной» природы: карабканье на деревья, лазанье по скалам, переноска тяжестей, прыжки и бег по пересеченной местности, а также заплывы в открытых водоемах. Руссо был первым, кто признал необходимость тренировки органов чувств. В свою систему физического воспитания он встроил взгляды других мыслителей, таких как Д. Локка и Я. Коменского. Из тезисов Д. Локка он использовал идею сочетания умственного и физического воспитания. Из учений Я. Коменского теории воспитательной роли игры, но с ценностной воспитательной силой игр, которые сопровождались физическими испытаниями и побуждали к принятию самостоятельных решений. Физическое воспитание девочек Ж.Ж. Руссо считал обязательным, оно должно быть направленным на воспитание обаятельности, грациозности, стройности и т.п.

Идеи французского Просвещения, связанные с физическим воспитанием, впервые попытался осуществить на практике *И.Г. Песталоцци* (1746–1825). Он ступил на стезю педагогики под влиянием Руссо. Песталоцци неколебимо верил в то, что изъяны общественной системы можно направить путем введения всеобщего образования, не только для детей состоятельных семей, но и бедноты. Его подход к вопросам физического воспитания заключался в проведении совместных занятий с

учащимися элитных и народных школ. В своей работе «Элементарная гимнастика», изданной в 1807 году, он сгруппировал составленные им вольные упражнения в зависимости от форм подвижности суставов. Поэтому упражнения для головы, ног, рук, туловища должны сочетаться с использованием в физическом воспитании естественных упражнений, игровых и комплексных упражнений. Под комплексными упражнениями Песталоцци подразумевал конкретные виды спорта: фехтование, бег на коньках, борьба, спортивные игры и танцы. Именно такое сочетание позволит улучшить здоровое функционирование внутренних органов, развить мышечную систему и приобрести правильную осанку, формировать нравственность. Классической заслугой Песталоцци является и то, что он уже в то время, увидел и осудил недостатки некоторых педагогов в их стремлении к односторонности физического воспитания молодежи. «Имеются сторонники обособленного преподавания отдельных искусств, – подчеркивал он, – имеются преподаватели танцев, фехтования, езды верхом. Но даже специалисты по гимнастике занимаются скорее преподаванием отдельных упражнений, нежели совершенствованием физического развития человека в целом... По этой причине деятельность этих людей нельзя считать полноценным физическим воспитанием».

К сожалению, И.Г. Песталоцци не смог стать свидетелем осуществления своих педагогических идей. Опыт его беспокойной и полной неудач жизни использовали филантропы, создатели швейцарской системы вольных упражнений, немецкой и датской гимнастики.

Деятельность филантропов (филантропия – благотворительность) явилась яркой вехой в развитии новых подходов в физическом воспитании. Социальную основу этого движения составили мелкие буржуа, которые видели причину обнищания населения в неправильной системе воспитания и образования. В 1774 году Бернат Базедов открыл первое филантропическое заведение. Позднее, немногочисленные школы филантропов стали называть *филантропии*. В них впервые в процесс школьного образования было введено обязательное физическое воспитание детей. Выдающаяся роль в осуществлении идеи школьного физического воспитания принадлежит *Герхарду Антону Фиту* (1763–1836) и *Иоганну Кристофу Гутс-Мутсу* (1759–1839). Предложенная ими система включала три группы движений: игры, практические упражнения для развития сноровки рук, собственно физические упражнения.

Играм в системе физического воспитания филантропы отводили главенствующую роль. Они обновили теорию Яна Амоса Коменского относительно игр и классифицировали игры в зависимости от их воспитательного воздействия на учащихся:

- игры на сообразительность и рассудительность;
- игры на внимание;
- игры для развития памяти;
- игры на воображение;
- интеллектуальные игры;

- игры на формирование эстетического вкуса.

За счет введения в физическое воспитание практических упражнений по развитию ловкости рук, воспитатели-филантропы стремились дать детям и подросткам умения и навыки трудовой деятельности. Для этого использовалось обучение прикладным упражнениям для лучшего усвоения таких профессий, как профессия столяра, переплетчика книг, садовника, токаря. Так, благодаря филантропам, появилось профессионально-прикладное направление в физической культуре. Собственно физические упражнения, составляющие костяк их «системы воспитания движений», были представлены спортивными упражнениями. К их исполнению предъявлялось особое требование. Исследователь Эндре Бурка по этому поводу писал следующие: «..., чтобы они способствовали закалке организма, развитию силы и стойкости, выработке таких способностей и качеств, в результате которых человек становится пригодным для выполнения задач, выдвигаемых жизнью...»

Филантропами были выделены 12 групп «собственных упражнений»: прыжки; бег; метания; борьба; лазание; упражнения по сохранению равновесия; упражнения по поднятию, переносу и толканию тяжестей; танцы и строевые упражнения; плавание и купание; тренировочные упражнения (виды спорта); упражнения в пении; умственные упражнения. В рамках физических упражнений они стремились увязать получение практических навыков с благоприятным воздействием на организм. Комбинируя в пределах своей системы виды физических упражнений с их элементами, они открыли системный подход к дифференциации движений, что позволило в дальнейшем создать гимнастическое направление в физическом воспитании. Филантропы Гутс-Мутс и Фит использовали в своей системе и достижения медицинской науки. Они считали, что упражнения следует составлять с учетом физиологических и индивидуальных особенностей организма. По их мнению, преподаватель физических упражнений должен был знать не только функционирование тела человека, но иметь знания по воздействию различных упражнений на организм. Признавая в педагогике роль спортивных результатов, они тем самым установили взаимосвязь между школьным физическим воспитанием и спортивными достижениями. Книга Гутс-Мутса «Гимнастика для молодежи» была переведена с немецкого языка на французский, датский, английский, шведский языки. Налаживание института физического воспитания в Европе стало приобретать социальное значение. Появились буржуазно - национальные гимнастические движения.

2. Буржуазно–национальные гимнастические движения на Европейском континенте

Государственные деятели и европейские педагоги уже в конце XVIII века обратили внимание на значение трудов Руссо, Песталоцци и филантропов. Достигнутые этими людьми успехи в области физического

воспитания стали одной из основных тем обсуждений, символом и аргументом в светских речах и беседах. Их деятельность легла в основу возникновения и развития *буржуазно-национальных гимнастических движений*, среди которых наибольшее признание в Европе получили: *немецкая, шведская* и чешская системы воспитания.

Немецкая (турнерская) гимнастика. Ее создание связано с именами *Фридриха Людвиг Яна* (1778–1852), *Эрнста Айзелена* (1792–1846) и *Адольфа Шписса* (1810–1858). Основоположник немецкой гимнастики Фридрих Ян разработал систему гимнастических упражнений для повышения боевой выучки немецких солдат против армии Наполеона. Позже, Эрнст Айзелен усовершенствовал комплекс «войсковой гимнастики Яна» под требования школьного физического воспитания. Швейцарец Адольф Шписс дополнил комплекс упражнениями с ручными снарядами, перестроениями, висами и опорами. Немецкая или турнерская гимнастика содержала ОФП, бег и ходьбу; упражнения с препятствиями, упражнения на гибкость; упражнения на кольцах, висы и лазание; упражнения в равновесии. Исключала – плавание и борьбу. Занятия проводились на специальных открытых площадках (турплацах), где стояли турники, гимнастические брусья, конь, перекладина. Первый турплац был открыт под Берлином в 1811 году. Количество одновременно занимающихся на нем составляло более 500 человек. К сожалению, в немецкой гимнастике отсутствовали рекомендации по дозировке упражнений, по врачебному и педагогическому контролю. Немецкая гимнастика, не смотря на свои недостатки, приобрела статус *системы физического воспитания. Система физического воспитания – это упорядоченная совокупность элементов физического воспитания действующая в рамках определенной общественной структуры.*

Шведская гимнастика. Ее основоположник *Пер Хенрик Линг* (1776–1839). Концепция его учения основывается на том, что физическое воспитание должно строиться на знаниях биологии, анатомии и физиологии. Упражнения должны применяться таким образом, чтобы максимально обеспечить функционирование всех структур организма. По мнению Пера Линга, гимнастику следует классифицировать на: *педагогическую, военную, врачебную и эстетическую.* При жизни автору шведской гимнастики удалось реализовать на практике только лечебную гимнастику и эстетическую гимнастику.

Продолжил дело отца *Ялмар Линг* (1799–1881). Он ввел в гимнастику вспомогательные средства – шведскую стенку, бревно, прыжковый трамплин, скамью и др. Для практического использования шведской системы в 1813 году в Стокгольме открылся Центральный гимнастический институт для подготовки преподавателей шведской гимнастики, а также был спроектирован проект первого закрытого спортивного зала. Занятие шведской гимнастикой предусматривало сложную структуру воздействия на различные части тела и физиологические системы и содержало 12–18 частей. Физические упражнения в шведской системе классифицировались на следующие группы: для ног, спины, рук, брюшного пресса, сердечно-

сосудистой системы и дыхательной системы. Шведская гимнастика была обязательной для мальчиков и девочек. Она придерживалась физиологических принципов в физическом воспитании – разминка – основные занятия – расслабление. Она использовалась до 1944 года.

Чешская гимнастика. Обстоятельства возникновения *чешской гимнастики* или *национального гимнастического движения «Сокол»* (1862) связано с борьбой славянских народов империи Габсбургов за культурную автономию и национальную независимость. Ее основоположник *Мирослав Тыри* (1832–1884) преподаватель Пражского университета. Цель – сплочение и национальное воспитание молодежи через систему физического воспитания. Чешская гимнастика «Сокол» включала 4 группы упражнений:

- упражнения без снарядов (бег, ходьба, вольные упражнения, танцы, строевая подготовка)

- упражнения на снарядах (немецкая гимнастика, шведская гимнастика)

- подвижные игры и массовые гимнастические выступления

- боевые упражнения (бокс, фехтование, борьба, упражнения с сопротивлением)

Благодаря гимнастическому движению «Сокол» в систему физического воспитания были внедрены: дозировка упражнений, техничность (красота) исполнения, специальная форма одежды для занятий и музыкальное сопровождение гимнастических выступлений. Среди славянских народов эта система воспитания была популярна, вплоть до 1920–1930 годов.

3. Спортивно-игровое направление в физическом воспитании

Теоретические основы реформы воспитания, осуществленной в английских школах (университетах, колледжах), в середине XIX века разработал каноник Вестминстерского аббатства *Чарлз Кингсли* (1819–1875). Образцом личности для него был идеализированный образ «юного христианина-атлета», который наряду с широкой «светской и духовной» учебой должен был углубленно заниматься развитием своих физических способностей. Добиться последнего, по мнению Кингсли, возможно было через занятия спортом и соревнования. «Ведь спорт, соревнования, – заявлял он, – молодечество человека, показывающего свою ловкость, есть для молодежи область, где можно упражняться в созидании общества. Подростающее поколение ...на малом закалится для большой арены жизни». Посредством спортивной площадки можно воспитать целеустремленное и последовательное поколение, которое в любом уголке мира «сможет постоять за интересы свои и своего отечества». Таков вывод значения занятий спортом для английской молодежи. Кингсли подвел методологическую базу для элитарного школьного физического воспитания. Теоретические установки каноника нашли реальную поддержку в

практической деятельности ректора колледжа в Регби – *Томаса Арнольда* (1795–1842).

Таким образом, к середине XIX века, в Англии начинает формироваться система физического воспитания, основанная на спортивно-игровой деятельности. В истории физической культуры эта система получила название «арнольдизм». Английский педагог Томас Арнольд, став ректором колледжа в городе Регби, столкнулся с плохой успеваемостью и аморальным поведением студентов: хулиганством и пьянством, тиранией старшими младших, пренебрежением установленных правил, духовным и телесным упадком. Добиться коренных изменений в воспитании студентов стало возможным только благодаря организации и проведению регулярных соревнований по отдельным видам спорта.

Педагогические основы спортивно-игровой системы – это формирование нравственных и умственных сторон личности молодых людей посредством физических упражнений и положительных эмоций. Будучи ректором, Томас Арнольд открыл спортивные площадки в колледже, разработал систему самоуправления, упорядочил регулярные спортивные соревнования, ввел в быт учебного заведения спортивные команды и клубы. Основным средством физического воспитания он выбрал популярные в то время игровые виды спорта. Английское образование, благодаря Томасу Арнольду, на долгое время стало образцовым для всего мира. Арнольдизм сыграл огромное значение в становлении и развитии спорта среди молодежи. Благодаря спортивной практике студентов колледжа в Регби стали развиваться и получили популярность такие виды как: крикет, футбол, хоккей, плавание, легкая атлетика, борьба, альпинизм, гребля. Однако, при всей образцовости и эффективности, спортивно-игровая система физического воспитания имела ряд существенных недостатков:

во-первых, она оттеснила развитие физического воспитания в нижних ступенях школы;

во-вторых, занятия спортом в средней и высшей школе были доступны только детям и молодежи из богатых семей;

в-третьих, игнорировалось физическое воспитание девочек, так как считались «презрительными» занятия, вызывающие пот.

4. Становление и развитие современных систем физического воспитания

Конец XIX и начало XX столетия ознаменовались появлением целого ряда модернизированных школьных систем физического воспитания. В США возникло **социально-гигиеническое (медицинское) направление**, основоположником которого стал *Овиде Декроли (1871–1932)*. Это направление имело много последователей. В основу этой системы физического воспитания легли движения лечебной гимнастики и нормы по охране здоровья: прием пищи, дыхания и гигиены; защита от

подстерегающих опасностей; правильность поведения в обществе. Был введен экзамен по физическому воспитанию, включающий билеты по «нормам поддержания хорошего самочувствия», методике гигиенического воспитания, требованиям к физическим возможностям и т.д. усовершенствованная социально-гигиеническая система физического воспитания существует и сегодня в некоторых штатах Америки, Пакистане, на Филиппинах.

Естественная (натуралистическая) гимнастика – новое направление в физическом воспитании школьников, пришедшее на смену немецкой и шведской гимнастикам. Ее основоположник французский морской офицер *Георг Эбер (1875–1957)*, который классифицировал физические упражнения на 8 видов: ходьба, бег, прыжки, лазанье, поднятие, метание, плавание, игры (атакующие и оборонительные движения). Натуралистическая система физического воспитания Георга Эбера была направлена на воспитание выносливости, а принципы заключались в следующем:

1) преподаватель физического воспитания в ходе выполнения упражнений должен «жить вместе» с учениками, т.е. развивать различные группы мышц средствами, в эффективности которых убедился на себе.

2) ежедневно заниматься физическим воспитанием и использовать при этом максимально естественные условия (солнце, воду, воздух, естественные препятствия).

3) на всех занятиях выполнять упражнения на дыхание и выносливость.

4) учащиеся занимаются обнаженными по пояс на открытом воздухе.

5) каждый урок физического воспитания заканчивать массажем и купанием.

Последователи системы Георга Эбера австралийцы Карл Гальгофер, Маргарет Штрейхер и Адам Слам усовершенствовали естественную гимнастику. Они внесли в урок три составных части: разминку – бодрящие упражнения. Последовательные и энергичные движения (прыжки, бег) для ускорения крови и расслабления мышц; основную часть – упражнения на развитие физических качеств, заключительную часть – свободные и успокаивающие упражнения.

Система физического воспитания *Георга Демени* была единственной, на тот период, научно-обоснованной. Георг Демени доказал, что существующие немецкая и шведская система движений не соответствует закономерностям анатомии и физиологии. Им была разработана следующая система требований:

1) должна быть динамика физических упражнений. Следует избегать неестественных положений. Скорость движений должна быть в обратной пропорции с массой двигающихся частей тела.

2) нельзя искусственно, на полпути, прерывать упражнения.

3) движения должны быть естественными и размашистыми.

4) мышцы, не участвующие в движении, в процессе выполнения должны быть полностью расслаблены.

5) при разучивании упражнений следует переходить от легких к сложным, от изученных ранее к неизвестным.

Георг Демени выработал требования к физическому воспитанию девушек с учетом особенностей женского организма. Совершенная теоретическая система физического воспитания ученого легла в основу тренировочной деятельности.

Широкое распространение, в период перед I и II Мировыми войнами, получила **милитаристская система физического воспитания**. В ее основу легли реакционные взгляды на воспитание английского социолога и психолога Спенсера (1820–1903), который биологические законы животного мира механически перенес на физическое развитие и воспитание человека: «Война между людьми, как и война между животными, играет значительную роль в усовершенствовании их организации». Тракаты Спенсера «Воспитание физическое, умственное и нравственное» приобрели популярность в мире.

Примером милитаристской системы физического воспитания, т.е. военно-физической подготовки, может служить фашистская Германия. С 1937 года в стране проводили пять уроков физического воспитания в неделю и один обязательный спортивный день. Подростки в возрасте 10–13 лет проходили военно-физическую подготовку в отрядах «Юнгфольке»; а юноши (14–18 лет) сдавали практические нормативы и экзамены для получения «военного свидетельства» в отрядах «Гитлер-юнге». С 18 до 35 лет осуществлялась подготовка взрослых немцев и сдача ими норм на «Имперский значок» (золотой, серебряный, бронзовый). Милитаристское физическое воспитание и сегодня встречается в ряде стран.

Основу современной художественной гимнастики заложил Франсуа Дельсарт и его последователи: Женьева Стеббинс, Айседора Дункан, Дора Менцлер. Их система физического воспитания носила название **гимнастика модерн**. Она была рассчитана на физическое воспитание женщин и включала в себя перенесенные в «светскую жизнь» стилизованные гимнастические движения и новые формы балетного искусства. *Ритмическое направление* в современной системе физического воспитания связано с именем женевого учителя музыки Эмиля Жака Далькроза (1865–1914).

Скаутинг или военно-патриотическое направление в системе физического воспитания. Скаутинг распространился по всему миру и объединяет около 18 миллионов подростков в более, чем 100 странах. Контактно-организационную деятельность скаутов осуществляют Международные комитеты.

Движение скаутов возникло на рубеже XIX–XX веков в Англии. Его основатель – английский генерал Роберт Стефенсон Смит Баден-Пауэлл. К созданию скаутинга его подтолкнули реальные события англо-бурской войны, когда отряд мальчиков-велосипедистов в городе Мейфикинг помогал взрослым защищать осажденный город. Подвиг «мейфикингских кадетов»

нашел отклик и поддержку в сердцах многих английских школьников. Для поддержания «гражданского духа» английской молодежи, вернувшись в Англию, Пауэлл на острове Браунси в 1907 году организывает первый лагерь скаутов. А затем, пишет книгу «Scouting for Boys» («Разведка для мальчиков»), посвященную организации скаутского движения. После выхода книги в свет стали создаваться многочисленные скаутские организации в начале в Англии, затем в Европе, Америке и Азии. На территории царской России скаутинг появился в 1909 году по инициативе Императора Николая II, основателем российского скаутинга стал Пантюхов Олег Иванович.

«Скаут» в переводе с английского языка означает «разведчик». Английские скауты обучались искусству следопыта, знанию природных явлений, жизни в походных условиях, развитию выносливости, общественному поведению, действиям при несчастных случаях. В период с 1910 по 1914 годы 792 английских скаута были награждены за подвиги при спасении жизни людей. Нравственную основу скаутского движения составили законы рыцарского ордена ионитов. Девиз английских скаутов гласил: «Вера в бога, верность королю, верность Родине – будь готов!». Баден Пауэлл объяснял его содержание так: «Скаутский девиз говорит, что ты всегда готов умом и телом выполнить свой долг перед лицом любой трудности и, если необходимо, помочь другим». Эмблема Всемирной Организации Скаутского движения – белая лилия с тремя лепестками на фиолетово-лиловом фоне. Этот символ использовался многими древними народами: китайцами, индийцами, египтянами, римлянами. У англичан трилистник обозначал стрелку компаса, ориентированную на Север. В скаутском движении лилия обозначает путь к братству и дружбе, надежность и помощь другим. Три лепестка у лилии – это три принципа скаута: «Долг перед Богом», «Долг перед другими», «Долг перед собой». Скаутинг, по мнению его автора Баден Пауэлла, это подготовка и воспитание молодежи к жизни в форме занимательной игры. Скаутская форма – это форма военных во времена англо-бурской войны в Южной Африке (1892–1902): шляпа, косынка, короткие брюки, чулки, башмаки. Организационная структура скаутов: патрульные звенья по 6-8 человек под руководством вожака или патрульного, которые объединяются в отряды (20-30 человек) В скаутинге различают несколько возрастных групп: младшая (7–9 лет); собственно скауты (11–17 лет); старшая ветвь (17–25 лет). В 1909 году на праздновании годовщины движения (официально скаутинг признан в 1908 году) в Хрустальном дворце в Лондоне на праздник пришли девочки, изъявившие желание участвовать в скаутском движении. Под руководством сестры Баден Пауэлла – Агнесс и его супруги – Олав в 1910 году было основано гайдовское (девочки скауты) движение. Сегодня всю деятельность скаутского движения в мире координирует Всемирная Организация Скаутского Движения, которая была создана в 1922 году в Париже. Практика двух Мировых войн подтвердила огромное значение скаутинга в подготовке физически развитых, волевых и адаптированных к тяжелым условиям молодых патриотов, которые успешно защищали свою Родину.

С конца XIX века в физической культуре появилось такое направление как **адаптивная физическая культура и спорт**. В 1973 году это направление получило официальный статус: была создана Международная федерация адаптивной физической активности (IFAPA). Во многих странах мира АФА является самостоятельной профессией. Понятие «адаптивная физическая культура» обозначает термин, объединяющий все виды физической активности и спорта, способствующий расширению возможностей индивидов с различными ограничениями и нарушениями функций. Главная цель АФА – улучшение жизни людей, квалифицирующихся в обществе как «люди с ограничениями отдельных функций» и улучшение жизни людей со сниженным жизненным потенциалом. В 1982 году ООН была принята «Всемирная программа действий в отношении инвалидов», которая позволила ввести в систему физического воспитания адаптивный спорт. Адаптивный спорт – это процесс и результат формирования у лиц с отклонениями в здоровье спортивных умений и навыков для достижения социально значимых результатов через соревновательную деятельность. Ведущими форумами адаптивного спорта являются Паралимпийские летние и зимние игры.

XX век в истории физической культуры и спорта ознаменовался появлением **экстремального спорта**. Он рассчитан на желающих продемонстрировать свои умственные и физические способности в нестандартных ситуациях, для тех, кому занятия традиционными видами спорта кажутся скучными и банальными. Идеология экстремального спорта: победы и познать самого себя. Стихия экстремалов – небо, океан, горы. Экстремальный спорт – это попытка человека противостоять природным стихиям, познать и раскрыть возможности организма. На сегодняшний день любителей экстремального спорта насчитывается несколько миллионов. По зимним и летним экстремальным видам спорта проводятся чемпионаты мира и континентов, блицтурниры, Кубки клубов и отдельных стран. Одним из наиболее популярных зимних видов экстремального спорта является сноубординг, который лыжные центры и курорты всего мира используют для активного горного отдыха. В 1995 году МОК официально включил сноубординг в программу зимних Олимпийских игр. В Нагано-98 состоялся олимпийский дебют сноуборда в таких дисциплинах, как гигантский слалом и халфпайп. Родиной экстремально-досочных развлечений считаются Гавайи, где впервые была использована «хее-налу» или доска для катания по волнам. Сноуборд как вид упражнения в 1929 году изобрел австриец Джек Буртшет, который вырезал фанерную доску и привязал её к своим ногам, а затем скатился с горы.

Часть II ОТЕЧЕСТВЕННАЯ ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Лекция 1

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА БЕЛОРУССКОГО НАРОДА ДООКТЯБРЬСКОГО ПЕРИОДА

1. Физическая культура древней и средневековой Беларуси.
2. Состояние физического воспитания белорусов в буржуазный период.
3. Становление и развитие спорта в дореволюционной Беларуси.

1. Физическая культура древней и средневековой Беларуси

История физической культуры белорусов неотъемлемо связана и переплетена с этногенезом нашего народа. Факты, подтверждающие первые поселения людей на наших землях, относятся к 100 тысячелетнему периоду. Это были племена *тубальцев* – голубоглазых, светловолосых и белокожих людей. После того, как огромный ледник Скандинавских гор накрыл большую часть Беларуси, на наших землях появились новые племена *путешественников-охотников*. Об этом свидетельствуют найденные археологами поселения в *Бердыше* и *Юравичах*. Пришельцы перемешались с оставшимися племенами тубальцев, так появились прабелорусы, которые из-за непроходимых болот, стали жить обособленными родовыми общинами. Они много охотились, отлично владели техникой метания копья, прекрасно плавали и ныряли, умело ловили рыбу. Были физически сильными и закаленными. Имели единую развитую речь (V–VI тыс. до н.э.) Ученые считают, что жившие в тот период прабелорусы по своим интеллектуальным возможностям были близки современному человеку. Со сменой природных условий (похолоданием в Сибири и засухой в средней Азии) началось движение на запад *финно-угорских племен*. Племена из-за Урала облюбовали территории современной Витебской и частично Минской областей (III тыс. до н.э.) Породнившись с местными племенами, они дали названия нашим местечкам, рекам, озерам. Примером может служить озеро Нарочь. Кроме

этого, они обогатили физическую культуру прабелорусов умениями стрелять из лука, передвигаться на лошадях, кулачным поединкам. Позднее, через земли Беларуси прошли *индоевропейские племена*, (внешне похожие на современное население Южной Индии, Ирана), которые имели развитую культуру и владели многообразными физическими упражнениями. Возникли новые этносы – славян и балтов. Так, за II тысячи лет до нашей эры на нашей территории из тубальско-фино-балтских племен сформировались: голяды (современная Могилевская область), лотва (Витебская и Минская область), яцвичи (Гродненская и Брестская), дайновы (Центральная Белоруссия). К этому времени, как подтверждают археологические раскопки, наиболее широкое распространение получили такие физические упражнения, как метание топора и копья, стрельба из лука, плавание и передвижение на челноках, единоборства, преодоление препятствий, верховая езда, прыжки через высокие костры, поднятие тяжестей, хороводы и ритуальные пляски. В последствии бытовая и магическая физическая культура стала приобретать военно-прикладную направленность. Физическое воспитание в этот период у наших древних предков носило сугубо подражательный характер и осуществлялось всей родовой общиной: при этом мальчиков и юношей учили мужчины, девочек и девушек – женщины. Позже были созданы своеобразные «**дома молодежи**», в которых осуществлялись *инициации* (физическая подготовка молодых славян). По мере распада родовой общины воспитательные функции переходили к семье. Старшие учили всему, чем владели сами, младших. Племенам славян, живущих в первых тысячелетиях нашей эры, приходилось очень часто отражать набеги кочевых племен аваров, хазаров и другие. Поэтому, они усиленно занимались военными упражнениями и физическим развитием. Византийский император Маврикий так оценивал военную физическую подготовку наших далеких предков: «Племена славян многочисленны, выносливы, легко переносят жару, холод, дождь, наготу, недостаток в пище. Сражаясь со своими врагами, пользуются внезапными атаками, хитростью днем и ночью. Опытны они в переправах через реки, превосходя в этом всех людей». Следует также отметить, что огромную образовательную и воспитательную функции приобрели у славян «**ігрышчы**», посвященные языческим богам. На них молодежь публично демонстрировала свои умения быстро бегать, метать камни в цель и на дальность, сбивать чучела, лазать по гладким столбам, плясать. При этом они получали возможность выделиться в честном поединке, проявить свои качества, выбрать спутницу жизни. Большое значение в развитии физической культуры и в жизни наших предков имели *тризны*. *Тризна* – это состязания, проводимые при погребении воинов. Этот ритуал включал в себя танцы вокруг погребального костра, сцены военного поединка, символические игры, песни. Позднее тризны перенесли на проведение языческих гуляний и праздников, не связанных с погребением.

В период феодальных отношений (V–XVII вв.) народ на территории Беларуси сохранял и преумножал самобытные формы физического воспитания. Плебейская (народная) физическая культура обогатилась

новыми играми «колядными», «купальскими», «великодными». Появились игры связанные с трудовой деятельностью крестьян и горожан: «Кульки», «Птицелов», «Волк», «Пастух», в которых кристаллизировался трудовой опыт, формировались нравственные и волевые качества. Совершенствовалась система военной подготовки молодежи и взрослых через организацию княжеских дружин. Укреплялась техника рыболовства, появились целые ритуалы подготовки и проведения рыбной ловли, которыми особенно отличались жители полоцких земель. В средневековье физическая культура наших предков характеризовалась появлением новых упражнений, таких как кулачные бои «стенка на стенку» с соблюдением обязательных правил; фехтование на палках; ходьба на ходулях; катание на санках, салазках и «калаўротах»; борьба на «крыжах»; ходьба на лыжах. Устраивались и игры-соревнования, которые проходили на «чистом поле» между дворами и селениями. Простолюдины состязались в беге наперегонки, конных ристаниях, кулачных и палочных боях, прыжках через костры, стрельбе из лука и прыжках в воду с обрыва. Соревнования не только воспитывали нравственно и развивали физически. Они позволяли молодым мужчинам выбрать невесту и создать семью, подготовиться к трудовой и военной деятельности. Особое место в физическом воспитании отводилось военному делу. Военная подготовка отроков (подростков) начиналась по достижении ими 14 лет, когда они становились полноправными членами семьи.

Профессиональные воины начинали готовиться с 12 лет в начале в специальных **домах-гридницах**, потом в **дружинах**. Став взрослыми, профессиональные воины жили отдельно от семьи в укрепленных лагерях. Они ходили в военные походы, участвовали в боевых сражениях и обеспечивали охрану своих князей (феодалов).

Физическое воспитание феодалов в этот период отличалось от воспитания простолюдинов. Феодалы охотились, обучались верховой езде и сражению на мечах, ножах, фехтованию на саблях и шпагах, штурму крепостных стен и придворным танцам. Физическая культура Беларуси в этот период начинает носить классовый характер.

2. Состояние физического воспитания белорусов в буржуазный период

Буржуазный период в истории нашей Родины характеризовался присоединением Белоруссии к России. Это значительно обогатило национальную физическую культуру. Следует также отметить и активный рост с 1740 года учебных заведений – народных училищ, в которых наряду с учебными предметами проводились занятия по танцам и «телодвижениям» (гимнастике). Иными словами, в той или иной степени, но внимание физическому воспитанию и здоровью детей и подростков уделялось. Так, например, в списке учеников Витебского главного народного училища имелась графа «здоровье», из которой мы узнаем, что из 77 учеников I класса

66 имеют пометку «Здоров» и 12 – «Слабое здоровье». В Полоцком духовном училище, например, существовал строгий распорядок дня с использованием обязательных физических упражнений: ежедневные танцы в течение одного часа и пешие утренние прогулки. Рост числа школ и народных училищ с разносторонним диапазоном преподаваемых знаний и укреплением здоровья не остаются незамеченными: издается указ Александра I от 24 января 1803 года о реформе народного образования, согласно которому систему белорусских школ подчинили Виленскому учебному округу. Результат царской политики национального угнетения дал свои «горькие плоды» – количество училищ были сокращены, а количество учащихся, особенно из числа детей бедных белорусов, значительно уменьшилось. Так, например, в Могилевской губернии в 1804 году обучалось всего 428 учеников, а в Минской – 587. Вопрос о физическом воспитании в оставшихся уездных и приходских училищах вообще не ставился. Простой люд горожане и крестьяне обращались в различные инстанции с просьбой разрешить открытие народных школ. Однако, как правило, эти просьбы оставались безответными. Сокращение школ, жесточайшая эксплуатация, крайне низкий уровень благосостояния, отсутствие медицинской помощи отрицательно сказалось на состоянии здоровья и физическом развитии белорусов. И хотя по прежнему популярны в народе игры «Азярод», «Гула», «Зацэп», «Пацяг» в летний период и метание снежков, взятие снежной крепости, катание на деревянных санках и коньках – зимой, но постепенно самобытная национальная физическая культура приходит в упадок.

Пролетариат страны был поставлен в крайне тяжелые условия: работа по 16–18 часов в день, заработок 7–8 рублей в месяц. Дети и подростки в Белоруссии того периода составляли 1/3 всей рабочей силы. Исследования Л. Голынец (1887 г.) и А. Бекаревича (1890 г.) доказывают низкий уровень показателей физического развития белорусской молодежи. Изменить ситуацию не смогла даже изданная в 1889 году «Инструкция и программа преподавания гимнастики в мужских учебных заведениях». Так, как она носила формальный характер. Обеспокоенные создавшимся положением в сфере физического воспитания и развития детей, прогрессивные деятели все активнее стали выступать за введение физического воспитания в оставшихся учебных заведениях. В Могилеве (1898 г.), а затем в Витебске, Гродно и Минске создаются **общества содействия физическому воспитанию**. Благодаря их активному участию, физическое воспитание было внедрено в практику учебных заведений. Были оборудованы «треки» (места занятий) с теннисными площадками, кегельбаном, футбольным полем, гимнастическими городками и т. д. при дворах гимназий, где обучались дети состоятельных родителей. В 1909–1910 годы по инициативе Николая II стали создаваться полувойенные отряды мальчиков (потешные), так называемые **народные классы «военного строя и гимнастики»**, с целью вовлечения детей трудящихся в военные занятия. В Белоруссии отряды «потешных» функционировали в Поставском, Быховском, Полоцком, Кобринском уездах. Вместе с такими отрядами стали возникать и **отряды скаутов**, но они не

нашли широкого распространения. Скауты появились в Минске, Бобруйске, Витебске. Зато по «душе» пришлось **гимнастические организации «Сокол»**. Приглашенные на работу преподаватели гимнастики из Чехии приводили с собой форму, инвентарь, оборудование. Они работали в гимназиях Орши, Могилева, Бреста, Гродно, Витебска, Минска. Под их руководством был устроен и проведен первый гимнастический праздник в Могилеве в 1911 году. В нем приняли участие гимназисты всех возрастов в показательных упражнениях с булавами, с флажками, с палками, а также в выступлениях на гимнастических снарядах. В 1912 году по инициативе директора Борисовской гимназии Иванова П.И. был создан **первый кружок**, явившийся прототипом школьных спортивных обществ. В 1916 году в Могилеве состоялся съезд по вопросам внешкольного образования. Он принял решение, обязывающее учебные заведения использовать военно-гимнастические упражнения, экскурсии, походы, игры во внеучебное время. Однако это решение не получило поддержки среди учителей и учащихся.

3. Становление спорта в Беларуси дореволюционного периода

В XIX веке беднейшее крестьянство Беларуси уходит в город на «отхожие промыслы», на строительство железных дорог и т.д. Растет быстрыми темпами городское население, развивается промышленность и вместе с этим усиливается классовое неравенство. Происшедшие социально-экономические изменения начинают ярко проявляться и в сфере физической культуры: с одной стороны, повышается интерес к различным физическим упражнениям и спорту среди представителей имущих классов, а с другой – значительно ухудшается условия физического развития большей части населения. Исчезают многие сложившиеся бытовые обряды и обычаи, самобытные игры. Лишь только по великим праздникам сельское население еще повторяет традиционную программу игрищ.

В таких условиях, в 1870 году в Беларуси в городе Витебске появляется модная техническая новинка – **велосипед**. Началось увлечение молодых буржуа велосипедным спортом. «Элитность» увлечения

объяснялась дороговизной стоимости велосипеда. Один велосипед стоил в то время 120-150 рублей (для сравнения: корову можно было купить в те времена за 25 рублей). Первые велосипеды были неуклюжими, трехколесными и очень тяжелыми (до 80 фунтов). В 1894 году количество занимающихся велоспортом в Витебске равнялось 70 человек. Было создано общество любителей велосипедистов-туристов. В 1901 году подобные общества появились в шести крупнейших городах Беларуси, а в 1896 году в Минске проведены первые соревнования по этому виду спорта. Самым первым известным белорусским призером международных соревнований был **Михаил Фадеевич Девочко**, пассажирский Минского управления Либаво-Роменской железной дороги. Он победил в велогонке на 650 верст Петербург-Москва (1895 г.), в которой участвовали сильнейшие велосипедисты Франции, Германии, Голландии. Журнал «К спорту» в тот период характеризовал итог гонки следующим образом: «Победитель состязания М.Ф.Девочко, в продолжение двух ночей не сомкнул глаз, неутомимо педалируя, показывая тем самым пример человеческой силы и выносливости. Знаменитый Ф.Гергер, победитель пробега Бордо-Париж, уступил победу нашему соотечественнику». Под влиянием моды к велосипедной езде в Минске в губернаторском саду был оборудован земляной трек и организован прокат велосипедов. Прокат был открыт так же в Могилеве и Витебске. Открылось кустарное производство велосипедов, из барской забавы они стали средством передвижения. Еще более престижным оказался парусный спорт. И опять отличился Витебск, где был открыт **первый яхт-клуб в Беларуси** (1898 г.), членами которого стали владельцы спортивный парусных судов. В воскресные дни участники яхт-клуба устраивали катания под парусом. Этим, правда, и ограничивалась их спортивная деятельность. **Первое спортивное общество в Беларуси** было создано в 1892 году под предводительством губернатора Минска князя Трубецкого. Оно называлось Минское общество любителей спорта (МОЛС). По форме и структуре – это был клуб, члены которого – дворяне, чиновники, богатые промышленники и представители городской интеллигенции играли в теннис, крокет и шахматы.

После революционных событий 1905–1907 годов царское правительство обратило внимание чиновников на спорт, как средство отвлечения рабочих, студентов, солдат от политической борьбы. Был выпущен специальный циркуляр, разрешающий открытие новых спортивных объединений для «разумного использования свободного времени». Это послужило толчком к тому, что даже в отсталой окраине царской империи, в которую превратили Белоруссию, стала активизироваться физическая культура и спорт. В Гомеле при железнодорожном узле был создан **спортивный клуб «Окраина»**, начавший проводить игры по футболу и занятия по легкой атлетике. В 1911 году появились гомельские футбольные команды «Виктория», «Унитас», «Стела», «Надежда». Популярными стали первенства города по футболу, оборудовано футбольное поле. В 1911 году в Могилеве издаются первые правила игры в футбол. Футбол культивируется в

Витебске, Бобруйске, Борисове. С 1914 году в Минске стал действовать футбольный клуб «Спартак». Организовываются повсеместно розыгрыши кубка и международные встречи по этому виду спорта. Легкая атлетика также не остается в стороне. Гомельский **кружок «Спорт»** в 1913 году стал инициатором проведения первых соревнований по легкой атлетике, на которых были показаны скромные результаты. В Минске «по высочайшему разрешению губернатора» 24 октября 1913 года открылось **общество «Санитас»**, культивировавшее занятие по борьбе и поднятию тяжестей. По инициативе этого общества проводятся чемпионаты города по борьбе и поднятию тяжестей. Спортсмены «Санитас» на свои сбережения и собранные пожертвования приняли участие в I Всероссийской (Киев, 1913 г.) и II Всероссийской (Рига, 1914 г.) Олимпиадах. В Киеве минский гиревик А.Александрович занял 1 место в полутяжелом весе. Успешно выступили тяжелоатлет Солоневич (2 место), борец Н. Зуев (3 место). В 1914 г. минский атлет В. Сокодинский установил Всероссийский рекорд (214 фунтов) в выжимании штанги. Незаурядными силачами прослыли Скарбэ из Борисова, Потапов из Бобруйска, Изюмов из Витебска, Сидзевич из Гомеля. В Могилеве, Витебске, Бобруйске и Борисове в эти годы успешно действуют **клубы «Маяк» и «Богатырь»** спортивно-гимнастического направления. Их деятельность осуществляется с помощью российских энтузиастов П.Бабицкого (Петербург) и А.Либмана (Одесса). К сожалению, интерес молодежи к спортивным организациям, их быстрый рост в годы нового революционного подъема стали истолковываться, как признак вольнодумства. В 1914 году «главным, наблюдающим за физическим развитием народонаселения Российской империи», был установлен политический контроль над деятельностью спортивных обществ. Отныне спортивные организации должны были становиться на учет в полиции. В Беларуси зарегистрировалось только 23 организации, 70 кружков и клубов с численностью до 2,5 тысяч человек «не пожелали стать на учет» и были названы «дикими». Началась военно-полицейская репрессия против прогрессивных организаций, включая спортивные клубы и кружки. «По мотивам политической неблагонадежности» были закрыты общества «Санитас», «Унитас» и многие другие. В 1915 году для пополнения армии объявлена **«мобилизация спорта»** и создание специальных военно-спортивных комитетов. В 1916 году военно-спортивный комитет был создан только в Могилеве. Таким образом, не успев сформироваться, спортивное движение в Беларуси угасло, оставив малозаметный след в нашем культурном наследии.

Лекция 2

ПЕРВЫЕ ШАГИ СОВЕТСКОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (1917–1941 гг.)

1. Теоретические истоки советской системы физического воспитания.
2. Роль и значение деятельности П.Ф. Лесгафта.
3. Становление и развитие советской системы физического воспитания (1917–1941 гг.).
4. Развитие физической культуры в Советской и Западной Белоруссии довоенного периода (1917–1941 гг.).

1. Теоретические истоки советской системы физического воспитания

Принципиально новый этап развития физической культуры в Беларуси начался с 1917 года, после победы Великой Октябрьской социалистической революции. Результатом стало рождение нового государственного устройства, впервые провозгласившего власть класса «неимущих». Все сферы деятельности были направлены на улучшение жизни народных масс: крестьян, рабочих, бедной интеллигенции. Таким образом, на протяжении семи десятков лет, в СССР, в состав которого входила и Белоруссия, была создана одна из самых эффективных систем физического воспитания. Физическая культура и спорт стали доступны всем.

В основу создания советской системы физического воспитания был положен опыт и теоретические труды основоположников социализма, научного коммунизма.

Возникновение нового учения о физическом воспитании как составной части воспитания рабочего класса и беднейшего крестьянства и их поколений относится к середине XIX века, когда условий для распространения физической культуры среди трудящихся не было. Поэтому лучшие представители буржуазной интеллигенции пытались найти такие пути организации общества, которые могли бы предотвратить умственную и физическую деградацию народных масс. Огромный вклад в этом учении принадлежит Сен-Симону (1760–1825 гг.), Шарлю Фурье (1772–1837 гг.), Роберту Оуэну (1771–1838 гг.) и идеологам рабочего класса Карлу Марксу (1818–1885 гг.) и Фридриху Энгельсу (1820–1895 гг.).

Шарль Фурье считал, что главным пороком буржуазной системы воспитания является его недоступность для детей трудящихся. Шарлем Фурье была разработана система, по его мнению, предполагающая всестороннее воспитание. Это – с 3 до 9 лет трудовые игры, физическое закаливание, основы механики, подвижные игры; с 9 до 16 лет – образование, сочетаемое с физической и трудовой деятельностью. В 1830–40 годы во Франции и США сторонники Фурье предприняли попытки создания производственно-бытовых общин. Однако в условиях капиталистического общества эти общины долго не продержались.

Роберт Оуэн видел основную причину социальных бедствий и тяжелого положения трудящихся, в недостаточном развитии народного просвещения. Будучи хозяином бумагопрядильной фабрики, Роберт Оуэн

пытался осуществить свою теорию образования и воспитания на практике. Он открыл школу для детей своих рабочих, где они получали общее образование, занимались физической культурой и получали основы производственного труда. Робертом Оуэном были построены специальные площадки для игр, военных упражнений, гимнастики. В дальнейшем в США он попытался привлечь трудящихся к построению социалистической общины «Новая гармония» (1825 г.), где мечтал осуществить свою теорию всестороннего воспитания детей трудящихся.

Карл Маркс и Фридрих Энгельс, создатели теории научного коммунизма, огромное значение в своей идеологии отводили воспитанию. В «Манифесте коммунистической партии» они определили задачи воспитания пролетариата в новом общественном строе. В Инструкции делегатам на Женевский конгресс Международного товарищества рабочих (1866 г.) Карл Маркс писал: «Под воспитанием мы понимаем три вещи: во-первых - умственное воспитание, во-вторых, физическое, такое, какое дается детям в гимнастических школах, в-третьих, техническое воспитание, знакомство с основными принципами производства». В дальнейшем в систему воспитания основоположником научного коммунизма было введено понятие «эстетического и нравственного воспитания. В своей книге «Положение рабочего класса в Англии» Фридрих Энгельс назвал положение рабочих по их состоянию здоровья – «сознательным социальным убийством, организуемым буржуазией». Книга послужила толчком к созданию рабочих спортивно-гимнастических клубов и объединений среди трудящихся. Введенный Карлом Марксом и Фридрихом Энгельсом термин «всестороннее воспитание личности», предусматривал интеллектуальное, нравственное и физическое воспитание и стал основой воспитания подрастающего поколения в советской системе.

2. Роль и значение деятельности П.Ф. Лесгафта

В основу советского физического воспитания была положена научно-методическая и практическая деятельность великого русского ученого Петра Францевича Лесгафта, которому принадлежит учение об общественном значении физической культуры. Лесгафт П.Ф. – выдающийся биолог, анатом, антрополог, врач и педагог. Родился ученый в 1837 году в семье ювелира. В 1861 году окончил Медико-хирургическую академию в Петербурге. В 1865 году стал профессором и доктором медицины. Основал учебно-гимнастические курсы для офицеров Петербургской военной гимназии (1877 год). Стал читать лекции по анатомии на естественном факультете Петербургского университета (1886–1897 годы) и на Рождественских женских курсах. В период с 1877 по 1888 годы ученый пишет ряд научно-методических трудов. Среди них книги: «Школьные типы», «Семейное воспитание ребенка и его значение». Особую важность для организации физического воспитания несет в себе книга «Руководство по физическому образованию детей школьного возраста», где автор обосновал:

необходимость использования педагогических, психологических и медико-биологических исследований при организации физического воспитания; разработал принципы профессиональной подготовки специалистов; представил классификацию физических упражнений; обозначил возрастные особенности в занятиях физической культурой. Доказал тесную взаимосвязь между умственным и физическим трудом, а также показал важную роль движений во всех сферах деятельности человека.

На личные сбережения и пожертвования, в 1896 году Лесгафт П.Ф. создал «Временные курсы воспитательниц и руководительниц физического образования и игр», которые стали прообразом специальных высших учебных заведений. В 1905 году курсы были преобразованы в Вольную Высшую Школу (ВВШ). К Лесгафту П.Ф. приезжали учиться со всех уголков Российской империи: Украины, Кавказа, Беларуси, Финляндии, Средней Азии, Польши. Учебное заведение было общественным и демократичным, в нем обучались люди различного вероисповедания, имущественного ценза, социального положения. Вся жизнь самого педагога-ученого, его взгляды и поступки, были сформулированы в жизненном кредо Лесгафта – «никогда и ни в чем не допускать насилия». Позже, советский физиолог Л.А. Орбели назовет систему физического воспитания П.Ф.Лесгафта «очеловеченной гимнастикой», а за выдающиеся заслуги ученого первый советский специальный вуз будет носить его имя.

3. Становление и развитие советской системы физического воспитания (1917–1941 гг.)

Становление советского физического воспитания происходило на базе того, что уже было достигнуто в этой области деятельности людей. Однако в рамках нового государственного устройства принципы советской физической культуры должны были быть иными, чем в западноевропейских странах. Поэтому стали предлагаться различные **пути и направления** по содержанию советской системы физического воспитания. «Социалистическое направление» сводилось к использованию только «благоприятной и полезной игровой деятельности». Приверженцы «медицинского направления» отвергали занятия боксом, футболом, тяжелой атлетикой, гимнастикой и т.д., так как считали их вредными для ослабленного здоровья трудящихся. Их кредо были гигиенические упражнения и лечебная физическая культура, пеший туризм. Специфическую форму советской системы физического воспитания предлагали сторонники «Пролеткульта». Физическая культура и спорт у сторонников пролеткульта были представлены подражательными действиями из трудовой деятельности и назывались - «трудовой гимнастикой». «Скаутское направление» строилось на основе существовавшего в Англии и России скаутинга. В 1922 году в Красной России была изменена идеологическая основа воспитания скаутов и создано «пионерское движение», включающее обязательные занятия физической культурой и спортом.

В обстановке существования различных концепций советского физического воспитания 1917–1923 годах было необходимо принятие фундаментальной единой основы развития и содержания физической культуры. Она была изложена в **Постановлении ЦК РКП (б) «О задачах партии в области физической культуры» (1925 г.)**. В нем были сформулированы: а) определения социалистической системы физического воспитания; б) определены ее задачи; в) содержание; г) организационная структура; д) основные направления. Все дальнейшие положения и решения коммунистической партии и советского правительства о физической культуре и спорте развивались на этом руководящем документе.

Следует также отметить, несмотря на все трудности пост революционного периода, правительство молодого советского государства начало осуществлять эффективную организационную деятельность в сфере развития и подъема физической культуры. Были созданы **управленческие структуры**, без которых руководить советской системой физического воспитания было бы невозможно. В начале эту функцию выполняло **Главное управление всеобщего военного обучения** формирования частей Красной Армии (Всевобуч). С 1918–1920 годы в его составе имелся *отдел физического развития и спорта*, который ведал физической подготовкой в армии и подготовкой допризывников. После окончания гражданской войны в 1920 году создается **Высший совет физической культуры (ВСФК)**, который в 1930 году был переименован во **Всесоюзный совет физической культуры** при Правительстве СССР. Начиная с 1936 года, высшая структура управления получила наименование **Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта (ВКФКС)**. По существу, с тех пор структура руководства советской системой физического воспитания, основанная на принципе вертикальной подчиненности, не менялась вплоть до распада СССР (1990 г.).

Научно-методическая база. В период с 1917 по 1940 годы успешно развивались научно-методические основы советской системы физического воспитания. Уже в первые годы советской власти начала решаться проблема подготовки научно-педагогических кадров. В 1919–1920 гг. приступили к работе два первых высших учебных заведения: институт физического образования им. П.Ф. Лесгафта в Петрограде и Центральный институт физической культуры в Москве. В этих вузах в 20-е годы начались серьезные научные исследования в области физического воспитания. Заслуга в разработке медико-биологических, психологических и педагогических проблем физической культуры и спорта принадлежала великим ученым: Гориневскому В.В., Орбели Л.А., Крестовникову А.Н., Рудику П.А., Бернштейну Н.А., Иваницкому М.Ф. Огромное значение, для развития научно-методических основ советской системы физического воспитания, имело издательство «Физкультура и спорт» (1923 г.). Оно стало выпускать сборники научных статей, а с 1925 года – ежемесячный научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры». Таким образом, был основан центральный орган печати, публикуемый новейшие

отечественные и зарубежные экспериментальные достижения ученых в сфере физической культуры и спорта. Неоценимый вклад в становление советской системы физического воспитания внес журнал «Физическая культура в школе», издаваемый с 1930 года. В 1933 году в СССР открывается головное (ведущее) научное учреждение: Центральный научно-исследовательский институт физической культуры в Москве, затем НИИФК в Ленинграде. Огромный урон научно-методическому развитию советской системы физического воспитания нанесло Постановление ЦК ВКП (б) 1936 года «О педагогических извращениях в системе Наркомпроса», в связи с чем, начались гонения на научных корифеев в области физической культуры и спорта. Многие из них были репрессированы, другие вынуждены эмигрировать. Решения этого Постановления были пересмотрены только спустя двадцать лет, в 1956 году.

Введение комплекса ГТО. В советской системе физического воспитания предвоенного периода была сделана попытка использования двигательных тестов для определения уровня физической подготовленности населения, т.е. введен **Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР»**. Инициатором комплекса ГТО выступил Ленинградский комсомол. Инициатива комсомольцев нашла поддержку среди широкой советской общественности. Поэтому в марте 1931 года ВСФК при Ц И К СССР утвердил физкультурный комплекс ГТО I ступени, включающий нормативы по бегу, прыжкам и метаниям, подтягиванию на перекладине и переноске патронного ящика (мужчины), лазанию по канату (женщины), плаванию, езде на велосипеде, лыжным переходам, гребле, передвижению в противогазе. К требованию относилось умение оказать первую медицинскую помощь, знание основ самоконтроля, знакомство с основами физкультурного движения СССР, ударный труд на производстве. Год действия комплекса ГТО I ступени выявил необходимость установления более высоких требований к всесторонней физической подготовленности. В связи с этим, был введен в практику работы комплекс ГТО II ступени (1933 г.), состоявший из 22 норм и 3 требований. В нем более широко были представлены виды спорта и военно-прикладные упражнения: прыжки на лыжах с трамплина (мужчины), прыжки в воду, фехтование на штыках, преодоление полосы препятствий и др. В 1934 году вошел в практику работы с детьми комплекс «Будь готов к труду и обороне СССР». Следует отметить, что введение в практику комплекса «ГТО» стало одним из средств, стимулирующих всестороннюю физическую подготовку детей, молодежи и взрослых. Только с 1931 по 1940 год испытания на значок БГТО прошли около 1,5 млн. учащихся школ; ГТО I ступени – более 7 млн. человек и ГТО II ступени – более 134 тысяч человек. Физкультурный комплекс по праву стал программно-нормативной основой советской системы физического воспитания.

Огромной популярностью предвоенные годы в СССР пользовались также комплексы на значок «Ворошиловский стрелок», «Готов к противовоздушной и химической обороне» (ПВХО), «Альпинист СССР»,

«Парашютист СССР», «Турист СССР» и другие. Советские физкультурные организации приближали свою работу к нуждам обороны Родины. Началось преодоление «тепличности» в процессе обучения и тренировки. В 1939 году Советским правительством был установлен Всесоюзный день физкультурника. Этим актом еще раз было подчеркнуто огромное значение физической культуры в жизни советских людей.

Становление советского спорта. Особое внимание с 1917 по 1941 год стали уделять развитию советского спорта. Комсомольскими структурами, с 1922 по 1924 год, были созданы спортивные молодежные организации:

- «Муравей» (Москва и Московская губерния);
- «Спартак» (Петроград, Украина, Закавказье);
- «Комсомольский флот» (Казань);
- «Красный джигит» (Средняя Азия);
- «Красный молодняк» (Белоруссия) и другие.

Для улучшения учебно-спортивной и воспитательной работы в коллективах физической культуры стали открываться спортивные общества. В 1923 году было организовано первое добровольно-спортивное общество «Динамо», позднее – ДСО «Спартак», ДСО «Локомотив» и другие. С 1927 года в стране родилась **традиция** проведения **Всесоюзных физкультурных праздников** (летних и зимних). Самым крупным спортивным торжеством рассматриваемого периода стала **Всесоюзная спартакиада** (август 1928 г.). В ней приняло участие 7225 атлетов, из них 600 участников – представители зарубежных рабочих спортивных организаций. Программа Спартакиады по своему разнообразию не знала равной себе в мировой истории. В 30-е годы активно создаются детские спортивные школы (ДСШ). Первыми из них были ДСШ «Юный динамовец» и «Юный спартаковец». К концу 1937 года в СССР насчитывалось уже свыше 200 детских спортивных школ. Открылись **всесоюзные секции (федерации)** по видам спорта. Налаживаются с 1922 года и международные спортивные связи. Советские спортсмены в довоенный период приняли участие в слете спортсменов в Париже (1934 г.), Гетеборге (1935 г.), в III Международной рабочей Олимпиаде в Антверпене (1937 г.). Только с 1938–1940 годы в Советский Союз для участия в соревнованиях приехали 250 иностранных спортсменов, а 175 советских атлетов выезжали на соревнования в зарубежные страны. Накануне Великой Отечественной войны советский спорт был на подъеме. В стране культивировались 34 вида спорта. Особой популярностью у молодежи пользовались лыжный спорт, легкая атлетика, гимнастика, плавание, конькобежный спорт, бокс и борьба, а также спортивные игры (футбол, баскетбол и волейбол), тяжелая атлетика и шахматный спорт. Благодаря активной деятельности аэроклубов и обновленному комплексу ГТО, стали широко культивироваться военно-технические виды спорта: прыжки с парашютом, авиаспорт, альпинизм, штыковой бой, прикладное плавание, мотоспорт и другие. В этот период советские атлеты успешно демонстрируют свои рекорды и повышают

мастерство на различных спортивных форумах довоенного СССР: розыгрыш Кубка СССР по футболу; ежегодные Первенства СССР по видам спорта; межведомственные соревнования «Динамо», ВЦСПС, «Спартак» и ЦДКА; Спартакиады Армии, Флота и пограничных войск; Праздник Севера и чемпионаты СССР по видам спорта.

В 1935–1937 годах, в СССР разрабатывается **Единая всесоюзная спортивная классификация** (ЕВСК), которая устанавливает единую систему оценки уровня подготовки спортсменов на всей территории СССР. «Положением» первой ЕВСК были установлены разрядные нормы и требования по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, конькам, борьбе, боксу, тяжелой атлетике, фехтованию, теннису и спортивной охоте. Введение спортивной классификации способствовало развитию массового спорта и росту спортивных достижений. Мастерство спортсменов, оценивалось не только по разрядам. Было введено также почетное звание «Заслуженный мастер спорта» и звание «Мастер спорта».

Накануне Великой Отечественной войны физкультурные организации РСФСР объединяли около 3 млн. человек, Украинской ССР – свыше 1 млн., Белорусской ССР и Закавказских республик – 650 тыс., республик Средней Азии и Казахстана, Молдавской ССР и Карело-Финской республики – 590 тысяч человек. Специалистов высшей квалификации в предвоенное время в СССР готовили 6 институтов, средней квалификации – 25 физкультурных техникумов. В советской стране к концу 30-х годов работали педагогические училища физического воспитания Народного комиссариата просвещения РСФСР и 3 высших школы тренеров при Московском, Ленинградском и Украинском институтах физической культуры. В 1940 году из 27 тысяч штатных работников физкультурных организаций 10,3% имели высшее и 22% – среднее специальное физкультурное образование. В предвоенные годы в Советском Союзе значительно укрепилась материальная база физкультурного движения. Было построено 378 стадионов; более 70 тысяч спортивных площадок и футбольных полей; около 15 тысяч лыжных баз, теннисных кортов, стрелковых тиров, гимнастических городков; 6 тысяч спортивных и гимнастических залов. Были открыты 24 Дома физкультуры и 10 яхт-клубов.

4. Развитие физической культуры в Советской и Западной Белоруссии довоенного периода (1917–1941 гг.)

Советская Белоруссия. Первые шаги белорусской физической культуры после 1917 года были нелегкими, так велась борьба с внутренней контрреволюцией и иностранной интервенцией. В марте 1918 года на территории Советской Белоруссии начинают активную работу отделы и

пункты всевобуча. Для повышения физической подготовленности населения повсеместно организуются **спортивные кружки**. Первыми были открыты «Олимп» в Витебске, «Единение» и «Спорт» в Гомеле (1919г.). Возобновили свою деятельность буржуазные кружки «Сокол», «Маккаби», «Богатырь». Появились комсомольские физкультурные кружки «Красная молодежь», «Юные большевик» в Сенно, Лепеле, Улле, Орше, Полоцке. После I Всероссийского съезда по физической культуре, спорту и допризывной подготовке был утвержден устав спортивного клуба (апрель 1919 г.). Это послужило основанием для создания широкой сети военно-спортивных клубов в белорусских городах: Бобруйск, Орша, Минск, Полоцк, Борисов, Витебск, Гомель, Могилев. Под патронатом всевобуча организуются физкультурные парады. Была проведена I губернская олимпиада, в которой приняли участие 240 атлетов в соревнованиях по легкой атлетике, верховой езде, французской борьбе и футболу. В Могилеве, Гомеле и некоторых других городах в 1923 году организованы спортивные кружки «Чырвоны маладняк». В Витебске 20 мая 1920 года состоялась первая в Белоруссии **общегородская эстафета** с финишем на площади Свободы. В этом же году проведены первые соревнования по лыжным гонкам. Большое внимание всевобуч уделяет и физическому развитию детей.

В 1920 году в Могилеве, а затем в Витебске, на смену отделам всевобуча, пришли Советы физической культуры. Одним из первых постановлений ВСФК Белоруссии было введение в школах физической культуры, как обязательного школьного предмета. В связи с этим стали готовиться инструкторы, строиться спортивные площадки для занятий с детьми легкой атлетикой, баскетболу, футболу, лыжному спорту. Появились первые **школьные спортивные кружки** «Юный Спартак». Высший совет физической культуры Белоруссии в феврале 1924 года проводит первый **Всебелорусский зимний праздник физической культуры**. В августе 1924 года – I **летний Всебелорусский праздник**, в котором приняло участие 8 округов: Минский, Витебский, Бобруйский, Оршанский, Слуцкий, Мозырский, Борисовский, Могилевский. Для участия в летнем празднике съехалось 200 атлетов. Спортивные соревнования проходили на площадке «Профинтерн» и продолжались 6 дней. Первыми рекордсменами БССР стали: Никифоров (бег 1500 м), Белевич (бег 60 м), Волошников (прыжок в высоту), Кузьмин (прыжки в длину), Биргер (метание диска). С 1924 года, также регулярно стали проводить **Первенство республики по видам спорта**: поднятию тяжестей, борьбе и конькобежному спорту. На тот период, по уровню развития физической культуры, Белоруссия занимала одно из ведущих мест в СССР. Именно в Белоруссии были сделаны первые попытки ввести спортивную классификацию (1924 г.). Большое значение для развития физической культуры БССР имел выпуск приложения «Листок физической культуры» к газете «Чырвоная змена». В 1927 году физкультурные организации Белоруссии развернули активную подготовку к Всесоюзной спартакиаде: проводятся **Всебелорусские спартакиады**, организуются первые учебно-тренировочные сборы. Во Всесоюзной Спартакиаде приняло

участие 185 наших атлетов. Были завоеваны серебряные награды (II место) в баскетболе, стрелковом спорте, тяжелой атлетике и бронзовая награда (III место) в легкой атлетике. Активно развивалась с 1921–1928 годы физическая культура на селе, где насчитывалось 108 кружков и 4000 занимающихся. Огромное значение в массовости занятий физической культуры обеспечил введенный в СССР комплекс ГТО. В 1936 году на смену Высшему совету физической культуры Белоруссии пришли Комитеты по делам физической культуры при СНК БССР, при областных, городских и районных Советах депутатов трудящихся. В предвоенные годы в Белоруссии стали проводиться **Всебелорусские парады физкультурников**, первый состоялся в 1937 году. Широкое распространение получили белорусские добровольно-спортивные общества (ДСО): «Локомотив», «Динамо», «Пламя», «Молния», «Большевик», «Красная звезда». Численность занимающихся в них превысила 90 тысяч человек. Всего на 1941 году в БССР было создано 3295 физкультурных коллективов, в которых подготовлено 154,4 тысячи физкультурников, в том числе 90 тысяч значкистов ГТО и 8 тысяч спортсменов разрядников. Была создана хорошая материально-техническая база: 400 спортзалов, 450 лыжных станций, 2000 площадок, десятки стадионов. Работало свыше 1203 специалистов.

Западная Белоруссия. Согласно договору территория Белоруссии в начале XX века была разделена на «два параллельных мира». К Советскому Союзу относились минская, могилевская, гомельская и частично витебская губернии. К Польше – гродненская и брестская губернии. Белорусские земли в Польше стали называть Западной Белоруссией.

С 1920 по 1939 год популярными видами спорта в Западной Белоруссии были бокс, велоспорт, легкая атлетика, стрельба, волейбол, баскетбол и канадский хоккей. Однако, спортом номер один являлся футбол. Уже в середине 20-х годов во многих городах стали создаваться футбольные команды. Первые футбольные клубы организовывали и проводили чемпионаты по футболу Люблинского и Виленского округов. Позднее, к ним прибавились чемпионаты Полесского и Белостокского округов. Только на территории Полесья до 1939 года были зарегистрированы 241 игрок и 16 футбольных клубов. Победители окружных чемпионатов получали возможность пробиться в число сильнейших команд Польши и играть в высшей лиге. Наиболее сильными футбольными командами считались команды клубов из Гродно – клуб «Кресовия» и СКА «Гродно». В Гродно по улице Собеского находился стадион Окружного общества физического воспитания, где проводились футбольные матчи. Перед началом поединка, для разогрева зрителей, на стадионе выступал военный оркестр, и встречались команды юниоров. Поклонников спорта всегда было много, несмотря на относительно дорогие для того периода жизни билеты (один золотый). Известным футбольным центром являлся и город Брест. В нем успешно выступали команды «Сокол», «Крафт», «Звезда», «Крэсы», «Рух» и «Погонь». Длительное время победителями региона являлись армейские футбольные команды – «82 полка пехоты», «4 танкового дивизиона» и

объединенная команда гарнизона «WKS». Для развития спорта в Бресте был построен стадион «Динамо». Третий центр футбольного спорта – Пинск. Самой знаменитой и титулованной командой стала «Котвица», которую тренировал известный польский футболист Кароль Кассока.

Большой популярностью среди «западников» пользовался бокс. Самыми успешными и отлично подготовленными были боксеры из Бреста. Следует отметить и успехи спортсменов Западной Белоруссии в большом теннисе. Известными теннисистами были Щавинский из Белостока и Малярчикова из Гродно. Для многих наших современников покажется удивительным тот факт, что клуб «Кресовия» из Западной Белоруссии явился учредителем Польской федерации хоккея на траве в 1926 году. Кроме этого был очень популярен хоккей с шайбой. Только в одном Волковыске, были созданы три команды по этому виду спорта. Всей спортивной Европе были известны имена чемпиона Польши в метании диска Леонида Федорука (Гродно), победителя велогонки «тур Полония» Феликса Венцека (Брест), чемпиона Европы по десятиборью 1938 года – Витольда Герутто, бронзового рекордсмена в конном спорте на Олимпийских играх 1928 года – Кароля Руммеля (Гродно). Победителя творческого конкурса на Олимпиаде 1932 года и серебряного призера на Олимпиаде 1936 года – Юзефа Клуковского (Гродно). Неоднократно чемпионом Польши становилась команда по стрельбе из лука из Пинска, призером – волейболисты из Гродно.

Следует отметить тот факт, что после воссоединения Белоруссии в 1939 году, сборная БССР пополнилась талантливыми спортсменами, тренерами и командами по различным видам спорта.

Лекция 3

ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СССР.

ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ДВИЖЕНИЕ В БССР (1941-1990 гг.)

1. Советская физическая культура в период Великой Отечественной войны (1941-1945гг.).
2. Особенности развития физической культуры в СССР (1946-1988 гг.).
3. Олимпийские игры в Москве.
4. Физкультурное движение БССР (1944-1990 гг.).

1. Советская физическая культура в период Великой Отечественной войны (1941-1945гг.)

Мирный созидательный труд советского народа был прерван вторжением на территорию СССР войск гитлеровской Германии 22 июня 1941 года. Началась Великая отечественная война, исход которой решал судьбу первого в мире социалистического государства. «Все для фронта, все для победы» – стало девизом деятельности всех партийных, государственных и общественных организаций. Девизом каждого патриота огромной страны СССР. Военная обстановка отразилась на характере деятельности физкультурных организаций. Их основные задачи состояли в том, чтобы готовить резервы Красной Армии, проводить массовую военно-физическую подготовку населения, воспитывать у людей выносливость и силу, смелость и решительность, находчивость и сообразительность, необходимые в боевых условиях.

С первых дней войны физкультурные организации Советского Союза предоставили кадры специалистов, спортивные базы, инвентарь и оборудование для ведения занятий в военно-учебных пунктах. В сентябре 1941 года было введено всеобщее военное обучение трудящихся. Преподаватели и тренеры, инструкторы физкультуры и заслуженные мастера спорта, студенты институтов физкультуры обучали призывников технике штыкового боя, умению обращаться с винтовкой, метанию гранаты, преодолению полосы препятствий. Занятия проводились в условиях, максимально приближенных к военным. Ими успешно осуществлялась подготовка снайперов, стрелков-минометчиков, истребителей танков. По специальным программам велась подготовка бойцов рукопашного боя (25 час.), бойцов лыжников (20 и 40 час.), горных стрелков (90 часов). В планы военно-учебных занятий входили: плавание, спасение утопающих, оказание первой помощи. На специальных курсах специалисты физической культуры готовили альпинистов, парашютистов, мотоциклистов.

Составной частью подготовки населения являлись массовые лыжные и легкоатлетические кроссы, марш-броски, военизированные походы. В целях приближения комплекса ГТО к требованиям военного времени в него были внесены изменения (1942 г.): обязательное знание топографии, изучение материальной части винтовки и т.п. Огромный вклад работники физической культуры сделали по внедрению лечебной физической культуры в госпиталях среди батальонов выздоравливающих. Только в 1942 года ЛФК было охвачено свыше 57,7% от общего числа раненых, а в 1944 – уже 83%. Большую работу по военно-физической подготовке проводили специалисты по физической культуре Поволжья, Урала, Сибири, Дальнего Востока, Грузии, Армении, а также Москвы и Ленинграда. Так, например, преподавателями и студентами института физической культуры П.Ф. Лесгафта за вторую половину 1941 года было подготовлено свыше 140 тысяч человек по военно-прикладным видам. Следует также отметить, что уже с первого военного года в VIII–X классах средней школы ввели военно-

физическую подготовку. Пересматривались программы физического воспитания в вузах и училищах трудовых резервов. Благодаря деятельности работников физической культуры Красная Армия получила не один миллион боеспособных солдат, умело громивших врага.

Советские физкультурники не только занимались подготовкой резерва, многие из них в тяжелых боях с немецко-фашистскими захватчиками отстаивали свободу и независимость социалистического Отечества. С первых дней войны на фронт добровольно ушли многие спортсмены ДСО «Динамо», «Спартак», «ЦДСКА», студенты-спортсмены, спортсмены-учащиеся техникумов. Они мужественно боролись в частях и соединениях Красной Армии и флота, партизанских отрядах, специальных подразделениях, истребительных батальонах и народном ополчении. Многим из них было присвоено звание Герой Советского Союза. Славный героический путь совершили известные боксеры Н. Королев, Л. Темурян, Б. Галушкин, борец Г. Пыльнов, штангист Н. Шатов, конькобежец А. Копчинский, гребец А. Долгушин, лыжница А. Кулакова и многие, многие другие. Из числа известных спортсменов, физкультурных работников, преподавателей и студентов институтов физической культуры были сформированы мотострелковая бригада особого назначения, 13 партизанских отрядов, многочисленные боевые взводы и специальные отделения. В боях за Родину они проявляли образцы отваги, мужества и героизма.

С началом военных действий общие масштабы спортивной работы уменьшились, но не прекратились. В декабре 1941 года был разыгран Кубок Москвы по русскому хоккею, состоялись соревнования по скоростному бегу на коньках, шахматам. Офицером Ф. Ваниным на соревнованиях по легкой атлетике в беге на 10000 м был установлен новый всесоюзный рекорд. В осажденном Ленинграде, вопреки гитлеровской пропаганде, был проведен матч по футболу (1942 г.), участники которого доказали всему миру, что Ленинград жив, борется. В оккупированном Киеве, под дулами фашистских автоматов, честь советского народа отстояли футболисты «Динамо». Зная, что за победу над футболистами немецкого «Люфтваффе» они будут расстреляны, советские спортсмены выиграли этот «матч смерти». С 1943 года были возобновлены всесоюзные первенства по ряду видов спорта: гимнастике, легкой атлетике, плаванию, рукопашному бою, конькобежному спорту, велоспорту, тяжелой атлетике. Прошли республиканские соревнования в Средней Азии, Закавказье, на Дальнем Востоке, Урале и Сибири. В стране, несмотря на трудные экономические условия, создавались новые детские спортивные школы, к 1943 году их было уже свыше 280. Создано, по решению правительства, спортивное общество «Трудовые резервы». В 1945 году спортивно-массовая работа в Советском Союзе проходила в обстановке победоносного завершения Великой Отечественной войны. На Первенстве СССР по 14 видам спорта за 1944–1945 годы советскими спортсменами было установлено 170 всесоюзных рекордов, 31 из которых превышал мировые достижения. Чемпион и рекордсмен по прыжкам в длину М. Бундин был удостоен звания лауреата Государственной премии за

конструкцию новой пушки. Международный гроссмейстер по шахматам А.Котов награжден орденом Ленина за конструкцию нового вида вооружения.

Одной из первых среди республик СССР удар фашисткой Германии приняла на себя Белоруссия. Она подвергалась и наибольшему разрушению. Естественно, что в годы оккупации (1941–1944 гг.) спортивная работа в республике полностью прекратилась. Спортивные сооружения были сожжены и разрушены, уничтожен и разграблен захватчиками спортивный инвентарь. Вместе со всем народом Белоруссии в рядах Советской Армии и отрядах народных мстителей сражались десятки тысяч белорусских физкультурников и спортсменов. Примером может служить бригада «Смерть фашизму» им. К.Е. Ворошилова Минского партизанского соединения, в которой взводы и отделения были полностью сформированы из спортсменов. Они выполняли самые сложные задания и операции в тылу врага. Многие физкультурники и спортсмены БССР зарекомендовали себя талантливыми руководителями партизанских отрядов и военных подразделений. Среди них: Такуев Г.А. – чемпион БВО по легкой атлетике, руководитель диверсионно-подрывной группы, Герой Советского Союза; Мамаш Л.П. – чемпион СССР по плаванию, преподаватель института физической культуры, командир партизанского отряда; Вишневский С.К. – разведчик и руководитель одной из подпольных организаций в оккупированном Минске, многократный чемпион Белоруссии по велоспорту и лыжным гонкам, выпускник техникума физической культуры; Ларин Н. – один из сильнейших футболистов республики, студент II курса, командир батальона; Когут М. – студент института, член сборной БССР, командир взвода воздушно-десантных войск и многие другие. Тысячи белорусских спортсменов за героизм в борьбе с немецкими захватчиками были награждены орденами и медалями. Из них звания Герой Советского Союза были удостоены 28 защитников Отечества.

В июне 1944 года в трудных экономических условиях было принято Постановление СНК «О возобновлении работы и оказании помощи комитетам по делам физической культуры и спорта». К сентябрю этого года на освобожденных территориях Белоруссии стали функционировать все областные и 86 районных комитетов. Возобновились Всебелорусские спартакиады, были сформированы сборные команды БССР. Возобновили работу Государственный ордена Трудового Красного Знамени институт физической культуры и техникум физической культуры в Минске, а также добровольные спортивные общества. Уже в 1944 году прошли первые послевоенные соревнования, в которых приняли участие более 125 тысяч человек. Молодежь БССР активно взялась за восстановление спортивных стадионов, площадок, гимнастических городков. Сборные команды БССР в 1945 году уже смогли участвовать в 10 Всесоюзных соревнованиях. Для усиления темпов восстановления и дальнейшего развития физической культуры и спорта ЦК КПБ(б) и СНК БССР приняли Постановление «О восстановлении и дальнейшем развитии физкультурной и спортивной работы в БССР» (20 марта 1945 г.). Был взят курс на укрепление здоровья и

повышение физического развития населения республики. В работу в этом направлении активно включились научно-исследовательский санитарно-гигиенический институт, Минский и Витебский медицинский институты, врачебно-физкультурные диспансеры. В честь Победы над немецко-фашистской Германией белорусские спортсмены приняли участие во Всесоюзном параде физкультурников в Москве (август 1945 г.).

2. Особенности развития физической культуры в СССР (1946-1988 гг.)

Особенностью развития физической культуры Советского Союза после Великой Отечественной войны стала спортивная направленность. Отправной точкой послужило Постановление Совета Министров СССР «О поощрении роста спортивно-технических достижений советских спортсменов» (1947 г.). В практику советского спорта ввели награждения победителей крупных соревнований золотыми, серебряными и бронзовыми медалями, что послужило своеобразным стимулом повышения качества учебно-тренировочной работы.

Целый ряд послевоенных крупных соревнований показал возросшее спортивное мастерство советских атлетов. Популярность получают Всесоюзные спартакиады профсоюзов, студенческие спартакиады ДСО «Наука», зимние и летние спортивные праздники, всесоюзные парады физкультурников. В области спорта важно было выйти на уровень лучших международных достижений, чтобы расширять дружественные связи и крепить славу Страны Советов за рубежом. Важным этапом на этом большом пути явилось Постановление ЦК ВКП (б) от 27 декабря 1948 года «О ходе выполнения Комитетом по делам физической культуры и спорта директивных указаний партии и правительства о развитии массового физкультурного движения в стране и повышении мастерства советских спортсменов». Оно определило доминирование массового спорта и спорта высших достижений в физкультурном движении СССР. Советские спортивные организации вступили в международные спортивные федерации, был создан **Советский олимпийский комитет** (1951 г.), **олимпийская сборная СССР** впервые, продемонстрировала свои возможности на XV Олимпийских играх в Хельсинки (1952 г.) и зимних Олимпийских играх в Италии (1956 г.). Первая золотая медаль была завоевана дискоболкой Н. Ромашковой (Пономаревой). Следует также отметить, что СССР стал активно **участвовать в чемпионатах мира, Европы** (1946 г.), а с 1986 года и во **Всемирных играх по не олимпийским видам спорта**. С 1952 по 1988 годы команда Советского Союза шесть раз занимала первые места в НКЗ (неофициальный командный зачет) на летних и семь раз – на зимних Олимпийских играх. Весь мир узнал о достижениях и возможностях С.С.С.Р. через золотые олимпийские победы: Л. Латыниной, В. Капитонова, Ю. Власова, Л. Скобликовой, С. Филатова, В. Брумеля и многих других. В конце 50-х годов советский спорт занял ведущие позиции в международном спортивном движении. Международные связи советских спортивных

организаций способствовали: а) расширению культурного обмена между народами; б) демократизации Международного спортивного движения; в) укреплению борьбы за мир и дружбу между народами. Благодаря Советскому олимпийскому комитету в программу Олимпийских игр МОК включил конькобежный спорт, баскетбол, академическую греблю, волейбол, стрельбу из лука, ручной мяч (женщины).

Огромное значение в развитии советского спорта сыграла **Спартакиада народов СССР**. Эти соревнования носили массовый характер и проходили раз в четыре года по четырем этапам. Первый – праздники и соревнования внутри коллективов физической культуры. Второй – спартакиады районов, городов, областей. Третий – спартакиады союзных республик. Четвертый этап – финал спартакиады. Первая летняя Спартакиада народов СССР прошла в 1956 году, зимняя – в 1962 году. Результаты, которые демонстрировались спортсменами в финале спартакиады, были фантастическими. Только на III Спартакиаде народов СССР в 1963 году было установлено 11 мировых и европейских, 35 всесоюзных и 382 республиканских рекордов. В организации физкультурного движения появились новые эффективные формы организации. На базе лучших коллективов стали формироваться спортивные клубы, первым из них стал СК «Уралмаш», затем появились СК «Строитель», СК «Металлург», СК «Торпедо». Совершенствуется Единая спортивная классификация, которая к 1980 году уже включает свыше 100 видов спорта. Огромным достижением пост военного времени явилось создание расширенной сети подготовки кадров высокой квалификации. С 1946 года открылись факультеты физического воспитания при педагогических институтах страны.

В советской системе физического воспитания послевоенного периода огромную роль продолжал играть комплекс ГТО, он постоянно совершенствовался и превратился в массовое увлечение граждан СССР физической культурой и спортом. В 1972 году возрастные рамки комплекса ГТО были расширены, проявить свои физические возможности могли все желающие от 7 до 60 лет.

Одним из величайших заслуг советского физкультурного движения в международном спортивном движении явилось завоевание права СССР на проведение XXII Олимпийских игр в Москве.

3. Олимпийские игры в Москве

В 1969 году впервые Московским городским советом была подана заявка в МОК на проведения Олимпийских игр в Москве и получен отказ. В ноябре 1971 года в секретариат МОК было повторно направлено официальное письмо Московского городского Совета депутатов трудящихся: «Принимая во внимание искреннее желание населения г. Москвы, чтобы столица нашего государства стала городом организатором Олимпийских игр, и руководствуясь стремлением внести достойный вклад в развитие современного олимпийского движения, Московский городской Совет

депутатов трудящихся имеет честь официально пригласить Игры XXII Олимпиады 1980 года в г. Москву...» Эта просьба была поддержана Верховным Советом и Олимпийским комитетом СССР, всем населением Советского Союза. В октябре 1974 года 75-я сессия МОК в Вене решила предоставить право проведения и организации Олимпийских игр – 80 столице первого в мире социалистического государства – городу Москва.

Программа XXII Олимпийских игр содержала соревнования по 21 видам спорта, разыгрывалось 203 комплекта наград. Для их проведения в Москве построили шесть крупнейших современных спортивных центров. Были открыты: лучший в Европе крытый стадион; уникальный бассейн на проспекте Мира; универсальный спортивный зал в Измайлово; конноспортивная база в Битцевском лесопарке; велотрек и поле для стрельбы из лука в Крылатском; манеж ЦСКА; универсальный спортзал «Динамо» на Ленинградском проспекте; спортзал «Дружба» (Центральный стадион) и т.д. Была проведена реконструкция крупнейших столичных спортсооружений. Новый формат обрели стадионы Центральный, «Юные пионеры», дворец спорта «Сокольники», стрельбище «Динамо» в Мытищах. Основным сооружением стал комплекс «Олимпийский», рассчитанный на 40–50 тысяч зрителей. Грандиозной по масштабам и культурно-бытовым условиям была «Олимпийская деревня» (место проживания спортивных делегаций). Уникальностью Олимпиады-80 было задействование крупных спортсооружений и комплексов в столицах других союзных республик – Таллине, Киеве и Минске.

В конкурсе на официальную эмблему Олимпиады в Москве приняло участие 8,5 тысяч художников. Победителем стал автор из латвийского города Резекмя В.Арсентьев. Его эскиз утвердил МОК. Эмблема шесть беговых дорожек, как символ самого высотного здания г. Москвы, увенчанная пятиконечной звездой и олимпийскими кольцами у основания стала визитной карточкой XXII Олимпийских игр. Талисманом, по многочисленным просьбам и пожеланиям граждан Советского Союза, стал медвежонок. Автор эскиза В. Чижиков. Накануне XXII Игр состоялась очередная, 83 сессия МОК, участники которой отметили, что вся подготовка к предстоящим Играм в Москве проведена в строгом соответствии с требованиями Олимпийской Хартии. Представитель Исполкома МОК Хуан Антонио Самаранч, готовившийся стать президентом МОК, заявил: «Я уверен в том, что эта Олимпиада войдет в историю своей великолепной организацией».

Олимпийские игры в Москве привлекли к телевизионным экранам около 2 миллиардов зрителей. Ход XXII Игр освещали 57 международных телекомпаний, 5651 журналист. В разные регионы мира ежедневно передавались 18–20 программ Олимпиады-80. Прделанная в СССР огромная техническая работа позволила получать иностранным телекомпаниям высококачественное и своевременное изображение в 111 стран мира. Работало свыше 7 тысяч журналистов. В XXII Олимпийских играх приняло

участие 5283 спортсменов из 80 стран мира. Установлено 36 мировых, 74 олимпийских и сотни национальных рекордов.

К сожалению, XXII Олимпиада была омрачена политическим бойкотом, объявленным США, который был связан с вторжением советских войск в Афганистан. Бойкот поддержали 45 стран. Однако блокада Олимпиады-80, которой дирижировали из-за океана, провалилась. Олимпийские комитеты Великобритании, Франции, Италии и многих других государств, несмотря на запрет своих правительств, приехали в Москву. Бесспорно, сильнейшей на XXII Играх была команда СССР, завоевавшая 80 золотых, 69 серебряных и 46 бронзовых медалей. Советские спортсмены, стартовавшие на XV Олимпиаде в Хельсинки в 1952 году, все последующие годы являлись фаворитами спортивного мира. И отказ США и правительства других стран участвовать в Олимпиаде-80 не сделал победу советской олимпийской сборной «счастливой случайностью».

Таблица 1

Номер игр	Год	Медали			Неофициальный командный зачет	
		золотые	серебряные	бронзовые	очки	место
XV	1952	22	30	19	494	2
XVI	1956	37	29	32	624,5	1
XVII	1960	43	29	31	682,5	1
XVIII	1964	30	31	35	607,8	1
XIX	1968	29	32	30	590,8	2
XX	1972	50	27	22	664,5	1
XXI	1976	49	41	35	792,5	1
XXII	1980	80	69	46	1274,0	1
XXIV	1988	55	31	46	879,5	1

Известный в мире науки Нобелевский лауреат Ноэль Бейнер о советских спортсменах сказал, что «они настоящие олимпийцы, они вкладывают в борьбу высокую спортивность, для них победа приобретает особый смысл потому, что по всему видно, она нужна не только тому или иному участнику, она нужна, прежде всего, стране и ее народу».

4. Физкультурное движение БССР (1944-1990 гг.)

Физкультурное движение в послевоенной Белоруссии набирало обороты. Общая тенденция советской системы физического воспитания того периода ярко отражалась в физической культуре БССР. Повальное увлечение

белорусских граждан различными видами спорта «дало плоды». Уже в 1948 году 10 тысяч спортсменов выполнили разрядные нормы всесоюзной спортивной классификации, 27 человек стали мастерами спорта, а к 1956 году количество разрядников равнялось 70 тысячам, а званием «Мастер спорта СССР» за год были удостоены 52 белорусских спортсмена. Динамичный рост спортивной подготовленности наблюдался на протяжении дальнейших лет существования республики. Только в 1980 году было подготовлено 500 мастеров спорта и 100 мастеров спорта международного класса.

Огромным событием в жизни физкультурных организаций БССР явился выход в свет газеты «Физкультурник Белоруссии (1951 г.). С момента выхода газета стала не только пропагандистом борьбы за массовость физкультурного движения, но и организатором выполнения этой задачи. Менялся физкультурный облик городов, районов, областей БССР. Создавались новые коллективы физической культуры в городах и на селе. Появились новые добровольно спортивные общества «Калгаснік», «Урожай», «Красное знамя», «Труд», «Буревестник» и республиканские федерации по видам спорта. Расширялась сеть областных, республиканских соревнований и международных турниров. Улучшалась организация и масштабность Всебелорусских спартакиад.

Росту спортивных достижений благоприятствовала материально-техническая база. За 1960-1970 годы в БССР были возведены спортивные сооружения: конноспортивная школа в Ратомке, физкультурно-оздоровительный комплекс «Юбилейный» в Гродно, трамплин для прыжков на лыжах в Могилеве, гребной канал в Ждановичах, Республиканский водноспортивный комбинат, стадион «Динамо» в Минске, Дворец легкой атлетики, спортивная база «Стайки», спорткомплекс «Раубичи» и др. Белоруссия превратилась в спортивную державу. По обеспеченности спортивными сооружениями она вышла на одно из первых мест не только в СССР, но и в Европе. На 1985 год в республике функционировали 165 стадионов, 3517 спортивных залов, 111 плавательных бассейнов, 38008 спортивных площадок. В системе физической культуры и спорта БССР в 1980 году работало свыше 13,8 тысяч специалистов. Их численность по сравнению с 1950–60 годами (6756 чел.) возросла больше чем в 2,5 раза. Кадры высокой квалификации стали готовить факультеты физического воспитания педагогических институтов в Гродно, Бресте, Гомеле, Могилеве, Витебске, а также Белорусский государственный институт физической культуры в Минске. С января 1967 года Указом Президиума Верховного Совета БССР начали присваивать почетные звания работникам физической культуры и спорта: «Заслуженный тренер БССР», «Заслуженный деятель физической культуры БССР», звания «Лучший тренер года», «Лучший преподаватель года», «Лучший инструктор-методист год». Увеличению числа занимающихся физической культурой способствовало Постановление «О состоянии и мерах улучшения массовой физкультуры и спортивной работы в Белорусской ССР» (1950 г.). Для его реализации в республике:

- а) создавались новые объединения и общества;
- б) открылись спортивные клубы при ЖЭУ;
- в) широко внедрялись спортивно-патриотические мероприятия;
- г) обновился комплекс ГТО;
- д) открылись физкультурно-оздоровительные комбинаты (ФОК);
- е) занятия по физической культуре стали обязательными во всех учебных заведениях республики.

Промышленность Советской Белоруссии стала выпускать свыше 900 наименований спортивных товаров. В начале 90-х годов был взят курс в отношении физической культуры и спорта на «индустрию здоровья». Популярными стали массовые соревнования под лозунгом: «Олимпийский год – не только для олимпийцев», «Олимпийская миля», «Все на старты ГТО» и другие.

Больших успехов Белоруссия добилась в организации и проведении физкультурно-спортивных мероприятий для детей и юношества. Это – военно-спортивные игры «Орленок» и «Зарница». Это – ежегодные соревнования на призы клубов «Кожаный мяч», «Золотая шайба» и «Веселый дельфин». Это – конкурсы «Мама, папа, я – спортивная семья», «Спортландия», «Веселые старты». В 1988 году в городе Минске появился первый скаутский отряд. С этого времени в Белоруссии начало возрождаться скаутское движение, уделявшее серьезное внимание нравственному и физическому развитию детей и молодежи. Скаутские отряды и дружины объединились в Союз скаутов Беларуси и стали проводить детские акции и скаутские летние и зимние лагеря.

Олимпийцы БССР. Динамика развития физкультурного движения БССР отражалась и в показателях достижений белорусских атлетов в Спартакиадах народов СССР, чемпионатах мира и Европы. О высоком международном авторитете физкультурных организаций Советской Белоруссии свидетельствует то, что неоднократно она становилась ареной ряда крупных международных мероприятий. Гордостью Республики стали достижения белорусских атлетов в составе сборной СССР на Олимпийских играх. Начиная с 1952 по 1992 годы, ими было завоевано 156 медалей, в том числе 81 золотых, 39 серебряных и 36 бронзовых. Имена многократных олимпийских чемпионов Т. Самусенко (Петренко), Е.Беловой, О. Корбут, А. Медведя, В. Щербо известны всему цивилизованному миру. Успехи олимпийцев БССР на крупнейшем спортивном форуме – это яркий пример прогресса и развития спорта в республике.

Таблица 2

Спортсмены БССР – чемпионы и призеры летних Олимпийских игр (1952-1988 гг.)

Олимпиады	Участник	Место	Вид спорта
Хельсинки 1952 г.			
Мельбурн	М. Кривонос	2	Легкая атлетика

1956 г.			
Рим 1960 г.	О. Караваев	1	Борьба
	Н. Милигуно	2	Гимнастика
	Л. Гейштор	1	Гребля
	С. Макаренко	1	Гребля
	В. Горяев	2	Легкая атлетика
	Т. Петренко (Самусенко)	1	Фехтование
	А. Павловский	3	Фехтование
	А. Чернушевич	3	Фехтование
Токио 1964 г.	А. Медведь	1	Борьба
	Е. Волчецкая	1	Гимнастика
	Р. Клим	1	Легкая атлетика
	Т. Самусенко	2	Фехтование
Мехико 1968 г.	А. Медведь	1	Борьба

Продолжение таблицы 2

	Л. Петрик	1.1.3	Гимнастика
	Р. Клим	2	Легкая атлетика
	В. Пархимович	3	Стрельба
	А. Никанчиков	2	Фехтование
	Е. Белова	1.1	Фехтование
	Т. Самусенко	1	Фехтование
	Ю. Смоляков	2	Фехтование
	Мюнхен 1972 г.	И. Едешко	1
А. Медведь		1	Борьба
О. Корбут		1.1.1.2	Гимнастика
А. Кошель		1	Гимнастика
Т. Лазанович		1.2.3.3	Гимнастика
А. Малеев		2	Гимнастика
В. Щукин		2	Гимнастика
Н. Горбачев		1	Гребля
В. Ловецкий		2	Легкая атлетика
Е. Белова		1	Фехтование
Т. Самусенко		1	Фехтование
В. Сидяк		1.2	Фехтование
Монреаль 1976 г.	В. Каминский	1	Велоспорт
	О. Корбут	1.2	Гимнастика
	В. Романовский	1	Гребля
	А. Газов	1	Стрельба
	В. Шарий	1	Тяжелая атлетика
	Е. Белова	1	Фехтование
	В. Сидяк	1.3	Фехтование
	Е. Гавриленко	1.3	Легкая атлетика
	С. Копляков	2	Плавание
	В. Алейник	3	Прыжки в воду
	А. Косенков	3	Прыжки в воду
	А. Кедяров	2	Стрельба
	А. Романьков	2	Фехтование
Москва 1980 г.	Т. Ивинская	1	Баскетбол
	И. Каныгин	2	Борьба

	О. Логвин	1	Велоспорт
	А. Каршакевич	2	Гандбол
	Н. Ким	1.1	Гимнастика
	Е. Хлопцева	1	Гребля
	В. Парфенович	1.1.1	Гребля
	И. Майстренко	3	Гребля
	А. Лугин	3	Гребля
	А. Мельникова	3	Гребля
	В. Угрюмов	1	Конный спорт
	Е. Ивченко	3	Легкая атлетика
	Н. Киров	3	Легкая атлетика
	П. Поченчук	3	Легкая атлетика
	С. Копляков	1.1.2	Плавание

Продолжение таблицы 2

	Э. Васильков	2.3	Плавание
	А. Портков	1	Прыжки в воду
	В. Алейник	2	Прыжки в воду
	Б. Исаченко	2	Стрельба из лука
	А. Газов	3	Стрельба
	Л. Тараненко	1	Тяжелая атлетика
	Н. Алехин	1	Фехтование
	В. Сидяк	1	Фехтование
	Е. Белова	2	Фехтование
	В. Лапицкий	2	Фехтование
	А. Романьков	2.3	Фехтование
	И. Ушакова	2	Фехтование
	А. Прокопенко	3	Футбол
Сеул 1988 г.	Г. Савицкая	3	Баскетбол
	И. Сумникова	3	Баскетбол
	В. Яновский	1	Бокс
	К. Маджидов	1	Борьба
	А. Каршакевич	1	Гандбол
	Г. Свирченко	1	Гандбол
	А. Тучкин	1	Гандбол
	К. Шароваров	1	Гандбол
	Ю. Шевцов	1	Гандбол
	С. Баитова	1	Гимнастика
	С. Богинская	1.1.2.3	Гимнастика
	М. Лобач	1	Гимнастика
	В. Ренейский	1.1	Гребля
	В. Якуша	3	Гребля
	Т. Ледовская	1.2	Легкая атлетика
	А. Коваленко	3	Легкая атлетика
	И. Лапшин	2	Легкая атлетика
	И. Басинский	3	Стрельба
	И. Шилова	1	Стрельба
	А. Курлович	1	Тяжелая атлетика
	А. Романьков	1.3	Фехтование

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

1. Организация и содержание физической культуры в суверенной Беларуси.
2. Спорт в Республике Беларусь.
3. Законодательная база физкультурно-спортивной деятельности современной Беларуси.

1. Организация и содержание физической культуры в суверенной Беларуси

Конец 90-х годов двадцатого столетия ознаменовался в нашей истории распадом Союза Советских Социалистических Республик (СССР) и системы социалистического государственного устройства. Бывшие советские республики стали строить свою государственность в новом качестве. Верховный Совет БССР 27 июня 1990 года принял «Декларацию о государственном суверенитете БССР» и с сентября 1991 года было официально утверждено современное название нашей страны – Республика Беларусь.

Неотъемлемой частью государственной политики суверенной Беларуси стала физическая культура. С первых шагов своего существования Республика Беларусь осуществляет организационное реформирование физкультурно-спортивной деятельности. Были созданы субъекты управления физической культурой. Государственный аппарат представлен сегодня субъектами специальной компетенции – это Министерство спорта и туризма, областные управления и городские (районные) отделы физической культуры и спорта. Ведущая роль в развитии спорта и подготовке спортивного резерва отводится общественным субъектам управления, среди которых доминирующее положение принадлежит Республиканским (областным) федерациям и ассоциациям по видам спорта, Республиканскому (областному) физкультурно-спортивному обществу «Динамо» (БФСО), Республиканским (областными) физкультурно-спортивным клубам (ФСК), Национальному олимпийскому комитету (НОК РБ) и другим.

Направления физической культуры современной Беларуси разнообразны. Одним из самых многочисленных (по количеству занимающихся) и социально значимых является **физкультурно-оздоровительное направление**. Граждане Республики Беларусь получили реальное право и возможности укреплять свое здоровье. Право повышать физический и духовный потенциал, приобретать навыки и умения в использовании спортивных упражнений, посещая разнообразные организации: физкультурно-оздоровительные комплексы и комбинаты (ФОКи), физкультурно-оздоровительные центры (ФОЦ) на предприятиях, группы общей физической подготовки (ОФП), кружки прикладной

физической культуры, клубы по интересам и т.п. Огромной популярностью у населения пользуются коммерческие предприятия по оказанию физкультурно-спортивных услуг: фитнес клубы, тренажерные залы, клубы спортивного танца и аэробики, школы восточных единоборств. Физическая культура нового тысячелетия ознаменовалась в Республике Беларусь лозунгом: «быть здоровым престижно, быть здоровым модно и красиво». Начиная с 2003 года, физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия проходят под девизом: «За физическое и нравственное здоровье нации». Особое внимание уделяется укреплению здоровья подрастающего поколения: функционируют школьные секции и кружки ОФП, детско-юношеские клубы ОФП, спортивно-технические клубы при предприятиях и ведомствах, структурах ДОСААФ, МЧС, детско-юношеские клубы по месту жительства. Активизирована физкультурно-оздоровительная работа в общеобразовательных, средних специальных и высших учебных заведениях Республики Беларусь. Ежегодно проводятся массовые физкультурно-оздоровительные легкоатлетические пробеги, эстафеты, лыжные гонки, туристические слеты. Начиная с 2004–2005 годов, в школах Беларуси преподается новая учебная дисциплина «Физическая культура и здоровье», содержание которой полностью ориентировано на содействие оптимальному физическому развитию, формированию жизненно важных умений и навыков, способствующих укреплению здоровья учащихся. Популяризации здорового досуга, активного образа жизни, творческих и физических возможностей граждан Республики Беларусь способствует туристическое направление. Создан Республиканский и областные центры туризма и краеведения, проводятся Республиканские туристские конкурсы «Познай Беларусь». Активно внедряются в повседневную жизнь разнообразные виды туризма, такие как экологический, социальный, самодеятельный, выездной, внутренний.

В Республике Беларусь успешно работает Всебелорусский Союз Скаутов, который в 1999 году преобразован в Белорусскую Республиканскую Скаутскую Ассоциацию (БРСА). БРСА осуществляет всестороннее воспитание детей и молодежи. Оказывает помощь в интеллектуальном, социальном, эмоциональном, нравственном и физическом развитии не только здоровым детям, но детям с ограниченными возможностями. Скауты Беларуси – инициаторы детских акций: «День рождение Земли», «День Матери», «Дом окнами в детство», «Нет – курению!», «Вифлеемский свет мира» и другие. Организационные формы работы – традиционные скаутские летние и зимние лагеря, а также робинзонады.

В Беларуси успешно решается кадровый вопрос. В сфере физической культуры и спорта работает свыше 25 тысяч специалистов. Среди них более 8000 учителей и около 2500 преподавателей физической культуры, более 2000 инструкторов – методистов на предприятиях и около 1500 методистов внешкольных учреждений, около 6000 тренеров-преподавателей. В среднем

на одного специалиста физической культуры приходится около 500 граждан Беларуси.

Физическая культура в нашей стране сегодня доступна всем категориям граждан. Значительную поддержку, государство и общественные структуры, оказывают **адаптивному направлению**, т.е. физической культуре людей с отклонениями в психофизическом развитии. Для них проводятся конкурсы, встречи, праздники и соревнования. Большой популярностью среди детей и подростков с психофизическими нарушениями пользуются международные и республиканские соревнования «Трейнинг Дэй» по программе «Спешиал Олимпикс» (1996 г.) и Республиканский конкурс «Усе разам» (2003 г.).

Республика Беларусь сохранила высокий уровень подготовки физкультурно-спортивных кадров. В учебные планы вводятся новые специализации: физическая реабилитация, эрготерапия, спортивный менеджмент и др. Специалистов высокой квалификации готовят факультеты физической культуры государственных университетов в Витебске, Полоцке, Гомеле, Барановичах, Бресте, Гродно, Могилеве, Минске. Деятельность Белорусского государственного университета физической культуры, как старейшего специального вуза страны, известна далеко за пределами Беларуси.

Быстрыми темпами развивается **научное направление**. Создаются научно-методические и научно-исследовательские центры физической культуры. Успешно функционирует Республиканский диспансер реабилитации и спортивной медицины. Издательством «Адукацыя і выхаванне» выпускаются научно-методические журналы «Фізічная культура і здароўе» (1997 год), «Здаровы лад жыцця» (1977 год); издательством «Белорусская Олимпийская академия» издается научно-теоретический журнал «Мир спорта» (2000 год); НОК РБ выпускает журнал «Олимп» (2006 год). Популярностью у населения пользуются печатные издания газеты «Прессбол» и «Спортивная панорама». Планируется возродить выпуск газеты «Физкультурник Белоруссии».

Характеризуя содержание физической культуры в Республике Беларусь, следует отметить ведущую роль спортивного направления, в котором преимущество отдано любительскому массовому спорту (спорт для всех) и профессиональному спорту (спорт высших достижений). Набирает обороты адаптивный и экстремальный спорт.

2. Спорт в Республике Беларусь

Несмотря на социально-экономические трудности переходного периода, в Республике Беларусь с первых дней суверенитета были изысканы возможности по поддержке и развитию спорта как одного из важнейших показателей культуры и здоровья нации. В нашей стране была сохранена и совершенствуется структура воспитания спортивного резерва: функционирует 443 специализированных учреждений, в том числе: 162

специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР), 281 детско-юношеская школа (ДЮСШ). Обеспечивается стабильная и планомерная подготовка в национальные сборные через сеть училищ олимпийского резерва (УОР) и школ высшего спортивного мастерства (ШВСМ). Спортивное движение Беларуси объединяет свыше миллиона человек и тысячи спортивных организаций.

Спорт – как средство формирования здорового образа жизни и развития олимпийского движения составляют основу современной государственной политики Республики Беларусь. В связи с этим, в первую очередь обращено внимание на подрастающее поколение, для которого в республике организуются и проводятся массовые спортивные мероприятия «Спорт для всех», «Золотая шайба», «Кожаный мяч», спартакиады допризывной и призывной молодежи «Защитник Отечества», первенства и чемпионаты по видам спорта для учащихся и студентов. В рамках программы «Олимпийские надежды Беларуси» во всех учебных заведениях работают свыше 200 клубов «Юный олимпиец». Ежегодно в среднем в нашей стране вводилось в строй до 30 залов, 4 плавательных бассейна, 37 спортивных площадок. На начало XXI века в республике функционировало 228 стадионов, 31 спортивный манеж, 238 плавательных бассейна, более 730 мини-бассейнов, свыше 10 тысяч спортивных площадок. Построены новые Ледовые Дворцы в Витебске, Гродно, Бресте, Барановичах, Бобруйске и других городах. В столице Беларуси открыты универсальные спортивные комплексы международного класса «Минск – Арена» и «Чижовка – Арена». Реставрированы базы олимпийской подготовки «Стайки», «Ратомка», «Раубичи». Введен в строй спортивно-оздоровительный горнолыжный комплекс под Лагойском. С 2007 по 2012 год в белорусских городах, достигающих 100 тысяч жителей, будут возведены спортивные комплексы. Указом Президента Республики Беларусь установлены стипендии лучшим белорусским атлетам. Реализуется Государственная программа развития физической культуры и спорта. Жители Беларуси уже не представляют своей жизни без спортивных состязаний, чемпионатов Европы, Мира и Олимпийских игр. Успешные выступления наших атлетов на Международной арене свидетельствуют о том, что Беларусь богата незаурядными спортивными талантами.

Национальное олимпийское движение. Огромное место в становлении и развитии спорта высших достижений принадлежит **Национальному олимпийскому комитету (НОК) Республики Беларусь**, благодаря которому стало возможным участие белорусских атлетов в Международном олимпийском движении. НОК РБ создан **22 марта 1991 года**. Его первым Президентом был избран **Владимир Рыженков**, удостоенный специальной награды МОК «За единство олимпийского движения». В сентябре 1993 года наш Национальный олимпийский комитет получил официальное признание Международного олимпийского комитета на 101 сессии в Монако. Начиная с 1997 года, свою работу олимпийское движение в Беларуси осуществляет под патронатом **Президента страны**

Александра Лукашенко. В статусе Президента НОК РБ Лукашенко А.Г. внес огромный вклад в развитие международного и национального олимпийского движения. Международный олимпийский комитет высоко оценил его деятельность, удостоив почетными призами МОК «Врата Олимпа» (2000 г.) и «Спорт и общество» (2006 г.). МОК отметил успешную работу и многих членов Исполкома НОК РБ. Среди них великие спортсмены:

Медведь А.В.(серебряный орден МОК и приз «Честная игра»);

Лобач М.В.(диплом МОК «За выдающийся вклад в продвижение развития и участия женщин и девушек в спорте»);

Белова Е.Д. (серебряный орден МОК; медаль имени Пьера де Кубертена; приз МОК «За олимпийские идеалы»);

Самсонов В.В.(приз МОК «Благородство в спорте»).

По решению Олимпийского собрания во всех областных центрах и в столице, городе Минске, открыты **Представительства олимпийского комитета.** Созданы Олимпийский фонд, туристическая фирма «Олимпия». По инициативе НОК РБ в нашей стране проводятся конкурсы и праздники спорта. Самым популярным из них является фестиваль «Олимпийцы среди нас». Огромное внимание со стороны национального олимпийского комитета уделяется вопросам улучшения жилищных условий для чемпионов и призеров Олимпийских, Паралимпийских игр, чемпионатов Европы и Мира, а также ведущих тренеров, специалистов, творческих работников. С 1998 по 2001 годы осуществлен проект по введению в эксплуатацию жилого комплекса «Олимпийский» (Минск) и строительству олимпийского дома в Гомеле.

Большую образовательную и воспитательную функции несет **Музей олимпийской славы Республики Беларусь.** Его торжественное открытие состоялось 6 июля 2006 года в Минске. Музей располагается в здании спортивно-оздоровительного центра «Олимп» и представлен двумя экспозиционными залами, картинной галереей и конференц-залом. Первый зал – «Возрождение олимпийской идеи» – знакомит посетителей с историей олимпийского движения, деятельностью международных спортивных федераций по видам спорта, деятельностью МОК и т.п. Второй зал – «Беларусь: равная среди равных» – рассказывает об истории и развитии спорта в нашей стране и достижениях белорусов на летних и зимних Олимпийских играх. Со дня открытия музей посетили свыше пяти тысяч посетителей.

Основной задачей Национального олимпийского комитета является организация подготовки и участие белорусских атлетов в Олимпийских играх. Впервые спортсмены суверенной Республики Беларусь приняли участие в составе олимпийской сборной Содружества независимых государств (СНГ) в Барселоне на XXV Олимпиаде (1992 г., Испания). Героем этой Олимпиады был признан наш соотечественник гимнаст Виталий Щербо, завоевавший 6 золотых наград. Он также получил титул лучшего спортсмена года и был удостоен приза «Джесси Оуэна». Кроме Виталия Щербо, в Барселоне золотые медали завоевали белорусские спортсмены: гимнастка

Светлана Богинская, гребцы Дмитрий Довгаленок, Александр Мосейков, пловчиха Елена Рудковская, штангист Александр Курилович, баскетболистки Ирина Сумникова, Елена Швайбович, гандболисты Андрей Миневский, Андрей Барбашинский, Михаил Якимович.

Самостоятельный путь в самом престижном спортивном форуме в мире национальная олимпийская сборная Республики Беларусь начала с Зимней Олимпиады в Лиллехаммере (1994 г., Норвегия). Первые олимпийские награды были серебряного достоинства. Их для Республики Беларусь принесли конькобежец – Игорь Железовский и биатлонистка – Светлана Парамыгина. Первое олимпийское золото завоевала Екатерина Карстен (Ходорович) по академической гребле на Олимпиаде в Атланте (1996 г., США).

Начиная с 1994 года, олимпийская сборная Республики Беларусь, приняла участие в летних Олимпийских играх в Атланте (1996 год, США), Сиднее (2000 год, Австралия), Афинах (2004 год, Греция), Пекине (2008, Китай). В Белых (зимних) олимпиадах в Лиллехаммере (1994 год, Норвегия), Нагано (1998 год, Япония), Солт-Лейк Сити (2002 год, США), Турине (2006 год, Италия) и Ванкувере (2010 год, Канада). Государственный гимн Республики Беларусь на Олимпийских играх звучал в честь золотых победителей: Екатерины Карстен (Ходорович) по академической гребле; Эллины Зверевой в метании диска; Янины Карольчик в толкании ядра; Юлии Нестеренко в беге на 100 м.; Игоря Макарова в дзюдо; Алексея Гришина фристайл; Андрея Арямова в тяжелой атлетике; братьев Александра и Андрея Богдановичей в гребле; байдарочного квартета в составе Романа Петрушко, Вадима Махнева, Алексея Абалмасова и Артура Литвинчука и других. Национальной олимпийской сборной за период с 1994 по 2010 годы было завоевано 22 серебряные и 37 бронзовые олимпийские награды. Не останавливаясь на этих достижениях, лучшие представители спорта высших достижений республики Беларусь готовятся к новым победам на предстоящих Олимпиадах.

Основоположник современного олимпийского движения Пьер де Кубертен придавал большое значение педагогическим и философским аспектам спортивной деятельности. В Республике Беларусь этими аспектами в олимпийском движении занимается **Белорусская Олимпийская Академия**, которая оказывает помощь спортивным школам и вузам; разрабатывает учебно-методические материалы для проведения «Олимпийских уроков» в общеобразовательных школах и ссузах, публикует журнал «Мир спорта», «Олимп». В 2002 году Белорусская Олимпийская Академия стала полноправным членом европейского движения «Честная игра».

Огромное внимание уделяется и адаптивному спорту в нашей стране. Созданы республиканские федерации по физической культуре и спорту для спортсменов, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха; для детей, имеющих недостатки в умственном развитии. Функционирует свыше 15 клубов, ежегодно проводится свыше 70

республиканских соревнований по 23 видам спорта. Паралимпийцы Беларуси, начиная с 1992 года (Барселона), успешно выступают на летних и зимних паралимпийских форумах.

Республика Беларусь активно участвует в Международном спортивном движении. Свыше 20 человек наших граждан представляют ее интересы в различных международных спортивных объединениях (МСО). За короткий период новейшей истории Беларуси, гостями НОК РБ стали такие известные в мире спорта личности, как Хуан Антонио Самаранч, Жак Рогге, Марио Песканте, Франсуа Каррадо, Пере Миро. А также руководители международных федераций и ассоциаций по видам спорта, известные в мире зарубежные тренеры и спортсмены. Хуан Антонио Самаранч назвал Беларусь «одной из самых спортивных держав бывшего СССР».

3. Законодательная база физкультурно-спортивной деятельности современной Беларуси

За исторически короткий отрезок времени в статусе Республики Беларусь наше государство предприняло и сделало очень многое для развития физической культуры. Принятая в 1994 году **Конституция Республики Беларусь** гарантирует нашим гражданам развитие физической культуры и спорта и охрану их здоровья (ст.45), молодежи республики гарантируется духовное, нравственное и физическое развитие (ст.32). Одним из показателей заботы государства и руководства Беларуси о физическом воспитании служит Законодательство Республики Беларусь. Принятый в 1993 году **Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте»** яркий тому пример. Действующий нормативный акт содержит 37 статей и пять глав: «Общие положения», «Система физической культуры и спорта», «Физическая культура», «Спорт», «Ресурсное обеспечение физической культуры и спорта». В нем государство гарантирует право граждан на занятия физической культурой и спортом нашего государства, а также лиц без гражданства и иностранных граждан, проживающих на территории Беларуси, безопасность занятий физическими упражнениями и спортом (ст.8). Руководство физкультурно-спортивной деятельностью согласно Закону обеспечивают субъекты государственного управления (ст.10), общественные и коммерческие субъекты (ст.11). Основными типами специализированных учебно-спортивных учреждений признаны ДЮСШ, СДЮШОР, центры олимпийской подготовки и центры олимпийского резерва, ШВСМ (ст.16). Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» узаконил физическое воспитание в учреждениях образования, по месту работы, жительства (ст.19–21), а также физическое воспитание людей, имеющих отклонения в состоянии здоровья и психофизического развития (ст.23). В Законе рассматриваются вопросы, связанные со спортом: деятельность учреждений по подготовке спортивного резерва (ст.24), подготовка спортсменов высокого класса; получение среднего специального образования (ст.25); проведение соревнований различного уровня (ст.28-29),

профессиональный спорт (ст.32), деятельность в рамках спорта высших достижений (ст.31). В Законе оговариваются права граждан использования спортивных сооружений (ст.35), требования к педагогическим кадрам (ст.36) и порядок повышения квалификации (ст.37). В целом, наличие Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» подчеркивает роль этой сферы деятельности в жизни людей и характеризует Республику Беларусь как цивилизованное европейское государство.

Репозиторий ВГУ

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Агон – это состязание, игра.

Агонистика – это разработанная система демонстрации физических возможностей через публичные соревнования по строго установленным правилам.

История физической культуры и спорта (ИФК и С) – это наука об общих закономерностях возникновения, становления и развития физической культуры и спорта на разных этапах существования общества.

Магическая деятельность – это овладение жизненно-необходимыми навыками движения путем копирования и наблюдения в ритуальных действиях.

Международное спортивное движение – это объединение людей и организаций, основанное на общности интересов, целей и принципов деятельности по развитию спорта и физического воспитания.

Обряд посвящения – это формы подготовки древнего человека к вступлению в зрелый возраст.

Орхестрика – это искусство двигаться.

Периодизация – это деление процесса исторического развития на качественно различные периоды.

Спорт – это высшая форма физической культуры, специальная подготовка для достижения социально значимых результатов (абсолютного и личного), через соревновательную деятельность.

Физическая культура – это процесс и результат готовности людей к жизни, т.е. рациональное использование двигательной деятельности для улучшения физического состояния и развития человека.

Филонтропизм – это благотворительная деятельность.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

История физической культуры и спорта содержит на пути своего становления и развития уникальные факты, события в жизни общества с доисторических времен по XXI век. Физическая культура лежала в основании многих видов искусств, таких как хореография, балет, живопись, архитектура, скульптура, музыка и пение. Она «приложила руку» к развитию математики, философии, риторики, педагогики. Сферы влияния физической культуры универсальны и находят применение в здравоохранении, воспитании, религии, армии, образовательных структурах и т.д. Поэтому информация, изложенная в предложенном лекционном курсе, будет интересна не только будущим специалистам по физической культуре, но и людям различного рода деятельности, всем тем, кто хочет прикоснуться к великим тайнам общечеловеческой культуры, повысить свою эрудицию.

ЛИТЕРАТУРА

Основная:

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. - М: Академия, 2001.
2. Кулинович К.А. Развитие физической культуры и спорта в БССР, - Мн, Беларусь, 1969.
3. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. – М: Радуга, 1982.
4. Реализация государственной молодежной политики в Республике Беларусь //Институт социально-политических исследований при Администрации Президента Республики Беларусь. - Мн., 2004. - С.16.18.
5. Соколов В. Олимпийское движение в Беларуси //Центральная газета. - №35, 1997. - С.2.
6. Столбов В.В. История физической культуры и спорта – М: Физкультура и спорт, 1983.
7. Столбов В.В., Финогенова Л.А., Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта: Учебник/Под ред. В.В. Столбова. – М.: ФиС, 2000.

Дополнительная:

1. Беларусь олимпийская: Альбом на русском и английском языках//Под общ.ред. В. Рыженкова и Я. Вилькина. – Мн., 1996.
2. Викторов А. Завершая олимпийский век //Физическая культура в школе. – №1, 2001. – С.40-42.
3. Вилькин Я.Р. Откуда пошли олимпиады. – Мн.: Полымя, 1980.
4. Все о спорте: Справочник. – Т.1-3/Сост. В.В. Кукушкин и А.А. Добров. – М., 1976,1978.
5. Деметер Г.С., Горбунов В.В. 70 лет советского спорта: люди, события, факты. – М.: ФиС, 1987.

6. Кулаков А. От Шамони до Нагано // Спортивная панорама. – 02.02.2002. – С.4-5.
7. Кулаков А. У нас была только одна Екатерина Великая // Спортивная панорама. – 16.09.2000.
8. Куликович К.А. Развитие физической культуры и спорта в БССР. – Мн., 1958.
9. Куликович К.А., Куликович Е.К. От Спартакиад к Олимпиадам. – Мн.: Беларусь, 1982.
10. Куликович Е.К. Олимпизм и международное спортивное движение. – Мн.: БГЭУ, 1997.
11. Куликович Е.К. Спорт: люди и рекорды (историко-социологический анализ значимости спортивного рекорда): Учеб. пособие. – Мн.: БГЭУ, 1998.
12. Кун Ласло. Всеобщая история физической культуры и спорта. – М.: Радуга, 1982.
13. Лесгафт П.Ф. Избранные произведения. – М.: ФиС, 1987.
14. Лисицын П.Ф. Спорт и религиозные организации. – М.: ФиС, 1985.
15. МОК и международные спортивные объединения / Сост. А.О. Романов. – М.: ФиС, 1979.
16. Оливова В. Люди и игры: У истоков современного спорта / Пер. с чешского языка. – М.: ФиС, 1985.
17. От Афин до Москвы/Авт.-сост. В.Штейнбах. – М.: ФиС, 1983.
18. Очерки по истории физической культуры. – Вып. I–III. – М.: ФиС, 1938, 1940, 1948.
19. Парандовский Ян. Олимпийский диск / Пер. с польского языка. – М.: ФиС, 1980.
20. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник: В 2 кн. – Киев: Олимпийская литература, 1994.
21. Пономарев Н.И. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания. – М.: ФиС, 1970.
22. Родиченко В.С., Константинов А.Т. Дополнение к олимпийскому учебнику // Физическая культура в школе. – №5, 1999. – С.56–58.
23. Романов Н.Н. Трудные дороги к Олимпу. – М.: ФиС, 1987.
24. Рыженков В.Н. Физическая культура и спорт Беларуси: успехи, проблемы и перспективы. – Мн., 1993.
25. Рыженков В.Н., Малашенко В.И. Олимпийское движение Беларуси: итоги, состояние, проблемы, перспективы. – Мн.: Минск-типпроект, 1994.
26. Сазанович В.П., Куликович К.А., Филиппович В.С. Физическая культура и спорт в Белоруссии: Страницы летописи. – Мн.: Польша, 1988.
27. Хавин Б.Н. Все об олимпийских играх. – М.: ФиС, 1979.
28. Физическая культура и спорт БССР: Справочник // Под общ. ред. К.А. Куликовича и Я.Р. Вилькина. – Мн.: Выш.шк., 1979.

Вопросы к экзамену по «Истории физической культуры и спорта»

1. История ФК и С как наука и учебный предмет.
2. Понятие ФК. Возникновение и становление ФК в первобытном обществе.
3. ФК Древнего Востока.
4. ФК Античной Греции.
5. ФК Древнего Рима.
6. Древнегреческие агоны.
7. ФК в средневековой Западной Европе.
8. ФК в средневековой Восточной Европе.
9. ФК в средневековой Азии.
10. Первые теоретики и новаторы физического воспитания.
11. Учение Д. Локка о физическом воспитании. Появление спорта.
12. Буржуазный джентльменский спорт и его значение.
13. Аристократический джентльменский спорт и его значение.
14. Становление и развитие организационных форм современного спорта.
15. Структура международного спортивного движения.
16. Международное рабочее спортивное движение.
17. Международное студенческое спортивное движение.
18. Концепции Ж.Ж. Руссо и Г. Песталоцци о развитии физического воспитания.
19. Роль филантропов в развитии физического воспитания.
20. Национально-гимнастическое движение на Европейском континенте.
21. Становление и развитие рекреационного направления в физической культуре.
22. Развитие региональных спортивных игр.
23. Пионеры возрождения олимпийской идеи. Деятельность Пьера де Кубертена.
24. Становление международного олимпийского движения. Олимпийская Хартия. Первые олимпиады современности.
25. Международное олимпийское движение в период между двумя Мировыми войнами.
26. Международное олимпийское движение после второй Мировой войны.
27. Введение спорта в систему школьного воспитания. Учение Т. Арнольда и Г. Кингсли.
28. Формирование современных систем физического воспитания.
29. Формирование военно-патриотического направления в физическом воспитании молодежи. Бойскаутское движение.
30. Физическая культура древней и средневековой Беларуси.
31. Состояние физического воспитания белорусов в буржуазный период.
32. Становление и развитие спорта в дореволюционной Беларуси.
33. Теоретические истоки советской системы физического воспитания.
34. Роль и значение деятельности П.Ф. Лесгафта.
35. Становление и развитие советской системы физического воспитания (1917-1941 гг.).

- 36.Создание и развитие программно-нормативных основ советской системы физического воспитания. Комплекс ГТО.
- 37.Развитие спорта в СССР накануне Великой Отечественной войны.
- 38.Формирование ФК в Советской Белоруссии довоенного периода.
- 39.Советская ФК в период Великой Отечественной войны.
- 40.ФК в БССР в годы Великой Отечественной войны.
- 41.Международные связи и значение советского спорта после Великой Отечественной войны.
- 42.Олимпийские игры в Москве.
- 43.Особенности развития ФК в СССР после Великой Отечественной войны (1946-1988 гг.).
- 44.Физкультурное движение в БССР послевоенного периода (1944-1991 гг.).
- 45.Анализ участия спортсменов БССР в олимпийских играх.
- 46.Состояние ФК в Республике Беларусь в условиях государственного суверенитета.
- 47.Физкультурно-оздоровительная направленность ФК суверенной Беларуси.
- 48.Участие Республики Беларусь в олимпийском движении.
- 49.Спорт в Республике Беларусь.
- 50.Законодательная база физкультурно-спортивной деятельности современной Беларуси.

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Нахаева Е.М.

Тестовые задания

1 вариант

1. Когда возникла наука история физической культуры?

1. IV век до н.э.
2. IV тыс. до н.э.
3. IV век н.э.
4. 476 г. н.э.

2. Когда появилась физическая культура?

1. 5 тыс. лет до н.э.
2. 15 тыс. лет до н.э.
3. 70 тыс. лет до н.э.
4. 80 тыс. лет до н.э.

3. Где появились первые институты танцовщиц?

1. Древний Рим
2. Месопотамия
3. Древняя Индия
4. Древний Египет

4. Книга «Кун-фу» была написана

1. 2698 г. до н.э.
2. 2800 г. до н.э.
3. 2000 г. до н.э.
4. 2300 г. до н.э.

5. Какой император упразднил игры в Олимпии?

1. Феодосий III
2. Феодосий II
3. Юстиниан
4. Август

6. Наиболее популярные фракции болельщиков в Древнем Риме

1. «красных» и «коричневых»
2. «желтых» и «оранжевых»
3. «черных» и «белых»
4. «синих» и «зеленых»

7. Как называли мальчиков с 7 до 14 лет в системе рыцарской подготовки?

1. оруженосец
2. плакса
3. паж
4. малыш

8. Какое спортивное направление не относится к 17-18 вв.?

1. буржуазно-демократический спорт
2. буржуазно-джентльменский спорт
3. аристократический джентльменский спорт
4. любительский спорт

9. Какому социальному слою относилась плебейская физическая культура?

1. рабам Древнего Рима
2. обедневшим феодалам
3. буржуа
4. крестьянам средней Европы

10. Автор, не являющийся создателем первых учебников по видам спорта

1. Б. Фишер
2. Д. Годфрей
3. А. Смит
4. Д. Синклер

11. Где состоялся первый официальный чемпионат мира по фигурному катанию?

1. Сен-Мориц
2. Санкт-Петербург
3. Париж
4. Гамбург

12. Международное спортивное движение возникло в

1. 60-е гг. XVIII века
2. 20-е гг. XX века
3. 20-е гг. XIX века
4. 60-е гг. XIX века

13. Как называлась первая международная спортивная организация рабочих?

1. ССИ
2. ЛСИ
3. КСИ
4. КСИТ

14. В каком году появилось рекреационное направление в физической культуре?

1. 1903 г.
2. 1925 г.
3. 1880 г.
4. 1889 г.

15. Первый Президент МОК

1. Пьер де Кубертен
2. Хуан Антонио Самаранч
3. Деметриус Викелас
4. Эвери Брендедж

16. Какие олимпийские игры не были проведены?

1. IV
2. V
3. VI
4. VII

17. Первая олимпийская чемпионка СССР

1. Н. Пономарева
2. Л. Латынина
3. Е. Волчецкая
4. Е. Белова

18. Назовите среди указанных город, в котором не проводились Зимние олимпийские игры

1. Саппоро
2. Париж
3. Сараево
4. Гармит-Партенкирхен

19. Кто являлся основоположником шведской гимнастики?

1. Людвиг Ян
2. Хенрик Линг
3. Мирослав Тырш
4. Томас Арнольд

20. Какая форма физического воспитания была распространена среди горожан и крестьян Беларуси в V-VII вв.?

1. обряды
2. соревнования

3. игрища
4. походы

21. В каком году в Беларуси появилось первое общество содействия физическому воспитанию?

1. 1898 г.
2. 1890 г.
3. 1905 г.
4. 1910 г.

22. Первый вид спорта в Беларуси

1. бокс
2. гимнастика
3. футбол
4. велоспорт

23. Когда русским самодержавием была объявлена «мобилизация спорта»?

1. 1915 г.
2. 1909 г.
3. 1905 г.
4. 1900 г.

24. В каком году был создан Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта (ВКФКС)?

1. 1920 г.
2. 1930 г.
3. 1936 г.
4. 1925 г.

25. Как назывался первый спортивный клуб СССР?

1. «Уралмаш»
2. «Торпедо»
3. «Строитель»
4. «Металлург»

26. По инициативе кого в физическую подготовку населения был внедрен комплекс «ГТО»?

1. спортсменов
2. военных
3. ученых
4. комсомольцев

27. В каком году в олимпийских играх впервые приняли участие спортсмены СССР?

1. 1948 г.
2. 1952 г.
3. 1956 г.
4. 1960 г.

28. Сколько золотых олимпийских медалей завоевано спортсменами Республики Беларусь?

1. 9
2. 8
3. 7
4. 6

29. Какая сборная команда Республики Беларусь признана лучшей в 2006 году?

1. по хоккею
2. по художественной гимнастике
3. по спортивной гимнастике
4. по футболу

30. В каких олимпийских играх по летним видам программы не участвовали спортсмены сборной Республики Беларусь?

1. XXV
2. XXVI
3. XXVII
4. XXVIII

2 вариант

1. Где возникла наука история физической культуры?

1. Древняя Индия
2. Древняя Греция
3. Древний Китай
4. Древний Египет

2. Чем обусловлено появление физической культуры?

1. обрядами
2. земледелием
3. изобретением метательных орудий
4. изобретением лука со стрелами

3. Где возникла система физического воспитания «йога»?

1. Китай
2. Египет
3. Месопотамия
4. Индия

4. Как называлась в Древнем Китае система идеалов в области физической культуры?

1. «Дэй»
2. «Вэй»
3. «Мэй»
4. «Нэй»

5. «Олимпиада» в Древней Греции это

1. агоны в Олимпии
2. 4-летний период между играми
3. система физического воспитания
4. греческая богиня

6. Какие игры не являются древнеримскими

1. плебейские
2. немейские
3. аполлоновы
4. мегаленские

7. Где впервые появился рыцарский орден?

1. Италии
2. Испании
3. Англии
4. Франции

8. Сколько добродетелей должны были усвоить рыцари средневековой Западной Европы?

1. 7
2. 6
3. 5
4. 8

9. В каком труде Ян Амос Коменский посвятил ряд разделов физическим упражнениям?

1. мир ребенка
2. мир чувственных вещей в картинках
3. мир физической культуры
4. великая дидактика

10. Изначальный перевод понятия «спорт»

1. форма физической культуры
2. большая нагрузка
3. развлечение
4. физическое совершенствование

11. По какому виду спорта прошел первый официальный чемпионат мира?

1. фигурное катание
2. гимнастика
3. легкая атлетика
4. бокс

12. Какое из перечисленных международных спортивных объединений не относится к универсальным?

1. МОА
2. НОК
3. МОК
4. ФИЖ

13. Какие региональные игры имеют отношение к играм Британской империи?

1. игры Болевара
2. карибские игры
3. игры Содружества наций
4. католические игры

14. В каком году стали проводить чемпионаты мира среди студентов?

1. 1924 г.
2. 1923 г.
3. 1925 г.
4. 1927 г.

15. Как расшифровывается КСИ?

1. Коминтерновский спортивный интернационал
2. Красный спортивный интернационал
3. Краковский спортивный интернационал
4. Коллективный спортивный интернационал

16. Какая из указанных Олимпиад по летним видам программы не связана с церемониалом олимпийского огня?

1. 1912 г.
2. 1928 г.
3. 1932 г.
4. 1936 г.

17. Кто явился основоположником международного студенческого спортивного движения?

1. Ж. Птижан
2. Ф. Дельсарт
3. Ж. Далькроз
4. Р. Баден-Пауэлл

18. Где прошли I Зимние олимпийские игры?

1. Сен-Мориц
2. Шамони
3. Лэйк-Плэсид
4. Осло

19. Профессия основоположника спортивно-игровой системы воспитания

1. врач
2. политик
3. социолог
4. ректор колледжа

20. Когда в дореволюционной Беларуси состоялся съезд по вопросам школьного образования?

1. 1912 г.
2. 1914 г.
3. 1916 г.
4. 1915 г.

21. Первый победитель международных соревнований в Беларуси

1. М. Девочко
2. А. Александрович
3. Н. Зуев
4. В. Сокодинский

22. В каком году П.Ф. Лесгафт открыл Вольную высшую школу?

1. 1900 г.
2. 1901 г.
3. 1905 г.
4. 1906 г.

23. Сколько этапов включалось в Спартакиаду народов СССР?

1. 1
2. 3
3. 2
4. 4

24. Когда был принят в СССР комплекс ГТО I степени?

1. 1930 г.
2. 1931 г.
3. 1935 г.
4. 1939 г.

25. Как назывался первый советский вуз по физической культуре?

1. институт физического воспитания
2. центральный институт физической культуры

3. институт физического образования им. Лесгафта
4. университет физического образования

26. Художница какой страны выиграла международный конкурс «Искусство и Олимпизм» в 2000 г.?

1. США
2. Франции
3. Швейцарии
4. Республики Беларусь

27. Когда был создан МОК?

1. 1891 г.
2. 1894 г.
3. 1892 г.
4. 1896 г.

28. Как называется Министерство, отвечающее за физическую культуру и спорт в Республике Беларусь?

1. Министерство спорта и туризма
2. Министерство физической культуры и спорта
3. Министерство спорта
4. Министерство физической культуры и туризма

29. Кто принес Национальной сборной Республики Беларусь первую олимпийскую награду?

1. Карстен (Ходонович)
2. Железовский
3. Зверева
4. Парамыгина

30. С какого времени Президентом НОК Республики Беларусь был избран А.Г. Лукашенко?

1. 1994 г.
2. 1997 г.
3. 1999 г.
4. 1996 г.

3 вариант

1. Исторические рамки II периода истории физической культуры

1. 476 н.э. – IV в. н.э.
2. III в. н.э. – IX в. н.э.
3. V в. н.э. – XV в. н.э.
4. VI в. н.э. – XV в. н.э.

2. С каким событием связан первый скачок в развитии физической культуры?

1. появление копья
2. появление лука со стрелами
3. создание обрядовых центров
4. появление эстетических идеалов героев

3. Когда появилась система физического воспитания «йога»?

1. III тыс. до н.э.
2. III век н.э.
3. I век до н.э.
4. II тыс. до н.э.

4. Как называлась игра предшественница футбола у народов Древнего Китая?

1. «Чже-ки»
2. «Ки-джу»
3. «Жу-кид»
4. «Чжу-кэ»

5. Что называли «агоном» в Древней Греции?

1. физическое упражнение
2. систему воспитания
3. беговую дистанцию
4. игры

6. Какое из перечисленных упражнений не входило в эллинский пентатлон?

1. метание молота
2. прыжки с альтерами
3. метание диска
4. бег

7. Когда появилась гладиаторская система подготовки?

1. III век до н.э.
2. I век до н.э.
3. III тыс. до н.э.
4. II век до н.э.

8. Какой из периодов не относится к истории средневековой физической культуры в Западной Европе?

1. становление
2. расцвет
3. совершенствование
4. закат

9. В каком возрасте осуществлялся ритуал посвящения в рыцари?

1. 18 лет
2. 19 лет
3. 20 лет
4. 21 год

10. Переведите систему упражнений «чиан-шу», распространенную среди простолюдинов феодального Китая

1. борьба с тенью
2. тайные удары
3. борьба на поясах
4. борьба с 2 мечами

11. В каком году было введено обучение крестьянского ополчения в Русском центральном государстве?

1. 1650 г.
2. 1647 г.
3. 1646 г.
4. 1680 г.

12. Назовите цель буржуазного джентльменского спорта

1. физическая активность
2. спортивная подготовка
3. реабилитация
4. зарабатывание денег

13. Какому направлению положил начало аристократический джентльменский спорт?

1. любительскому
2. профессиональному
3. милитаристскому
4. медицинскому

14. Какие игры не относятся к паниграм?

1. Карибские
2. Католические
3. Паралимпийские
4. Балканские

15. Когда был проведен первый официальный чемпионат Европы?

1. 1890 г.
2. 1891 г.
3. 1892 г.
4. 1893 г.

16. Каким по счету Президентом МОК являлся Пьер де Кубертен?

1. I
2. II

3. III
4. IV

17. В каком году не состоялась Зимняя олимпиада?

1. 1928 г.
2. 1932 г.
3. 1936 г.
4. 1940 г.

18. Причина политического бойкота с правительством США Олимпиады в Москве

1. введение советских войск в Чехословакию
2. введение советских войск в Афганистан
3. инцидент с корейским самолетом
4. политические разногласия

19. Основоположник естественной (натуралистической) гимнастики?

1. Демени
2. Далькроз
3. Декроли
4. Эбер

20. В каких международных гонках победителем стал М. Девочко, служащий Минской железной дороги?

1. Бордо – Париж
2. Берлин – Варшава
3. Петербург – Москва
4. Минск – Москва

21. Сколько Всероссийских олимпиад было проведено в Царской России?

1. 1
2. 2
3. 3
4. 4

22. Когда П.Ф. Лесгафт открыл «Курсы воспитательниц и руководительниц физического воспитания»?

1. 1896 г.
2. 1898 г.
3. 1899 г.
4. 1900 г.

23. Когда в дореволюционной Беларуси появились первые футбольные команды?

1. 1913 г.
2. 1912 г.

3. 1911 г.
4. 1910 г.

24. В каком из перечисленных городов не проходили соревнования по летним видам программы Олимпиада-80?

1. Ленинград
2. Минск
3. Москва
4. Таллинн

25. Когда в советской системе физического воспитания появился комплекс «Будь готов к труду и обороне СССР»?

1. 1929 г.
2. 1931 г.
3. 1933 г.
4. 1934 г.

26. Название первого спортивного кружка в Советской Белоруссии

1. «Сокол»
2. «Богатырь»
3. «Красная молодежь»
4. «Олимп»

27. Футболисты какой советской команды играли «матч смерти»?

1. «Спартак»
2. «Зенит»
3. «Динамо»
4. «Торпедо»

28. В какой из республик СССР появились первые физкультурно-оздоровительные комбинаты (ФОК)?

1. в Белоруссии
2. в Украине
3. в России
4. в Эстонии

29. В скольких олимпиадах принял участие Александр Медведь?

1. 2
2. 4
3. 3
4. 1

30. В каком году НОК Республики Беларусь получил официальное признание МОК?

1. 1991 г.
2. 1993 г.
3. 1994 г.
4. 1996 г.

4 вариант

1. Когда закончился первый период истории физической культуры?

1. 476 г. н.э.
2. 467 г. н.э.
3. 376 г. н.э.
4. 456 г. н.э.

2. С каким событием связан второй скачок в развитии физической культуры? Появления:

1. ритуальных центров
2. земледелия и животноводства
3. стрелкового оружия
4. метательных орудий

3. У каких народов Древнего мира имелись «дома развития силы»?

1. ассирийцев
2. персов
3. шумеров
4. египтян

4. Какой социальный статус можно было получить благодаря физической культуре в Древнем Китае?

1. «Апельсина»
2. «Лимона»
3. «Мандарина»
4. «Персика»

5. Палестра в Древней Греции это

1. площадка
2. школа
3. ипподром
4. физическое упражнение

6. После какого количества побед атлет получал статус олимпийца?

1. одной
2. двух
3. трех
4. четырех

7. Что означает слово «гладиатор»?

1. боец
2. мясник
3. идущий на смерть
4. несущий меч

8. Что означало выражение «ломать копья» в рыцарских турнирах?

1. не делать глупостей
2. прекратить поединок
3. сражение
4. поражение

9. Какой предмет был введен в школах Японии в 1603 году?

1. плавание
2. сумо
3. кемари
4. фехтование

10. Основоположник спорта как новой формы физической культуры

1. Ян Амос Каменский
2. Ж.Ж. Руссо
3. Д. Локк
4. Д. Годфрей

11. Появление первой международной спортивной федерации

1. 1881 г.
2. 1880 г.
3. 1885 г.
4. 1882 г.

12. В каком городе был впервые проведен официальный чемпионат Европы?

1. Гамбург
2. Санкт-Петербург
3. Хельсинки
4. Осло

13. На какой Олимпиаде впервые присутствовали представители СССР?

1. XIV
2. XV
3. XVI
4. XVII

14. Кто является в настоящий период Президентом МОК?

1. Х. Самаранч
2. Ж. Рогге
3. М. Килланин
4. Э. Брендедж

15. Какое из перечисленных животных стало первым талисманом Олимпийских игр?

1. медвежонок

2. такса
3. бобер
4. ягуар

16. С какого года были «разведены» Олимпийские и Зимние Олимпийские игры?

1. 1992 г.
2. 1988 г.
3. 1984 г.
4. 1994 г.

17. Назовите белорусского спортсмена, завоевавшего 6 олимпийских золотых медалей

1. А. Медведь
2. Л. Петрик
3. В. Щербо
4. Е. Карстен

18. Когда была создана Международная федерация адаптивной физической активности (IFAPA)?

1. 1971 г.
2. 1973 г.
3. 1975 г.
4. 1970 г.

19. Основоположник социально-гигиенического направления в физическом воспитании

1. Декроли
2. Эбер
3. Баден-Пауэл
4. демени

20. Какую систему физического воспитания называют «арнольдизм»?

1. скаутскую
2. натуралистическую
3. спортивно-игровую
4. милитаристскую

21. У каких племен существовали «дома молодежи» для физической подготовки юношей?

1. персов
2. славян
3. греков
4. египтян

22. Создание Минского общества любителей спорта (МОЛС)

1. 1890 г.
2. 1891 г.
3. 1880 г.
4. 1892 г.

23. Сколько видов спорта включала первая Единая спортивная классификация СССР?

1. 15
2. 12
3. 9
4. 10

24. Год принятия Постановления ЦК РКП(б) «О задачах партии в области физической культуры»

1. 1925 г.
2. 1924 г.
3. 1923 г.
4. 1922 г.

25. Город первой Олимпиады

1. Париж
2. Афины
3. Лондон
4. Сент-Луис

26. Когда в СССР стали готовить учителей физической культуры?

1. с 1935 г.
2. с 1941 г.
3. с 1946 г.
4. с 1950 г.

27. Самая титулованная олимпийская чемпионка БССР

1. Белова
2. Корбут
3. Петрик
4. Ким

28. Количество олимпийских медалей, завоеванных спортсменами БССР с 1952 г. по 1992 г.

1. 210
2. 50
3. 156
4. 81

29. Создание НОК Республики Беларусь

1. 1991 г.
2. 1992 г.
3. 1993 г.
4. 1994 г.

30. С какого года в олимпиадах участвует Республика Беларусь?

1. 1992 г.
2. 1994 г.
3. 1996 г.
4. 1998 г.

5 вариант

1. Какой период истории физической культуры называют переходным?

1. I
2. II
3. III
4. IV

2. В каких местах сохранились до настоящего времени первобытнообщинные формы физической культуры?

1. Канада
2. Куба
3. Япония
4. Мексика

3. Какое из современных государств относилось к Месопотамии?

1. Турция
2. Болгария
3. Памир
4. Сирия

4. Как назывались отряды юношей в Древней Греции?

1. эйрены
2. геронты
3. эфебы
4. ирэны

5. С какого возраста свободные афиняне посещали гимнасии?

1. с 7 лет
2. с 12 лет
3. с 18 лет
4. с 16 лет

6. Какое упражнение не использовалось в программе агонов в Олимпии?

1. плавание
2. гонки на колесницах
3. единоборства
4. бег на I стадий

7. Что в Древнем Риме называли сферистерием?

1. шар
2. ипподром
3. крытый зал для развлечений
4. цирк

8. Первый средневековый рыцарь, основатель первого ордена

1. Профанс Годфруа де Верье
2. Профанс Годфруа де Сальд
3. Профанс Годфруа де Преи
4. Профанс Годфруа де Малье

9. Система воспитания «руки Окинавы» это

1. йога
2. джиу-джица
3. каратэ
4. сумо

10. Первый теоретик физического воспитания Русского централизованного государства был

1. монахом
2. дворянином
3. крепостным
4. врачом

11. По какому виду спорта был проведен первый официальный чемпионат Европы?

1. гимнастика
2. фехтование
3. фигурное катание
4. гребля

12. Кто занимал пост Президента МОК в период с 1980-2001 гг.?

1. Килланин
2. Самаранч
3. Рогге
4. Эдстрем

13. На каких Олимпийских играх по летним видам программы выступала олимпийская сборная СНГ?

1. XXV
2. XXVI

3. XXVII
4. XXVIII

14. Кто из студентов нашего факультета стал первым олимпийским чемпионом?

1. В. Зуев
2. И. Каньгин
3. В. Яновский
4. Д. Олещук

15. Какие региональные игры относятся к панамериканским?

1. Боливарские
2. Католические
3. Содружества наций
4. Феминистские

16. Кем впервые было введено физическое воспитание в школьную систему?

1. Я.А. Коменским
2. Д. Локком
3. Ж.Ж. Руссо
4. филантропами

17. Какую гимнастику называли «турнерской»?

1. шведскую
2. немецкую
3. чешскую
4. гимнастику модерн

18. Где появилась впервые скаутская система воспитания?

1. Англия
2. Польша
3. Германия
4. США

19. Какой элемент одежды не относится к экипировке скаута?

1. косынка
2. шляпа
3. чулки
4. галстук

20. В каком году в Беларуси был создан первый кружок – прототип школьного спортивного общества?

1. 1900 г.
2. 1908 г.
3. 1912 г.
4. 1916 г.

21. Как называлось первое общество в дореволюционной Беларуси, культивировавшее занятие борьбой и штангой?

1. «Санитас»
2. «Спорт»
3. «Виктория»
4. «Спартак»

22. Когда был проведен I летний Всебелорусский праздник?

1. 1920 г.
2. 1924 г.
3. 1925 г.
4. 1930 г.

23. Какая структура возглавляла физическую культуру советского государства в 1918-1920 гг.?

1. Всевобуч
2. ВСФК
3. Пролеткульт
4. Всесоюзный комитет

24. Как назывались первые школьные спортивные кружки в Советской Беларуси?

1. «Юные большевики»
2. «Олимп»
3. «Красная молодежь»
4. «Юный Спартак»

25. Количество спортсменов БССР, получивших звание Героя Советского Союза за подвиг в Великой отечественной войне?

1. 10
2. 28
3. 12
4. 38

26. Сколько золотых медалей завоевали белорусы в составе сборной СССР на Олимпиаде 1960 г. в Риме?

1. 2
2. 3
3. 4
4. 5

27. Кто из белорусских олимпийцев удостоен приза «Джесси Оуэна»?

1. Курилович
2. Щербо
3. Ходонович
4. Зверева

28. В какие годы Президентом НОК Республики Беларусь являлся В. Рыженков?

1. 1991-1994 гг.
2. 1993-1996 гг.
3. 1992-1995 гг.
4. 1991-1996 гг.

29. Название спортивно-оздоровительного комплекса под Лагойском

1. «Стайки»
2. «Силичи»
3. «Ратомка»
4. «Раубичи»

30. Год принятия Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте»

1. 1991 г.
2. 1992 г.
3. 1993 г.
4. 1994 г.