

КАЛИНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

В.К. Пельменев, Е.В. Конеева

**ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ**



КАЛИНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

В.К. Пельменев, Е.В. Конеева

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ

Учебное пособие

Калининград
2000

УДК 796.000.093
ББК 753
П248

Рецензент

Канд. пед. наук, доцент кафедры УИФК
Санкт-Петербургской государственной
академии физической культуры им. П.Ф. Лесгафта,
К.А. Цатурова

Пельменев В.К., Конеева Е.В.
П248 История физической культуры: Учебное пособие /
Калинингр. ун-т. – Калининград, 2000. – 186 с.
ISBN 5-88874-170-1.

Учебное пособие построено как курс лекций в соответствии с новой программой истории физической культуры и государственного образовательного стандарта. В нем на основе современных данных науки, а также передового опыта практической работы в области физической культуры предпринята попытка осмысления проблем истории физической культуры.

Предназначено для студентов высших и средних учебных заведений физической культуры и спорта.

УДК 796.000.093
ББК 753

© Калининградский государственный
университет, 2000

ISBN 5-88874-170-1

© Пельменев В.К., Конеева Е.В., 2000

Учебное издание

**Виктор Константинович Пельменев
Елена Владимировна Конеева**

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Учебное пособие

Редактор Н.Н. Мартынюк
Корректор Л.Г. Владимирова
Оригинал-макет подготовлен А.В. Раковым

Лицензия № 020345 от 14.01.1997 г. Подписано в печать 12.05.2000 г.

Бумага для множительных аппаратов. Формат 60×84 ¹/₁₆.
Гарнитура «Таймс». Ризограф. Усл. печ. л. 10,8. Уч.-изд. л. 6,4.
Тираж 250 экз. Заказ .

Калининградский государственный университет
236041, г. Калининград, ул. А. Невского, 14

ВВЕДЕНИЕ

История физической культуры (ИФК) представляет собой специфическую отрасль исторических и педагогических знаний. Она является важным разделом науки о физической культуре. Предмет её изучения – общие закономерности возникновения, становления и развития физической культуры и спорта на разных этапах развития общества.

Предмет ИФК – изучение средств, форм и методов, идей, теорий и систем физической культуры.

Задачей ИФК является выявление и раскрытие закономерностей развития физической культуры на протяжении всей истории человечества.

В основу периодизации ИФК положено учение о закономерностях развития общества: 1-й период – история физической культуры Древнего мира (первобытный, рабовладельческий строй); 2-й период – история физической культуры средних веков (феодальный строй); 3-й период – Нового и Новейшего времени (капиталистический, социалистический строй).

Курс ИФК состоит из трех частей:

- 1) история ФК и спорта зарубежных стран;
- 2) история ФК и спорта на территории России;
- 3) история современного спортивного и олимпийского движения.

При изучении истории физической культуры используют следующие источники:

- 1) археологические и этнографические данные, свидетельствующие о применении физических упражнений и игр;

2) памятники изобразительного искусства, художественную литературу, кино-, фото- и фономатериалы, отражающие проблематику физического воспитания;

3) архивные материалы, летописи, книги, брошюры, журналы, газеты, и другие письменные источники, содержащие сведения по физической культуре и спорту;

4) правительственные документы, труды ведущих ученых и государственных деятелей;

5) практические данные по развитию физической культуры у разных народов.

Методы изучения истории физической культуры:

– исторический анализ, обобщение систематизация исторических материалов; проведение исторической аналогии, сопоставления и сравнения; письменный опрос, беседа, интервью; обобщение практики, изучение опыта развития истории физической культуры.

Часть 1. ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАНАХ

1.1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДРЕВНЕМ МИРЕ

Теории возникновения физической культуры

Вопрос о возникновении и развитии физической культуры на первом этапе человечества – один из основных в истории физической культуры. Не случайно к нему обращались многие ученые.

Существует несколько позиций при обсуждении проблемы возникновения физической культуры:

1. В конце XIX – начале XX в. немецкий философ Шиллер выдвинул теорию игры. Странниками его теории были философы Бюхер и Гросс (Германия), Спенсер (Англия), Летуэрно (Франция). Согласно этой теории, человек развивался физически и умственно благодаря труду, а трудовой процесс возник из игры. Таким образом, по мнению ученых, в жизни общества «игра старше труда», а «труд есть дитя игры».

2. Теория магии впервые изложена английским ученым Рейнаком. Странники этой теории – К. Дим и В. Кербе (ФРГ). Б.Жиллет (Франция) выдвигает, более современную теорию происхождения физической культуры – «физические упражнения и игры имеют культовое и животноеобразное происхождение».

3. Теория излишней биологической энергии выдвинута ученым Спенсером (США). Основное положение его теории в том, что физическая культура – это инстинкт, но, по мнению других ученых, если это инстинкт, то общество не несет ответственности за те пороки, которые оно порождает.

4. Материалистическая, марксистско-ленинская теория, изложена в работах Г.В. Плеханова, Н.И. Пономарева. Согласно их теории, в основе возникновения физической культуры лежат два фактора – объективный и субъективный.

К объективному фактору относится то, что в процессе трудовой деятельности (охота, рыболовство, собирательство) человек постоянно вынужден был развивать свои навыки. Упражняясь, он совершенствовал свои физические качества (ловкость, выносливость, быстроту, силу).

К субъективному фактору относится собственно сознание человека, который придумывал упражнения для подготовки к трудовой деятельности, устанавливал связь между предварительной подготовкой и результатами охоты, а также организовывал передачу опыта полученных навыков, т.е. воспитывал.

Ошибка сторонников первых трех теорий, которые пытались доказать, что зачатки физического воспитания имеются уже в животном мире, заключалась в том, что они не находили различий между инстинктивным поведением животных и сознательной деятельностью людей. Ученые, пытавшиеся доказать, что физическая культура возникла из религиозных обрядов первобытных людей, также ошибались, так как человек стал применять физические упражнения раньше, чем появилась религия. Научно доказано, что общественно-исторической основой происхождения физической культуры является труд. Именно об этом и говорили Г.В. Плеханов и Н.И. Пономарев в своей теории возникновения физических упражнений.

Физическая культура возникла из потребностей первобытных людей в подготовке к тому или иному роду трудовой деятельности.

Поскольку в самом раннем периоде своего становления человек занимался охотой и именно она была серьезным

физическим испытанием, связанным с необходимостью подолгу бегать, метать, плавать, переносить тяжелые туши убитых животных. Но эти действия еще нельзя считать физическими упражнениями, так как они применялись с целью воздействия на окружающий мир, на природу ради добывания пищи, одежды и других материальных благ.

Физическими упражнениями эти действия стали лишь тогда, когда человек начал сознательно использовать их в целях развития собственных физических качеств, выделив из трудовых действий в относительно самостоятельный вид деятельности. Например, перед охотой многократно повторять наиболее важные охотничьи действия, образно выражаясь «играть в охоту». Превращение трудовых действий в физические упражнения позволило эффективно влиять, с одной стороны, на физическое совершенствование человека, а с другой – на повышение его трудоспособности.

Развитие физической культуры на отдельных этапах истории первобытнообщинного строя

Первобытнообщинный строй является первой социально-экономической формацией, начало которой – появление человека разумного, конец – установление рабовладельческого строя.

В истории первобытного общества выделяют три периода:

- 1) раннеродовой;
- 2) развитый родовой;
- 3) позднеродовой.

Особенности родового общества: ведение общего хозяйства; четкое разделение труда между полами; эпизодическое столкновение между племенами, т.е. появляется военная организация родовой общины; возникают новые виды трудовой деятельности – земледелие, скотоводство, ремесло.

Возникновение физической культуры историческая наука относит к начальному периоду развития первобытной общины. Самой ранней формой физического воспитания были коллективные игры, носившие натуралистический, подражательный характер. Они почти полностью повторяли трудовой процесс. Играя, первобытные люди учились охотиться, подражая действиям охотников. В этих играх использовались предметы охотничьего инвентаря и живые цели.

Позже, в связи с начавшимся разделением труда по возрастным и половым признакам, происходила дальнейшая эволюция игр. Они постепенно теряли подражательный характер, становились имитационными, символическими. Игры по-прежнему имитировали трудовой процесс, но живые цели заменялись движущимися мишенями – чучелами, мячами сделанными из шкуры животного и набитыми шерстью, а охотничий инвентарь заменялся специальным, игровым. Например, появилось копье с тупым наконечником, вместо палки стали использоваться клюшки и т.п.

На последней ступени развития первобытного общества возникли игры, которые почти полностью абстрагировались от труда. Игравшие стали делиться на команды, появились специальные площадки для игр, совершенствовался игровой инвентарь. Игры стали регламентироваться простейшими правилами, появились спортивные судьи и зрители.

Процесс развития физической культуры постепенно привел к выделению из игр и обособлению в качестве самостоятельных физических упражнений – бег, метание, прыжки, плавание и другие виды движений. Все они так или иначе были связаны с подготовкой членов общины к труду. Возникли специальные приемы обучения физическим упражнениям подростков и молодежи, т.е. появилось физическое воспитание.

В родовом обществе физическое воспитание носило высокий уровень развития. Этнографические исследования показывают, что каждой народности были присущи свои формы и виды упражнений. У австралийцев – игры, метание бумеранга и палки, игры в мяч, борьба, пляски «корроби». У индейцев Америки – упражнения: ходьба, бег, плавание, гонки на лодках, метание и метательные игры, игры с мячом и т.д. Игр с мячом насчитывалось более десяти, проводились они в течение нескольких дней и участвовало в них более 100 человек. Также известны индейские пляски, носившие многофункциональный характер. В африканских племенах проходило метание в цель, фехтование палками, бег, прыжки, метание копья на расстояние и высоту, военные игры, пляски. Мужчины играли с мячом. У тунгусов (эвенков) можно выделить две стадии подготовки: 1-я стадия – все мужское население занималось стрельбой, бегом, увертыванием от стрел, управлением лодкой; 2-я – только для тех мужчин, которые хорошо были обучены военному делу.

Одной из форм физического воспитания являлись инициации – проверки физической готовности членов общины. Например, таким обрядом в африканских племенах являлось удаление юноши в джунгли на несколько месяцев.

Из древнего периода до нас дошли следующие методические приемы обучения: например, у индейцев учитывались половые особенности, у чукчей – женщины участвовали в беге на более короткие, чем у мужчин, дистанции, эскимосы постепенно увеличивали вес камня и расстояние при обучении метанию, меняли размер лука, лыж, лодок.

В период разложения родового строя происходит военизация физических упражнений. Например, кулачный бой, тренировка с оружием, состязание колесниц, прыжки через меч, копья. В этот период появляются начальные формы учреждений общественного воспитания – тайные союзы и дома молодежи, которые существовали только для физического воспитания юношей.

Характерной особенностью данного периода является также появление мест для проведения соревнований по игре в мяч, т.е. первых спортивных сооружений, а также двух типов школ – для богатых и бедных, а главной чертой воспитания становится его направленность на военно-физическое обучение.

Таким образом, в родовом обществе физическое воспитание имело важное значение и являлось одной из функций родовой общины. Главной чертой физического воспитания можно считать его всеобщность. Оно было равным для всех (имело лишь разделение по полу и строго обязательным).

Во время разложения родового строя и образования классов физическое воспитание утрачивает свое единство, военизируется, подвергается действию культа, приобретает сословно-классовые признаки и классовый характер.

Физическая культура в рабовладельческом обществе. Особенности ее развития

Рабовладельческое общество возникло в IV-III тыс. до н.э., что явилось закономерным этапом на пути дальнейшего развития человечества.

Основой общественных отношений в рабовладельческом обществе стала собственность рабовладельца на орудия и средства производства, а также на рабочую силу рабов, которых они жестоко эксплуатировали. Эти глубокие изменения в структуре общественных отношений нашли свое отражение во всех сферах материальной и духовной культуры, в том числе и области физического воспитания и спорта.

Каковы же особенности физической культуры в этот период?

1. Физическая культура приобрела классовый характер и служила интересам господствующего класса. Рабы физического воспитания не получали.

2. Физическая культура потеряла связь с трудовой деятельностью и стала средством военно-физической подготовки рабовладельцев.

3. Физическая культура выделилась в самостоятельную часть культуры общества и широко применялась в семейном воспитании, учебных заведениях, армии, быту, культовых обрядах. В этих целях во всех рабовладельческих государствах были созданы системы физического воспитания и военно-физической подготовки. Появились специальные учреждения, стали складываться зачатки науки о физическом воспитании.

Физическая культура в странах Древнего Востока: Вавилоне, Египте, Индии, Китае, Персии

Первые известные нам следы физической культуры Древнего мира были обнаружены в районе, примыкающем с востока к Средиземному морю, а также в Месопотамии в IV тыс. до н.э. К сожалению, сохранились лишь разрозненные сведения о физической культуре государственных образований, часто сменявших друг друга в результате войн. Активное участие в поддержании и развитии физической культуры принимало свободное сельское население, из которых набирали простых воинов.

Важную роль в развитии физической культуры Месопотамии, а затем и в странах Ближнего Востока сыграло изобретение во втором тысячелетии до н.э. колесницы на конной тяге. Среди памятников, свидетельствовавших об этом событии, основное место занимает «Книга тренинга» митаннийца Киккули, которая является самым древним из известных методических пособий по тренингу лошадей.

Из различных источников было установлено, что в Месопотамии изготавливали палки из очищенного стержня листа финиковой пальмы, в дальнейшем служившие для игры в мяч с битой, а затем и в конное поло.

Этому же району принадлежит самый древний памятник культа борьбы на поясах, в основе которой лежали боевые приемы пленения противника, – бронзовая статуя, изготовленная примерно в 2800 году до н.э. (сейчас она выставлена в Багдадском музее).

О развитии физической культуры Вавилона свидетельствуют терракотовые изображения охоты, загона животных, стрельбы из лука, кулачного боя и состязания на колесницах.

Из древней Персии до нас дошли записки древнегреческих историографов Геродота и Ксенофонта, которые красноречиво свидетельствуют о том, что они обучали своих детей (в возрасте 7-16 лет) в воспитательных домах, действовавших при дворах сатрапов, борьбе, бегу, верховой езде, метанию копья, стрельбе из лука и правдивости. (В дальнейшем из этих заведений образовались так называемые дома развития силы, которые сохранились вплоть до распространения современного школьного физического воспитания и спортивных организаций Ирана.)

Последующей подготовке юношей служили обязательные охотничьи испытания на смелость, состязания по конному пол и игра индийского происхождения «шатранг шахматнах», воспитывавшая способность к стратегическому мышлению.

В Древнем Египте примерно в 3000 году до н.э. мифический царь Менес основал первую единую империю. Наиболее древний из известных рельефов на спортивную тематику изображает победу Джосера (2778 – 2723 гг. до н.э.) в культовом состязании по бегу. Бег древнеегипетского царя-бога объясняется желанием победить и быть достойным избранником.

Затем испытания в беге были вытеснены борьбой, лучше показывающей превосходство в силе и ловкости. Требование, чтобы цари обладали всесторонней физической под-

готовкой, соответствовало сущности примитивного классового государства, где фараоны обладали безграничной централизованной властью.

По мере распространения рабовладения в физической культуре происходили важные изменения. Магический обряд уходил на второй план, все большее значение стал носить эстетический аспект зрелищности.

Фараоны Среднего царства (2040 – 1730 гг. до н.э.), чтобы повысить уровень развития физических качеств у служащих им людей, стали создавать училища для подготовки и отбора храмовых танцовщиц и акробатов.

К этому периоду относятся и описания парных игр с мячом. Все вышесказанное свидетельствует о том, что фараоны и знать меньше стали уделять внимание собственной спортивной форме, но с большим удовольствием наблюдали за ловкостью движений своих рабов.

В период Нового и Позднего царства (1562 – 332 гг. до н.э.) физическая культура обогащается новыми чертами. Появляются изображения с соревнованиями гребцов и воинов, бегущих за колесницами, а также состязания лучников и кулачных бойцов.

На праздниках царя Рамзеса II (1290 – 1223 гг. до н.э.) проводятся соревнования по борьбе и фехтованию на палицах с нубийцами, ливийцами и др. народами, результат этих соревнований оценивали судьи.

Египтяне не следовали обычаям других народов. Этот факт подтверждается тем, что среди памятников физической культуры Древнего Египта не встречается следов, свидетельствовавших о соревнованиях на колесницах, играх в пешее и конное поло, получивших распространение почти у всех народов Древнего мира.

Население Древней Индии располагало наиболее ценными традициями в области ритуальной оздоровительной гимнастики, танца и самообороны без оружия. Советы по

снятию боли в различных частях тела с помощью нажимов и растирания свидетельствуют о развитом искусстве массажа.

В древнеиндийских описаниях впервые встречаются упоминания и о таких формах поединка и единоборства, стиль которых характеризуется нанесением ударов рукой или ногой по чувствительным к боли частям тела противника, а также проведением удушающих приемов и создание системы йоги. Установить точно происхождение йоги пока не удалось. В то же время является фактом, что в ходе раскопок в окрестностях Гаранны в Пенджабе была найдена каменная пластина-печатка, изготовленная в III тыс. до н.э., в центральной части которой изображена фигура человека, сидящего строго в соответствии с позой «лотос» (падмасана). Характерной особенностью физической культуры Древней Индии является ее деление по кастовой принадлежности – каста арийцев (привилегированные касты): брахманов (священников), кшатриев (военное дворянство), вайтья (занимавшиеся почетными ремеслами). Неарийцы (сельские жители) – каста шудров. Потомки рабов парии (неприкасаемые) не принадлежали ни к одной касте.

Так, для неарийских каст стали «неприкосновенными» верховая езда, все упражнения с оружием, йога. Кшатрии почитали неприемлемыми для себя танцы шудров, упражнения с чучелами, кубиками, обручами и др. видами состязаний.

О физической культуре арийских каст больше всего можно узнать из Вед и древнеиндийских эпосов, свидетельствующих об атлетических соревнованиях, состязаниях по самообороне, с оружием и без него, скачках и соревнованиях на колесницах, игре в мяч с битой, игре на доске чатуранга (чатур – 4 и анга – боевой порядок). Ходы шахматных фигур из этой игры – раджи (короля), боевых колесниц (ладьи), кавалериста (коня), пехотинца (пешки) – остались неизменными до наших дней.

Система философии йоги основана на том, что человеческий организм есть уменьшенная копия вселенной, равновесие которой обеспечивается праной (дыханием, жизненной силой). Внутри человеческого тела находятся семь расположенных один над другим центров праны (чакры), в нижнем, в одном из нервных узлов поясничного отдела позвоночника, свернувшись, дремлет «источник жизненной силы», так называемая «змея кундалини». Она под влиянием упорно выполняемых человеком умственных и физических упражнений просыпается и ползет вверх от чакры к чакре, достигая макушки. В этот момент йог достигает стадии самадхи, т.е. состояния физического и психического равновесия, покоя, далекого от земных забот. После этого остается лишь одна ступень, на которой кундалини покидает последнюю чакру, в результате чего йог – через покинувшее его тело «второе-Я» – приобретает сверхъестественную оккультную силу и начинает свое слияние с божеством.

В Китайских хрониках, относящихся к периоду VIII – VI вв. до н.э., сообщалось, что первые ростки физической культуры, получившие развитие в долине Хуанхе и Янцзы, появились в начале III тыс. до н.э.

В 2698 г. до н.э. была написана книга «Кунфу», в которой впервые систематизированы распространенные среди народа, различные упражнения лечебной гимнастики, болеутоляющего массажа, ритуальных танцев, исцеляющих от болезней, бесплодия, а также боевых танцев.

Записи в хрониках свидетельствуют о том, что в этот период мальчиков воспитывали в специальных заведениях.

Судя по письменным памятникам и результатам раскопок, можно сделать вывод, что древняя китайская физическая культура достигла расцвета во время господства династии Чжоу (XI – III вв. до н.э.).

Народ, за исключением рабов, играл в игру – предшественницу современного футбола – «чжу кэ». Эта игра использовалась как дополнительное средство для развития

скорости, ловкости и находчивости в подготовке пеших воинов. В центре игровой площадки, на расстоянии 4 м друг от друга, в землю вкапывались 2 бамбуковые палки высотой около 4 м, между которыми натягивали сетку. В верхней части сетки вырезали отверстие диаметром 60 см. Это были «ворота». Игроки передавали друг другу мяч, нанося по нему удары ногами и руками, используя при этом около 70 различных видов ударов по мячу. Существовало и около 10 правил игры. Проходили также соревнования по борьбе, кулачному бою, поднятию тяжестей, перетягиванию каната, танцам и соревнования на воде.

В Древнем Китае сложилась своя система идеалов в области физической культуры, которая нашла выражение в принципе «сань мэй». В этом принципе, как и в различных жанрах искусства, нашли отражение требования принесения пользы для общества, обладая способствующей моральному воспитанию волей и развитым вкусом. В соответствии с принципом «цзинь и цзянь» «сань» выражал внутреннее, а «мэй» – внешнее совершенство. Особый упор делался на формирование воли и характера. Если участник игры в мяч или борец грубили, судьи и зрители клеймили его как «сяо цзянь», что означало высокую степень общественного презрения. Во время кулачного боя, носившего характер борьбы теней, высоко ценилось не само попадание в противника (цзянь), а ловкое увертывание от ударов противника с тем, чтобы вызвать у него внутреннее смятение (цзинь).

Развитие физической культуры в Древней Греции. Особенности спартанской и афинской систем физического воспитания рабовладельцев в классический период

Наивысшего развития физическая культура и спорт достигли в VIII – IV вв. до н.э. во время расцвета рабовладельческих отношений в Греции.

В зависимости от экономического, политического и культурного развития, военной организации и системы воспитания в том или ином греческом государстве определялись задачи, средства, формы и методы физического воспитания. Наиболее типичными в этом отношении были Спарта и Афины.

Физическая культура Спарты, упорно державшейся за племенные традиции, достигла апогея в VI в. до н.э. Центральной задачей физического воспитания было формирование подрастающего поколения, способного победить в любых условиях, отважного, настойчивого и слепо подчиняющегося взрослым. Спартанец-отец должен был показать новорожденного ребенка совету старейшин. Растить его дальше разрешалось только в случае, если совет находил его жизнеспособным. Слабых детей сбрасывали в ущелье с горы Тайгет. Детей с рождения не пеленали, чтобы они выросли закаленными. Систему физического воспитания Спарты освещают заметки Платона (427 – 347 гг. до н.э.). Детей, достигших 7-летнего возраста, отнимали у родителей и передавали в распоряжение государственных воспитателей. Воспитатели закаляли детей, приучали переносить холод, голод, жажду, выносить боль, осуществляли общую физическую подготовку. В этих условиях к 14 годам каждый ребенок привыкал к физическим и душевным испытаниям и получал представление об основах гимнастики и оркестрики.

Чтобы убедиться в том, что дети растут удалцами, устраивались состязания перед открытыми могилами героев прошлого, воспитывая тем самым чувство ответственности перед свершениями предков.

Из ужесточенных форм испытаний перед посвящением в подростки в 15-летнем возрасте был выработан обычай – криптий. Он означал испытательный год, в течение которого 30-40 будущих посвящаемых проходили боевые учения в районе мятежных деревень. В ходе таких акций молодежь

вместе с руководителем совершала ночные налеты, убивая и уводя намеченные жертвы. По истечении испытательного срока подростки попадали в группы эйренов. В основу их обучения были положены строевые занятия по овладению оружием, пятиборье, кулачный бой (спартанская гимнастика).

Достигших 20-летнего возраста снова подвергали испытаниям и переводили в группу эфебов. Систематическое военное обучение длилось до 30 лет.

До достижения 20-летнего возраста девушек обучали, как и юношей, чтобы они в отсутствие мужчин обеспечивали порядок, а также для того, чтобы от них рождалось крепкое потомство.

По иному осуществлялось физическое воспитание в Аттике с центром в Афинах. Воспитательная и образовательная системы в Афинах в V – VI вв. до н.э. не ограничивались только военно-физической подготовкой молодежи, как в Спарте, а давали разностороннее воспитание. Афиняне считали, что гармоническое развитие человека должно состоять из умственного, нравственного, эстетического и физического воспитания.

Дети до 7 лет воспитывались в семье под наблюдением раба или рабыни. После 7 лет девочки продолжали воспитываться дома, а юноши до 16 лет посещали государственную или частную школу. Они проходили обучение в мусической (от слова «муза»; давала умственное, эстетическое и нравственное воспитание) и гимнастической школах (гимнос – обнаженный). В гимнастических школах – палестрах (пале – борьба) – обучались с 12 лет, с 14 лет продолжали обучение в мусической школе.

С 16 – 18 лет юношей после гимнастических и мусических школ определяли в гимнасий. В Афинах было три гимнасии: Академия, Ликей и Киносарг, где помимо занятий физической культурой изучались политика, философия и литература.

С 18 лет молодых людей определяли в государственную военную организацию эфебию, где они несли военную службу.

Содержание греческой гимнастики и агонистики

В Древней Греции различали два метода применения физических упражнений: гимнастику, или общее физическое воспитание, и агонистику – специальную подготовку и участие в состязаниях.

Гимнастика состояла из палестрики, орхестрики и игр.

В палестрику входили разнообразные упражнения, обеспечивающие всестороннюю физическую подготовку. Основу палестрики составляло пятиборье (пентатлон), которое включало: бег на одну стадию – стадион (около 200 м), прыжки в длину, метание копья и диска, борьбу. В палестрику также входили: панкратион (соединение борьбы с кулачным боем), плавание, кулачный бой, верховая езда, фехтование, стрельба из лука и др.

В орхестрику входили различные ритуальные упражнения и танцы для развития пластики и грации, формирования осанки, красивых форм тела, красивых телодвижений, выполняемых обычно под музыку.

Игры, в основном подвижные, использовались главным образом при занятиях с детьми. Были игры с мячом (сферистика), колесом, клюшкой, палкой, в кости, перетягивания, игры с преодолением сопротивления партнера, удерживанием равновесия, качели и др.

С юных лет эллины познавали вкус победы в состязаниях. Одной из задач физического воспитания было привитие навыков борьбы, состязания в силе, ловкости, быстроте, выносливости. Этот подход лежал в основе стройной системы соревнований, которую греки называли агонистикой.

Агонистика распалась на гимнастические игры и состязания, а также мусические соревнования (музыка, танцы, поэзия).

Соревнования – агоны – проводились ежегодно во всех греческих полисах. Они были непременной частью любого праздника и всегда проводились в присутствии зрителей. Некоторые из агонов переросли местное значение и приобрели общегреческий – панэллинский – статус.

Древние греки были язычниками и посвящали агоны своим любимым богам. Из гимнастических агонов большой популярностью пользовались Истмийские игры (в Дельфах) в честь бога морей Посейдона, Панафинейские игры (в Афинах) посвящались богине Афине Палладе. Однако из всех игр наибольшее значение имели Олимпийские игры, проводившиеся в честь главного бога – Зевса Олимпийского.

Олимпийские игры проводились в Олимпии, расположенной в западной части Пелопоннесского полуострова. Здесь, у подножия горы Кронос, в долине реки Алфей, до сих пор зажигается олимпийский огонь современных Игр.

Происхождение Олимпийских и других игр Древней Греции определялось материальными условиями жизни общества, его политическим, культурным, военным развитием. Одна из главных причин возникновения игр – потребность в воспитании воинов, демонстрация превосходства военной и аристократической знати в области военно-физической подготовки.

Первые известные истории Олимпийские игры отмечены 776 г. до н.э. Эта дата взята за основу потому, что удалось установить с этого времени первого и последующих победителей на играх. Некоторые авторы отмечают, что в 776 г. до н.э. состоялись уже 28-е игры. По версии ученых, между Ифитом царем Элиды и Ликургом из Спарты был заключен договор об обязательном сохранении божественного мира во время Олимпийских игр, продолжительность договора 27 Олимпиад. Договаривающиеся стороны объявили Олимпию священным местом, а месяц проведения

состязаний – обязательным периодом мира. На вопрос о том, почему из всех союзов городов выдвинулась именно Олимпия, можно дать в общих чертах следующий ответ.

1. Алтий был ритуальным местом избрания царей.

2. Святилище Геры считалось одним из древнейших мест, где совершались культовые ритуалы плодородия. Состязания по бегу на звание «девушки года», победительница олицетворяла собой плодородие.

3. Олимпия была связана с культом предков, именно здесь, по преданиям, находились могилы Пелопса и Тараксиппа.

4. Это место связано с культом Зевса, наиболее авторитетного греческого божества.

5. Олимпия была расположена в легкодоступном и защищенном месте.

6. Ввиду малочисленности жителей Пизы не грозила опасность, что в области отправления культовых обрядов они попытаются достичь политической гегемонии.

7. В эпоху расцвета игр Олимпия пользовалась поддержкой Спарты – одного из наиболее могущественных полисов.

В Олимпии к тому времени было построено пять стадионов. Два первых – древнего периода игр и ипподром для конных состязаний.

В 776 году до н.э. зафиксировано имя только одного победителя – Корибоса, атлета из города-полиса Элиды, который выиграл состязания по бегу.

На Олимпийских играх древнего периода не могли участвовать в состязаниях женщины, неполноправные граждане, варвары и те, против которых было возбуждено уголовное дело.

В преддверии проведения Игр прекращались все распри и войны. Никто не имел права вступить на территорию Олимпии с оружием. Нарушителя ждал суровый штраф – две мины серебром (около 27 кг чистого серебра). Но

страшней разорительного штрафа было проклятие, которое боги посылали на нарушителя олимпийского перемирия. Строгому наказанию подвергались и люди, оскорбившие путника, идущего на олимпийский праздник, их ждало отлучение от Игр на две Олимпиады!

Выступить на Играх – это была большая честь и ответственность. Каждый атлет должен был 10 месяцев готовиться дома и еще месяц тренироваться в Олимпии. Да не как-нибудь, а очень упорно. За будущими олимпийцами внимательно и строго наблюдали элладоники – судьи и распорядители Игр. Они не только отвечали за подготовку атлетов, но и следили за тем, чтобы места соревнований были в надежном порядке. Элладоники награждали победителей и налагали штрафы на провинившихся.

Программа Игр была интересной и разнообразной. На первых Олимпийских играх атлеты состязались только в беге на дистанции 192,27 м. Она называлась «стадий». От этого слова произошло и название «стадион». От столетия к столетию программа Игр пополнялась другими видами: прыжки в длину, метания, кулачный бой и борьба. Победители награждались венком из оливковой ветви. Самым трудным и популярным было пятиборье-пентатлон.

Методы подготовки и стиль состязаний определялись особенностями тогдашнего военного искусства и мистифицированными представлениями о физических возможностях человека.

Состязания по бегу проходили не по круговой дорожке, а по прямой туда и обратно между местом старта и находящимся в конце дистанции алтарем.

Вначале вся программа соревнований укладывалась в один день. Но постепенно, по мере того как Игры становились все более важным делом в жизни Греции, соревнования стали длиться пять дней. В храмах перед открытием Игр все участники давали олимпийскую клятву и приносили жертвы.

Римская эпоха принесла Олимпийским играм многонациональный характер, семь веков в Играх участвовали только греки, а затем в них получили право соревноваться атлеты из Сирии, Александрии, Вавилона и др.

Олимпийские игры проводились непрерывно 1170 лет. На эти соревнования спортсмены собирались 293 раза.

Признаки изменений в физической культуре в Афинах обнаружили уже в V в. до н.э. Именно тогда впервые оказалось поколебимым господство главной классовой базы Олимпизма – аристократии и его системы требований.

Все большее число городов начали нанимать за деньги атлетов, чтобы поддерживать ореол прежней славы. На 98-й Олимпиаде (388 г. до н.э.) разразился скандал, связанный с подкупом спортсменов. Обнаружилось, что соперники фессалийского кулачного бойца Евнола за различные денежные вознаграждения уступили ему дорогу к олимпийскому венку. Позднее подкуп получил широкое распространение. В обиход вошло новое понятие для обозначения участников соревнований. Теперь их стали называть атлетами (участвующие в состязаниях за вознаграждение). Появление и распространение христианской религии, борющейся против языческой веры и проповедовавшей аскетизм, повлекло за собой прекращение Олимпийских праздников. В 394 году Римский император Феодосий первым издал эдикт о запрещении Олимпийских игр. Спортсооружения были разрушены, а землетрясение стерло Олимпию с лица Земли. Идея Игр была предана забвению на 1000 лет.

Зарождение педагогической мысли в области физического воспитания. Вопросы физического воспитания в трудах Платона и Аристотеля

В Древней Греции происходит зарождение педагогической теории физического воспитания. В трудах древних философов и ученых – Платона, Аристотеля и др. – было вы-

сказано много ценных мыслей о физическом воспитании как составной части общего воспитания и образования.

Платон (427 – 347 гг. до н.э.) – представитель афинской аристократии, философ-идеалист – обосновывал теорию гармонического развития духовных и физических качеств рабовладельцев. Платон был сторонником спартанской системы воспитания со значительным расширением в ее рамках умственного образования. Большое внимание философ уделял воспитанию дошкольников, игры детей строились таким образом, чтобы они с малых лет привыкали к образу жизни взрослых. В соответствии с этим предписанные правила игр считались нерушимыми, исходя из того, что ребенок, который стремится к новому уже в играх, встав взрослым, не удовлетворится родительскими обычаями и законами. В своем труде «Государство» он говорит: «Хорошая гимнастика тоже будет простой, и прежде всего гимнастикой военной».

Платон высказывал ценные мысли о последовательности государственной системы воспитания, а также о том, что умственное и физическое воспитание даст положительный эффект тогда, когда молодежь будет вести воздержанный образ жизни с соблюдением правил гигиенического характера.

Аристотель (384 – 322 гг. до н.э.) – крупнейший ученый-философ, ученик Платона и воспитатель Александра Македонского. Считал, что тело и душа человека существуют неразрывно. Трех родам души (растительной, волевой и разумной) соответствуют три стороны воспитания: физическое, нравственное и умственное. Физическое воспитание предшествует умственному воспитанию. Аристотель, в отличие от Платона, порицал спартанскую систему воспитания за ее суровость и тяжелые упражнения. Он был против того, чтобы гимнастическому образованию придавали «атлетическое» направление, что, по его мнению, мешало ес-

тественному развитию детей. Аристотель справедливо считал, что «слишком усиленное и недостаточное занятие гимнастикой губит телесную силу, точно так же, как и недостаточная или излишняя пища и питье губят здоровье, в то время как пользование ими в меру рождает, сохраняет и увеличивает здоровье».

Развитие физической культуры в Древнем Риме. Особенности ее развития

История физической культуры в Древнем Риме, достигшем наивысшей ступени развития в эпоху Древнего мира, относится к числу наиболее противоречивых проблем истории культуры.

Римский господствующий класс не чувствовал жизненной потребности в том, чтобы активно заниматься спортом. Спорт вызывал интерес, но тех, кто участвовал в соревнованиях, презирали. Это связано с рядом причин.

1. Физическая подготовка юношей до 16 – 17 лет до службы в армии являлась задачей семьи. И только в IV в. до н.э. было создано учебное заведение под названием «лудус», где велась физическая подготовка. Это была попытка скопировать греческие учебные заведения.

2. Для народных масс Римской империи основным развлечением были бои гладиаторов и состязания колесниц.

3. Физические упражнения были средством удовлетворения личных потребностей и формой индивидуального развлечения.

4. Греческая гимнастика и агонистика, предназначавшиеся служить образцом, утратили свои ценности. Римляне не переняли из них ничего.

Древний Рим подарил миру классическую систему военно-физической подготовки, которую перенимали во многих армиях.

В римской армии существовала суровая высокоорганизованная система тренировки легионеров. Физическая подготовка римских воинов достигалась главным образом в процессе полевых учений и специально организованных занятий в лагерях, где воинов обучали выполнению тех упражнений, приемов, действий, которые применялись в боевых условиях. В систему подготовки легионеров включались бег по местности с преодолением препятствий, различные прыжки, в том числе и с подручными средствами, действия с холодным оружием и без него – рукопашная схватка, борьба, скалолазание, преодоление водных рубежей. Воины совершали марш-броски, продолжительные походы в полном боевом снаряжении, учились возводить укрепления, пользоваться осадными машинами и катапультами, что требовало большой физической силы и выносливости. Для обучения воинов применялись своеобразные тренажеры – штурмовые лестницы, чучела для фехтования, деревянная лошадь для обучения приемам верховой езды.

Физическая и духовная подготовка воинов были разделенными.

Каждому периоду истории существования Древнего Рима были присущи свои особенности развития физической культуры.

Царский период (VIII – VI вв. до н.э.).

Название этого периода обусловлено названием правящей верхушки в Древнем Риме, в этот период государством правили короли этрусков.

Приблизительно в VIII в. до н.э. Рим и окружающие его селения заключили союз городов, который имел общие храмы, предположительно здесь устраивались общие состязания, сопровождавшиеся ритуальными церемониями.

Спортивные игры были связаны с родовыми культурами, поклонением семейным божествам и почитанием предков,

с ритуалами, призванными обеспечить плодородие, успех в бою. В состязания входили бег, гонки колесниц, фехтование и борьба. Образ главного бога-покровителя, ритуал и сами игры с изменением соотношения сил приобретали постепенно все более «римский» характер.

По мере отмирания праздников, устраивавшихся союзом городов, стали устраиваться демонстрации военной силы. Постоянное место проведения конных скачек и состязаний колесниц в долине между Палантином и Авентином получило название «цирк». Здесь проводились троянские игры, устраивались боевые пляски.

Период республики (VI – I вв. до н.э.).

Этот период получил свое название в связи с тем, что в конце VI в. до н.э. власть этрусков ослабла, Рим прогнал последнего короля этрусков и стал республикой.

Во времена завоевательных походов менялся характер римской физической подготовки. Гимнастические традиции были начисто забыты и стали элементами военной подготовки.

Но тем не менее, граждане Рима не полностью предали забвению все формы физической культуры. Они занимались бегом, прыжками, упражнялись с гантелями, плавали. В сферистериях, построенных рядом с дворцами патрициев, проводились игры с мячом.

Наряду с представлениями в цирках в III в. стали устраиваться поединки гладиаторов. Вначале они являлись исключительно составной частью культа жертвоприношения усопшим. Со временем превратились в одно из средств борьбы за власть. Поскольку в этот период бои гладиаторов были самыми жестокими, то именно в этот период произошло восстание Спартака.

Бытовавшие в эпоху республики беспощадные методы подготовки (владелец – мясник) и постоянная боязнь смерти не раз приводила гладиаторов к восстанию.

Императорский период (71 г. до н.э. – 476 г. н.э.).

Название этого периода обусловила смена правления в Риме, теперь во главе государства встал император.

Физическая культура из средств военных баталий превратилась в предмет «заботы» императорской власти и стала носить репрезентативные функции.

Императоры строили громадные купальни, посреди которых размещались площадки для посетителей, где знатные римляне могли танцевать, бегать, бороться, поднимать тяжести, играть в мяч и настольные игры.

Император Август попытался возобновить троянские игры в цирке. Но только Доминициану удалось с 86 года возобновить Капитолийские игры.

Для удовлетворения потребностей народа в развлечениях после Колизея был построен цирк Максимус, трибуны которого в IV веке были расширены до 350 тыс. мест. В конце эпохи Римской империи продолжительность развлекательных представлений достигала 175 дней в году. Громадные цирковые сооружения и амфитеатры воздвигались не только в Риме, но и в Помпее, Капуе, Вероне и Сиракузах. В начале эпохи Римской империи поединки гладиаторов были оттеснены на задний план цирковыми представлениями и различными состязаниями.

Для того чтобы сделать народные зрелища разнообразными, арены крупнейших амфитеатров переоборудовали в бассейны, которые можно было заполнять водой, где устраивались затем всевозможные поединки на воде с участием судов. Обычно воспроизводились те или иные наиболее запомнившиеся морские сражения (в Саламисе), в ходе которых зрители могли полюбоваться тем, как в этом бою рабы душили друг друга и сталкивали в воду.

Римская знать, утратившая потребность в военно-физической подготовке в связи с наличием наемной армии, предавалась забавам и развлечениям, которые использовались для достижения своих целей, т.е. в борьбе за власть.

Место спорта в цирковых зрелищах, атлетических состязаниях и играх

Появившись в царский период, «цирк» особо развился в период республики. Цирковые состязания колесниц, символизировавшие круговое движение планет, обрели новое содержание: стали средствами развлечения знати и разорившихся, хлынувших в город народных масс, «античного пролетариата». А потому цель этих зрелищ теперь состояла уже не в том, чтобы оказать магическое воздействие на природу или в состязаниях публично продемонстрировать силу и ловкость, а в том, чтобы завоевать расположение народа.

Цирковые представления стали более жестокими, поскольку эстетические и этические запросы бездельничающего населения Рима притупились; оно жаждало крови и острых ощущений. Осторожничающих владельцев колесниц освистывали. Кумирами становились те профессионалы, которые не щадили себя для того, чтобы завоевать симпатии капризной публики.

Бои гладиаторов времен республики были намного жестче, чем во времена империи. Большинство гладиаторов выбрали этот путь, подчиняясь силе. Это были похищенные жители, военнопленные, осужденные преступники и т.д.

Пополнение гладиаторов обеспечивалось благодаря трем видам наказаний.

1. Осуждение мечом гладиатора. Такого осужденного выставляли против опытного гладиатора. Естественно, что победителем в этих поединках всегда выходил гладиатор, искусный фехтовальщик, опытный, владеющий приемами нападения и защиты боец.

2. Осужденного бросали к диким зверям. В этом случае осужденным давали примитивное оружие, чтобы поединок мог протянуться подольше.

3. Согласно приговору, осужденный зачислялся в школу гладиаторов. Эта форма наказания не означала обязательную смерть. После определенного количества боев гладиатор освобождался от обязанности участвовать в поединках. В знак этого ему вручался деревянный меч, и если он был рабом, он получал свободу.

Почему же популярность поединков гладиаторов вытеснила в период республики театральные и цирковые представления? Поединки оказывали огромное психологическое воздействие на суеверных римлян тем, что в их представлении с помощью чужой пролитой крови они могут покончить с губительной властью покойных. Поединок должен был означать, что народ также привлекается к оправданию публичного правосудия над осужденными и мошенниками. Захватывающие поединки полностью удовлетворяли массовые потребности той эпохи в развлечениях и зрелищах, а также приучали юношей-римлян безразлично относиться к смерти, не быть чувствительным к человеческим страданиям.

Судя по описаниям, в императорский период хорошо обученные всадники на колесницах и гладиаторы пользовались огромной популярностью. Зрители одаривали любимцев дорогими подарками. Сам император не раз дарил дорогой кубок, наполненный золотыми монетами отличившимся. А император Нерон подарил одному из победителей дворец и землю.

В грубых и неотесанных гладиаторах женщины видели воплощение мужественности. Художники прославляли их, изображали на мозаиках, керамических плитах и вазах. Славе гладиаторов завидовали даже амазонки и в погоне за известностью, к немалому удовлетворению зрителей, участвовали в поединках в смешанных парах вместе.

Иная участь была у побежденных. Служители амфитеатра подбегали к поверженным, постукивали их молотками по лбу, и не найдя в них ни малейших признаков жизни,

крючками выволакивали с арены, затем наспех переворачивали окровавленный песок, посыпали арену свежим, и под приветственные крики толпы на арену выходила новая пара.

Физическая подготовка в гладиаторских школах

Профессиональные гладиаторы обучались в специальных школах. Вплоть до конца существования Римской республики открытие и содержание таких школ было частным делом любителей. Первая из известных нам школ была открыта в Капуе, и этот город долгое время оставался центром подготовки гладиаторов для всей страны. Впоследствии подобные школы возникли в Риме, Помпеях, Пренесте. Позднее, когда императоры решительно прибрали к рукам гладиаторские игры, их собственностью стали и ведущие тренировочные центры Империи.

Но наряду с государственными продолжали существовать и частные школы. Остатки гладиаторских школ найдены при раскопках в Риме и Помпеях. Раскопки Помпейской школы позволяют видеть около сотни маленьких комнат-шек без окон, выходивших во внутренний двор, где целый день шли занятия. Жили гладиаторы по двое в голых каморках размером 3 – 4 м².

Руины самой большой из известных нам гладиаторских школ были обнаружены итальянскими археологами при раскопках Рима. В древности она так и называлась – «Большая школа», при ней имелась собственная арена с ложей для императора и множеством мест для его гостей и друзей. Считалось очень почетным получить приглашение на тренировки императорских гладиаторов. Сама казарма, где жили ученики, была разделена на хорошо изолированные помещения – отдельные хранилища для разных видов вооружения. Большая школа готовила до 2000 гладиаторов в год.

Гладиаторские школы были заведениями, дававшими работу и хлеб огромному числу людей. Кроме учителей, в

них работали повара, массажисты, лекари, оружейники, управляющие, тюремщики, охранники.

Занятия в школах проходили следующим образом: начинающие под присмотром тренеров сражались на палках и деревянных мечах, затем переходили на тупое оружие и лишь после этого к тренировкам по правилам настоящей арены.

Новичок, еще неопытный в обращении с оружием, тренировался в нанесении ударов по деревянному столбу или соломенному чучелу. Лишь после того, как он приобретал необходимые навыки, против него выставляли опытного бойца. Его обучали тому, как пользоваться щитом или наручнем для отражения атаки, как парировать выпад противника и ловко уклоняться от его неожиданного укола. Во время этих тренировочных боев оба, учитель и ученик, сражались на палках или на деревянных мечах. Затем начинались настоящие бои. Все, чему гладиатор-новичок обучился как бы в игре, теперь ему приходилось проделывать с настоящим оружием. При этом тренеры сознательно давали воспитанникам предельную нагрузку, заставляя сражаться оружием куда более тяжелым, нежели то, с которым им предстояло выступать на арене. Именно такие тяжелые мечи были обнаружены при раскопках Помпейской школы гладиаторов.

На занятиях от учеников требовалось строжайшее соблюдение дисциплины. Настоящий гладиатор не смел даже поморщиться, когда противник размахивал оружием прямо перед его лицом. За малейшую провинность ученика беспощадно наказывали: секли, сажали на цепь, а в особых случаях даже прижигали каленым железом.

Кризис рабовладельческого общества и упадок рабовладельческой системы физического воспитания

В период упадка Римской империи стадионы и цирки стали местом, где начинались народные восстания.

В 529 году на стадионе Неаполя прошла целая серия восстаний, которые были направлены против засилья христианской церкви и новых форм угнетения. Юстиниан, чтобы предотвратить распространение волнений, закрыл все древние учреждения физической культуры, за исключением византийского ипподрома, и афинского гимнасия, наиболее авторитетных в то время.

Своеобразное развитие физической культуры в Древнем Риме представляет собой ценный опыт в истории физической культуры. Она зарождалась как ритуальное обрамление военных упражнений. В эпоху республики превратилась в арену политической борьбы. Стала фактором, с помощью которого можно было разобщить народные массы, столкнуть их между собой, т.е. служила своего рода буфером между рабами и господствующими классами. В начале эпохи в качестве одной из разновидностей народных зрелищ помогала создавать божественный культ императоров. В конце эпохи империи существовала как средство наживы, а затем снова стала ареной политической борьбы. Центральная власть – предвестник феодального общественного строя – положила конец физической культуре как одному из институтов, который уже не способствовал укреплению власти, а представлял для нее определенную опасность.

2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СРЕДНИЕ ВЕКА

Особенности развития физической культуры в этот период

Развитие физической культуры в средние века необходимо рассматривать в соответствии с особенностями феодального строя. К ним относят следующее.

1. Основой новых государственных образований являлось натуральное хозяйство.

2. Феодалное общество делилось на два основных класса – феодалов и крестьян, ремесленников-горожан.

3. Господствующими сословиями при феодализме являлись светские феодалы (рыцари) и духовенство.

4. В этот период в жизни общества огромную роль играла католическая церковь. Она занимала ведущее положение в области воспитания и образования.

Католическая церковь способствовала укреплению феодального строя, всячески поощряла систему воспитания дворянства, физическую подготовку рыцарей, но запрещала заниматься физической культурой крестьянам и ремесленникам.

Несмотря на королевские и церковные запреты, народ продолжал развивать свою систему гимнастических упражнений. Многие физические упражнения освободились от элементов ритуального характера и легли в основу современного европейского спорта (открылся простор для развития личности и зарождения в спорте нового течения, базирующегося на достижении высоких результатов).

Физическое воспитание светских феодалов (рыцарей), рыцарские турниры

Нормы физического воспитания у рыцарей определялись высокими физическими требованиями, необходимыми для жизни феодалов, связанной с междоусобицами и военными действиями. Рыцари должны были уметь: ездить верхом, плавать, охотиться, стрелять из лука, играть в шахматы, искусно фехтовать, читать стихи, знать основные танцевальные движения.

Рыцари облачались в железные доспехи, на вооружении у них были тяжелые мечи, щиты, копья, пики, лук. В верховой езде для рыцаря, закованного в латы, очень важно было уметь сохранять равновесие, основы которого отрабатыва-

лись на деревянной лошади. Во время плавания на лошади всадники использовали бурдюки и вязанки хвороста, чтобы не утонуть. Для того чтобы научиться стрельбе из лука, сначала учились пользоваться арбалетом.

Помимо физической подготовки феодалы должны были соблюдать семь рыцарских добродетелей. Прежде всего, они должны были быть верны церкви и своему учителю – королю или сюзерену; обладать личной храбростью; соблюдать правила рыцарских поединков; свято чтить данное слово; быть великодушным к слабым; обязательно благородно относиться к дамам, кроме крестьянок и женщин из городских сословий.

Рыцарский титул не передавался по наследству, а присваивался. Поэтому воспитание детей было организовано следующим образом. До семи лет дети воспитывались в семье. В семь лет их отправляли на обучение к крупному феодалу-сюзерену или королю. До 14 лет они помогали по хозяйству и исполняли роль пажей, осваивали рыцарский этикет и занимались физическими упражнениями. С 14 лет пажей производили в оруженосцы, вручали меч и шпоры, и до 21 года они занимались исключительно военно-физической подготовкой. Учение завершалось посвящением в рыцари.

Акту посвящения в рыцари предшествовали воздержание, исповедь, принесение жертвы. В назначенный день кандидаты в рыцари подвергались испытаниям, заключавшимся в том, что нужно было на полном скаку проколоть копьем подвешенное соломенное чучело. Двое поручителей подтверждали его добропорядочность, происхождение и наличие собственности, затем давалась клятва. После церемонии кандидат получал шлем, щит, меч, рыцарский пояс и золотые шпоры и становился членом рыцарского ордена.

Воспитание дочерей феодалов проходило значительно скромнее, в подростковом возрасте их посылали к рыцарю

или родственнику, где они обучались кроме игр и танцев основам верховой езды, соколиной охоте и стрельбе из лука.

В целях проверки военно-физической подготовленности рыцарей проводились рыцарские турниры. Они делились на массовые (бухурды) и одиночные (жут или тьест). Массовые турниры проходили на больших площадках и воспроизводили картину военных действий. Одиночные турниры представляли собой поединок двух рыцарей на копьях. Турниры проводились по разным поводам: рождение сына, победа в бою, женитьба рыцаря, день рождения феодала. Перед началом одиночного турнира рыцарь давал клятву, что он готов отдать «жизнь королю, сердце даме, а честь себе». Наибольшего развития турниры достигли во времена крестовых походов.

С середины XIV века рыцарей учили тактическим и техническим элементам поединка пеших воинов.

Появление пороха, а также наемной армии (ландскнехтов) привело к упадку рыцарской системы физического воспитания. К этому времени образовались крупные абсолютистские монархии, оформилось дворянство как опора королевской власти, и место рыцарского воспитания заняла дворянская система воспитания, которая ставила перед собой цель подготовить не воина, а выработать у дворян внешний лоск, подчеркивающий их благородное происхождение.

Физические упражнения и игры в быту, трудовой и военной подготовке народа

У сельского населения было мало свободного времени для занятий физической культурой, к тому же церковь запрещала народу заниматься физическими упражнениями, стремясь ликвидировать остатки языческой античной физи-

ческой культуры, проповедовала аскетизм, а заботу о теле, физическое развитие считала грехом. К физическим упражнениям сельского населения можно отнести народные игры. Игры сельского населения, включая традиционные состязания, формировались под влиянием местных обычаев. Победители в играх завоевывали авторитет и признание. Сильнейшие в деревне метатели камней, самые выносливые танцоры, ловкие охотники и борцы получали всеобщее признание, материальное поощрение и социальные привилегии. В состязаниях девушек можно было увидеть мотивы возможного выбора супруга, так как о женщинах судили лишь по их мужьям.

Физические упражнения в этот период были разнообразными – борьба, метание камней, бег, борьба с палками, бег на коньках, скачки, танцы, разнообразные игры с битой, лаптой, чучелами. Решающее слово в определении победителей было за общиной.

Интересный пример «массового футбола», который своими корнями уходит в языческие обычаи «изгнания дьявола», что и вызывало к нему отрицательное отношение со стороны церкви. Суть этого обычая состояла в том, что в какой-то определенный день в конце зимы или весной можно было избавиться от опасности, исходящей от порчи, эти «опасности» (накопившийся за зиму мусор, куски материи и т.п.) запихивали в кожаный узел-«мяч» и вытаскивали из деревни. С этой целью в конце праздника Масленицы или в Вербное воскресенье все жители от мала до велика, изгоняли «мячи» за пределы деревни. Там их уже поджидали аналогично мыслящие жители соседней деревни. И те и другие старались как можно дальше отогнать от своих земель зло, олицетворенное в «мяче», еще до того, как он порвется, что и приводило к своего рода состязанию.

Несмотря на своеобразные черты и особенности, народная физическая культура средневековья не была замкнутой системой. Сословные различия и обычаи феодализма про-

никали и в мир детских игр, хранящий традиции прошлого. Об этом свидетельствуют игры с салками, где водящего выбирали с помощью считалки «император – король – епископ – дворянин – горожанин – крестьянин – гусяр – нищий». Игры «Взятие крепости», «Король, дай солдата», «Третий лишний» напоминают об обычаях взимания пошлины на мосту, границе владения и т.п.. А игры с «всадниками», взятием «пленных» и «выкупа» – об обычаях рыцарства.

Физическая культура горожан. Стрелковые и фехтовальные общества

В общих чертах физическая культура городских жителей мало чем отличалась от физической культуры сельских жителей, так как не было разделения между ремеслами и сельским хозяйством. Но с ростом городов как центров ремесла и торговли возникла необходимость в их обороне от набегов и поборов феодалов-рыцарей. С этой целью стало создаваться городское ополчение. Начиная с X в. сложились благоприятные возможности для формирования специфических видов упражнений, необходимых для обороны города.

Для тренировки во владении оружием образовались организованные общества стрелков из лука и фехтовальные школы. Герб первого городского фехтовального общества был освящен в соборе Гепта в 1042 году. А на состязаниях лучников в 1399 году в Турнуа были представлены 30 городов и 16 деревень.

В Венеции и др. речных городах проводились схватки «джуоко дель понте» (игра на мосту) за символический захват моста.

Особенно любили горожане соревнования по случаю праздников весны, завершения сбора урожая и проводов

зимы, на которых проходили различные состязания, кулачные бои, а также выступали канатоходцы и акробаты.

Большую роль в развитии физической культуры горожан играли зародившиеся еще в древние времена зрелища – поединок с животными, бои быков в Испании и Южной Франции.

В условиях позднего средневековья народное ополчение было ликвидировано в связи с появлением в городах наемного войска. Но стрелковые и фехтовальные братства сохранились, превратившись в клубы, где проводили свой досуг зажиточные горожане, ремесленники и подмастерья не имели возможности их посещать из-за недостатка средств. Среди ремесленного люда широкое распространение получили многочисленные народные игры, особенно с мячом, из которых впоследствии зародились современные спортивные игры – футбол, теннис, гольф, крикет, поло, керлинг. Средневековым горожанам-ремесленникам мы обязаны происхождением физических упражнений, связанных с их трудовой деятельностью, таких как метание молота, толкание ядра и других. В городах стали строиться дома для игр в мяч, спортивные площадки, налажился выпуск игрового инвентаря, соревнования стали регламентироваться договорными правилами. Все это свидетельствовало о зарождении в средневековых городах элементов современного спорта.

Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения

В период позднего средневековья в недрах феодализма стали зарождаться капиталистические отношения. Развитие производства привело к мощному подъему всех отраслей наук, особенно естественных и педагогических. Рождались новые взгляды на место человека в обществе, его духовное

и физической воспитание, противостоявшие церковной идеологии аскетизма и устремления в загробный мир. Проповедниками новой идеологии являлись гуманисты («гуманус» – человеческий). Они проповедовали идеи воспитания здоровых, жизнерадостных людей, практически приспособленных к жизни.

Витторино да Фельтре (1378 – 1446) – представитель раннего итальянского гуманизма. В Мантуе он открыл школу, именовавшуюся Домом радости. Здесь им применялись новые методы воспитания, основанные на гуманистических принципах. Большое значение в школе придавалось сочетанию умственного, эстетического и физического воспитания. Дети занимались верховой ездой, борьбой, разнообразными играми и танцами. В отличие от других средневековых школ занятия физическими упражнениями проводились на свежем воздухе. Фельтре не допускал телесных наказаний.

Иероним Меркуриалис (1530 – 1606) в сочинении «Об искусстве гимнастики» описал возникновение и развитие физических упражнений и классифицировал их по трем группам: лечебные («истинные»), военные («жизненно необходимые»), атлетические («ложные»). Он осуждал излишества в пище, вине, сне, рекомендовал плавание и имитацию боя с тенью. Меркуриалис призывал воспитывать у молодежи средствами физической культуры изящные манеры и нравственные качества.

Франсуа Рабле (1494 – 1553) – один из наиболее ярких представителей французского гуманизма и педагогической мысли эпохи Возрождения. Получив типично средневековое, схоластическое образование в монастырских школах, он увлекся естественными науками, окончил медицинский факультет.

Священник, врач и профессор анатомии, Ф. Рабле получил широкую известность как автор романа «Гаргантюа и Пантагрюэль».

В своем романе Ф. Рабле отразил эпоху французского Возрождения и представил схоластическую средневековую школу как «готический и варварский туман, временно окутавший человечество». В его произведении феодалы – невоспитанные забияки, ненасытные обжоры и пьяницы. О популярности его романа свидетельствует тот факт, что за два месяца было продано книг больше, чем библий за девять лет.

Ф. Рабле описал образец идеального общежития – «Телемскую обитель», имевшую бассейн, баню, стадион и др. Он рекомендовал следующие упражнения: пересаживание с коня на коня, фехтовать кинжалом и мечом, рапирой и шпагой, плавать разными способами и др. Рабле восхищается силой и ловкостью воспитанников школы, так как физическое воспитание в школе занимало равноправное место наравне с другими предметами.

Томмазо Кампанелла (1568 – 1639) – один из наиболее ярких представителей раннего утопического социализма. С юности, стремясь к науке, он в возрасте 15 лет вступил в монашеский орден доминиканцев и посвятил себя изучению философии и богословия. В социально-политических воззрениях Т. Кампанеллы центральное место занимает идея создания единого мирового государства, что должно было привести к устранению всех конфликтов между людьми и установлению мира и счастья на земле.

В течение 27 лет Т. Кампанелла был заточен в тюрьме за участие в заговоре против испанского господства. Находясь в заключении, Кампанелла написал сочинение «Город Солнца». В нем он изображал идеальное государство, где нет частной собственности, где все одинаково трудятся, имеют возможности заниматься науками и искусствами.

Значительное место в книге занимает описание воспитания детей в городе Солнца. По мнению Кампанеллы, оно должно быть организовано так, чтобы у детей была воз-

возможность развивать как физические, так и умственные способности.

Кампанелла указывал, что умственное образование должно сочетаться с физическим и нравственным воспитанием, с участием детей в труде, с обучением различным профессиям. Следует подчеркнуть, что начальное обучение детей в государстве Солнца основано на наглядности, которую Кампанелла ценил очень высоко. Дети приобретают элементарные знания о всех вещах и явлениях во время прогулок, рассматривая нарисованные на стенах города картины, на некоторых изображены геометрические фигуры, животные, растения, орудия труда и т.п.

Т. Кампанелла мечтал о том, чтобы мужчины и женщины были равноправны, освобождены от тяжелого физического труда, дети с двух лет занимались физическими упражнениями, он описал физические упражнения и рекомендовал правила нравственной гигиены и здорового режима «соляриям» – жителям города Солнца.

Ценным вкладом в развитие гуманистических идей физического воспитания явилась деятельность крупнейшего славянского мыслителя и педагога Я.А. Коменского.

Ян Амос Коменский (1592 – 1670) – крупнейший чешский педагог. После окончания латинской школы и университета в Германии был проповедником, а потом и главой своей религиозной общины. Занимался педагогической деятельностью в различных странах Европы, писал учебники. Благодаря своим учебникам Я. Коменский стал знаменит еще при жизни, по ним учились во всем мире, включая и Россию. Он был основоположником педагогики Нового времени. В его теоретических трудах по вопросам обучения и воспитания детей («Материнская школа», «Великая дидактика», «Новейший метод языков», «Пансофическая школа» и др.) рассмотрены все важнейшие педагогические проблемы.

Отличительной чертой педагогических воззрений Коменского было то, что он рассматривал воспитание в качестве одной из важнейших предпосылок установления справедливых и дружественных отношений между людьми и народами. Эта идея проходит красной нитью через его главный труд «Всеобщий совет об исправлении дел человеческих», одну из частей которого он назвал «Пампедией» – «Всеобщим воспитанием», где развивает мысль о том, что воспитание и образование человека не заканчивается после выхода из школы. Школьное воспитание и образование должно готовить юношество к будущему самовоспитанию и самообразованию.

Я. Коменский пришел к пониманию необходимости развития физического воспитания.

В его работе «Великая дидактика» рассматривались вопросы воспитания детей дошкольного возраста и подготовки подрастающего поколения, признавалось то, что правильно выбранные и дозированные физические движения не только помогают сохранению здоровья, но и способствуют преодолению усталости, связанной со школьными занятиями. В связи с введением в школах расписания уроков Коменский предложил, чтобы более длительные перемены и часть послеобеденного времени использовались педагогами для занятий физическими упражнениями, тренировок и воспитательной работы.

Большое внимание уделял формированию системы физических упражнений. Среди подвижных игр выделял полезные, которые дополнял военной подготовкой – бегом, прыжками, борьбой, плаванием и попаданием копьем в кольцо. На основе выдвинутых Коменским идей в учебных заведениях внедрялась система гуманистических ценностей, этики физического воспитания, которая в измененном виде со второй половины XIX в. оказала влияние на разработку норм проведения соревнований, теперь уже нацеленных на достижение высоких результатов.

Из научных исследований, оказавших большое влияние на развитие физической культуры, важны были работы по анатомии и биомеханике Леонардо да Винчи (1452 – 1519), по анатомии – Андреа Везалия (1514 – 1564) и физиологии – Уильяма Гарвея (1578 – 1657). Их труды стали фундаментом для развития естественнонаучных основ физического воспитания.

3. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В НОВОЕ ВРЕМЯ

Эпоха становления и развития капитализма от первых буржуазных революций XVII в. до Октябрьской революции 1917 г. называется в истории Новым временем.

В Новой истории выделяют два периода: первый – от английской буржуазной революции 1640 г. до Парижской коммуны 1871 года; второй – от Парижской коммуны до Октябрьской революции 1917 года.

3.1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПЕРВЫЙ ПЕРИОД НОВОГО ВРЕМЕНИ (с XVII в. до 1871 года)

Особенности развития физической культуры в странах Западной Европы после буржуазных революций XVII – XVIII веков

Буржуазные революции XVII – XVIII веков подорвали основы феодального строя и обеспечили победу и утверждение капитализма. Это привело к ускоренному промышленному и культурному развитию стран Европы и Америки. В результате промышленного переворота, успехов, достигнутых в военном деле, культуре, науке и искусстве, прогресс был заметен также в области физического воспитания и спорта. Буржуазия, будучи на данном этапе новой истории классом прогрессивным, нуждалась в людях, способных укреплять ее военное и политическое господство. Для

этого требовались сильные, настойчивые, предприимчивые люди. Чтобы воспитывать таких людей, буржуазия создает ряд новых передовых для своего времени средств, форм и методов общего, и в том числе и физического воспитания.

Развитие теоретических основ физического воспитания

Наибольшее влияние на развитие буржуазной теории и практики физического воспитания оказали педагогические взгляды Дж. Локка, Ж.-Ж. Руссо, И. Г. Песталоцци.

Дж. Локк (1632 – 1704) – выдающийся английский философ-материалист и педагог. Он жил в ту историческую эпоху, когда борьба между молодой буржуазией и старым дворянством завершилась в Англии классовым компромиссом – установлением конституционной монархии, сторонником которой был Локк.

Категорический отказ от традиционной точки зрения на врожденность человеческих идей и представлений, защита сенсуалистической теории познания, большое внимание к эмпирической психологии позволили Дж. Локку разработать интересную педагогическую систему, оказавшую очень большое влияние на дальнейшее развитие педагогики.

Отрицая врожденность идей, философ очень высоко оценивал роль воспитания, которое должно подготовить человека к жизни. Характерная особенность педагогической теории Локка – утилитаризм: руководящим принципом воспитания он считал принцип полезности. Отсюда у него большое внимание к физическому развитию детей, забота об укреплении их здоровья. Так как Локк имел в виду воспитание «джентльмена», он большое значение придавал выработке изящных манер, навыков вежливого поведения. Главной задачей нравственного воспитания Локк считал

выработку твердой воли, умение сдерживать неразумные желания. Воспитание должно приучить человека управлять собой.

Свои педагогические взгляды Локк изложил в книге «Мысли о воспитании» (1639). Физическое воспитание он рассматривал как цель в достижении здорового духа в здоровом теле, что помогает человеку достичь личного благополучия. Локк был сторонником жесткого режима, закаливания организма и здорового воспитания. Он рекомендовал легкую и удобную одежду, простую пищу, много воздуха и солнца, многочисленные физические упражнения: плавание, фехтование, верховую езду, гребное и парусное дело. Задачи воспитания видел в развитии воли, нравственной дисциплине, выработке характера.

Ж.-Ж. Руссо (1712 – 1778) – наиболее выдающийся мыслитель-педагог XVIII столетия.

Руссо является основоположником теории естественного, свободного воспитания, соответствующего законам физического, умственного и нравственного развития детей.

Систематические педагогические идеи Руссо изложены в его романе «Эмил, или О воспитании», где сделана попытка наметить возрастную периодизацию развития ребенка и соответствующие каждому периоду задачи, содержание и методы воспитания и обучения ребенка.

Педагогические идеи Руссо пронизаны идеями гуманизма и демократизма, глубокой любовью к ребенку, заботой о его всестороннем развитии. Он выдвинул требование активизации методов обучения детей с опорой на их личный опыт, необходимости систематической трудовой подготовки. Она, с одной стороны, должна вооружать детей полезными практическими умениями и навыками, а с другой – способствовать формированию положительных нравственных качеств.

Руссо рекомендовал обращать внимание на физическое воспитание детей до 12 лет. Закаливать тело, приобретать

умения и навыки – все это должно, по мнению Руссо, достигаться свободой движений, играми, купанием в холодной воде; для повышения интереса к занятиям нужно использовать соревновательный метод. Его идеи способствовали созданию новых методов и форм физического воспитания, отвечающих интересам нарождающегося буржуазного общества.

Если Руссо высказывал много прогрессивных суждений о воспитании мальчиков, то в отношении воспитания девочек он придерживался в основном традиционной точки зрения. Главная функция женщины, на его взгляд, быть женой и матерью, ей не нужно давать широкого научного образования, но надо заботиться, о ее физическом развитии, эстетическом воспитании, приучать к ведению домашнего хозяйства.

И. Песталоцци (1746 – 1827) – крупнейший швейцарский педагог, теоретик народной школы, оказавший огромное влияние на развитие педагогической теории и школьной практики во многих странах мира.

Главные надежды возлагал на правильно организованное воспитание и обучение детей, на единство умственного, нравственного и физического воспитания в сочетании с подготовкой к труду. Свою педагогическую теорию он выводил из основной цели воспитания, которую усматривал в развитии всех природных способностей ребенка с учетом его индивидуальных особенностей и возраста.

Разрабатывая проблемы дидактики, Песталоцци выдвинул плодотворную идею элементарного образования, согласно которой дети в процессе обучения и воспитания должны усваивать основные элементы знания, морали, приемов труда. Можно сказать, что Песталоцци тем самым сделал попытку поставить и решить одну из важнейших дидактических проблем – проблему отбора содержания образования, которое должно постепенно усложняться, со-

ответствуя ступеням индивидуального и возрастного развития детей.

Большая заслуга Песталоцци состоит в развитии принципа наглядности обучения, в стремлении связать чувственное восприятие с развитием мышления. Важнейшей задачей обучения Песталоцци считал развитие логического мышления, познавательных способностей, умения логично и последовательно излагать свои мысли, формулировать понятия.

Песталоцци стремился к тому, чтобы дети бедняков могли получить физическое, умственное и нравственное воспитание. Физическое воспитание включало в себя поднятие тяжестей, борьбу, бег, метание и т.д. Песталоцци делил все упражнения и игры (в зависимости от движений в суставах) на элементарные (движения в суставах плеча, бедра и т.п.) и сложные (бег, прыжки, метания, лазанье, плавание, верховая езда, танцы и игры). Разработанная им система упражнений получила название суставной гимнастики Песталоцци.

**Место физического воспитания в новых школьных системах (филантропиях). Деятельность
Г. Фита, И. Гутс-Мутса**

Под влиянием идей передовых педагогов и просветителей физическое воспитание занимает свое место в школьных системах воспитания и образования. Появляются школы нового типа – филантропии (филантроп – человек, занимающийся благотворительной деятельностью). Первая школа открылась в Дессау (Германия) в 1774 году, преподавание строилось на основе сочетания умственного и физического воспитания. Филантропии – классово-сословные школы. В них обучались ученики трех категорий: академики – сыновья из знатных семей, педагоги – вы-

ходцы из средних слоев – будущие учителя, фамулянты (слуги) – дети простого люда.

Учителя этих школ использовали физические упражнения, известные им из разных источников, а некоторые даже писали книги, обобщая в них собственный практический опыт и то, что им удавалось узнать из книг. Наиболее известными из этих учителей были Герхарт Фит (1765 – 1836) и Иоганн Гутс-Мутс (1759 – 1839).

Спортивные увлечения (фехтование, верховая езда) Г. Фита, его умение мыслить научно, а также знание языков помогли ему создать двухтомное произведение «Опыт энциклопедии физических упражнений» (1794). Это была новаторская научная работа, в которой Г. Фит сделал попытку обобщить опыт развития физических упражнений.

Первый том представлял собой историческое исследование. Основное место в нем занимал рассказ о физической культуре в Древней Греции, в частности описание Олимпийских и других общеэллинских игр. Важную роль в развитии физической культуры автор отводил средневековым рыцарским турнирам, испанским корридам, английским скачкам и боксу, практическому опыту системы обучения в Дессау.

Второй том посвящен изложению современных Г. Фиту виду физических упражнений. Автор дает определение физическим упражнениям, под которыми подразумевает «движение и использование силы с целью совершенствования тела». При этом он подчеркивает необходимость повторения физических упражнений. Г. Фит делил все упражнения на пассивные и активные. Активные упражнения связаны с простыми движениями тела: ходьба, бег, прыжки, плавание, танец или совершаются при помощи посторонних предметов – поднятие тяжестей, стрельба, борьба, фехтование, верховая езда. Г. Фит не только анализировал воздействие специальных движений на тело человека, но и описал их технику.

Заслуга Г. Фита заключалась в том, что он, обобщив опыт, подверг теоретическому анализу все физические упражнения. Среди них были упражнения на деревянном коне и других снарядах, простейшие движения отдельными частями тела и ручной труд. Таким образом, Г. Фит не создал законченной системы гимнастики, но подготовил материал для нее. Наибольшую ценность в его трудах представляют описание техники гимнастических упражнений и методические указания для их проведения.

Гутс-Мутс работал почти одновременно с Фитом, но в другом филантропине. Фундаментом для работы Гутс-Мутса послужили античная гимнастика, рыцарские искусства, детские подвижные игры, народные игры сельского населения, искусство акробатов. Основу его гимнастической системы составили главные виды греческого пятиборья: бег, прыжки, метание диска и копья и борьба. Большое внимание он уделял режиму учеников, их подготовке к упражнениям. В его трудах «Гимнастика для юношества» (1804), «Гимнастическое руководство для сынов отечества» (1817) и др. есть подробное описание спортивных площадок и беговых дорожек, для которых он вводит древнегреческое название «стадион». Гутс-Мутс широко применял различные снаряды для лазанья, каменные и железные шары, диски для метания. Многие упражнения выполнялись по команде всей группой. Большое значение придавалось гимнастическим играм и строевым упражнениям.

Причины возникновения и развития национальных систем физического воспитания в начале XIX века в Германии, Швеции, Франции

Процесс формирования национальных систем физического воспитания проходил в начале XIX века на основе развития капиталистических общественно-экономических отношений, политики, идеологии и культуры буржуазии.

Рост промышленности, науки и техники, военного дела привел к необходимости улучшения всего дела воспитания и образования молодежи. Это явилось одной из главных причин возникновения гимнастических и спортивно-игровых систем физического воспитания. Влияние на этот процесс оказали исследования врачей, анатомов, гимнастов, физиологов и педагогов, призывавших использовать физические упражнения и закаливание организма в целях улучшения физического развития молодежи.

Гимнастические системы преимущественно создавались в странах континентальной Европы (Германия, Швеция, Франция). Это было обусловлено особенностями их политического и военного развития. Наполеоновские войны начала XIX века, с применением массовых армий требовали большого количества физически подготовленных резервов. Занятия гимнастикой давали возможность обучать конкретным двигательным навыкам, соответствующим тактике ведения боя того времени, а также четкому выполнению строевых команд.

Немецкая система гимнастики

Основателями немецкой системы гимнастики были Йоганн Гутс-Мутс, Фридрих Ян, Адольф Шписс. Основу этой системы составляли упражнения на гимнастических снарядах (перекладина, брус, конь, лестницы, шесты и т.п.), военно-игровые упражнения, туризм, экскурсии. Главной целью считалось развитие двигательных способностей, сложных движений, выносливости, воли и дисциплины.

Фридрих Ян (1778 – 1852) в 1811 году на лугу Хазенхайде под Берлином устроил площадку для гимнастики и приступил к работе. Молодежь по его руководством занималась физическими упражнениями на гимнастических снарядах и одновременно слушала беседы патриотического характера. Ян называл свою систему «турнкунст» – искус-

ство изворотливости (сокращенно – турнен), и учеников называл турнерами. Он составил перечень упражнений на гимнастических снарядах, перекладине, брусьях и коне, которые сводились к многократному повторению отдельных элементов-подъемов, оборотов, махов и т.п.

Ф. Яном было подготовлено 2 тыс. гимнастов. По его примеру в других городах стали появляться идентичные школы. Прусское правительство, пытаясь приостановить неблагоприятное для себя течение, в 1819 году запретило физическое воспитание в школах и гимнастические занятия взрослых на открытом воздухе. Яна поместили в крепость (выпустили в 1825 г.). Запрет на занятия гимнастикой продлился с 1820 по 1842 год. В 1842 году королевским указом был снят запрет на комплекс упражнений Яна.

Систему Яна применительно к школе развил швейцарец Адольф Шписс (1810 – 1858) и дополнил упражнениями с ручными снарядами, перестроениями, висами и упорами. Ему помогал Эрнст Эйзелен, разработавший методику преподавания и изготовивший наглядные таблицы. Система Яна – Эйзелена – Шписса состояла из:

- 1) порядковых упражнений;
- 2) вольных упражнений;
- 3) упражнений со снарядами – подвижными и неподвижными;
- 4) массовых упражнений;
- 5) игр.

Теоретики немецкого турнена причисляли к гимнастике все области физической культуры. С особой охотой они занимались прыжковыми видами атлетики. Однако остальные виды физических упражнений – атлетика, гребля, бег на коньках, велоспорт – развивались совершенно в иных условиях и по другим законам, нежели двигательный материал гимнастики. Поэтому во второй половине XIX века поклонники этих видов постепенно покинули ряды гимнастического движения.

Шведская гимнастическая система

Шведская гимнастическая система создавалась по инициативе правительства, поручившего ее разработку Перу Хенрику Лингу (1776 – 1830). По его предложению в 1813 году в Стокгольме был открыт гимнастический институт, существующий и поныне. Основная цель шведской гимнастики – укреплять здоровье молодых людей, гармонически развивать их тело, готовить к военной службе. Все упражнения, в зависимости от их целей и назначения, подразделялись на педагогическую, военную, врачебную, эстетическую гимнастику. Пер Линг установил зависимость формы движений от анатомического устройства тела и по этому признаку классифицировал гимнастические упражнения. Они включали упражнения для рук, ног, брюшного пресса, спинных и боковых мышц туловища и др.

Концепция П. Линга основывалась на том, что физическое воспитание должно строиться исключительно на знаниях, подтвержденных анатомией и биологией. Его свод правил – каждое занятие – замкнутое единство. Оно начиналось с разминки. Основная часть посвящалась элементам повышенной интенсивности с удержанием положений, способствующих развитию силы. Завершалось занятие привычными упражнениями на расслабление.

Узко понимая физиологическую полезность физических упражнений, он исключил упражнения, которые считал вредными для организма, отгораживал от сложных форм двигательного материала спорта.

Работу отца продолжил его сын Ялмар Линг (1799 – 1881). Он подробно описал технику выполнения упражнений, предложил методику преподавания, разработал структуру урока гимнастики. Урок состоял из 14 – 16 серий точно выполняемых упражнений для отдельных частей тела в сочетании с упражнениями в равновесии, ходьбе, беге и

дыхательными упражнениями в конце урока. Нагрузка в течение урока несколько раз повышалась и снижалась. Чтобы эффективно воздействовать на отдельные группы мышц, авторы системы придумали новые снаряды – шведскую стенку, бум, скамейку, плинт. Их назначение принципиально отличалось от снарядов, принятых в немецкой гимнастике. Там занимающиеся стремились проделать все движения, какие можно было выполнить, а в шведской гимнастике снаряды играли вспомогательную роль. Они либо облегчали, либо затрудняли выполнение движений, в зависимости от поставленных задач, давая возможность изолированно воздействовать на отдельные группы мышц. Для шведской гимнастики были характерны симметричность, прямолинейность, малая амплитуда и угловатость движений, излишняя статичность усилий, из-за чего критики называли ее «гимнастикой поз». Но, несмотря на эти недостатки, она своей гигиенической направленностью и методической обоснованностью выгодно отличалась от немецкой гимнастики.

Таким образом, шведская система содействовала созданию основ современной физической культуры за счет локального развития отдельных групп мышц и охраны здоровья. Немецкая система – путем физической подготовки и воспитания на коллективной основе.

Французская гимнастическая система

Французская гимнастическая система – создана полковником Франциско Аморосом (1770 – 1848). Цель – выработка военно-прикладных навыков. Основные упражнения – ходьба, бег, прыжки, лазанье и перелезание, переноска груза, плавание и ныряние, борьба, метания, фехтование, вольтижировка и стрельба. В качестве снарядов применяли канаты, мосты, заборы, лестницы. Цель – научить солдата

преодолевать пространство и препятствия. Кроме того, Аморос включал в свою гимнастику подготовительные упражнения, сопровождающиеся пением и музыкой, танцы и ручной труд.

При проведении урока Аморос не придерживался какой-либо схемы, а только соблюдал принципы от легкого к трудному, от простых упражнений к сложным, на занятиях учитывал индивидуальные особенности учеников. Он первый ввел письменный учет результатов занятий и контрольные карточки на каждого ученика. В эти карточки заносились данные физического развития занимающихся.

Естественность и военная направленность – основные черты системы Амороаса. В этой системе было немало ценных методических указаний для проведения занятий гимнастикой.

Система Амороаса нашла отклик за границей. Военные круги многих стран старались возбудить интерес к военной гимнастике. Позднее во Франции стали возникать новые системы гимнастических упражнений, которые во многом сохранили и развили идеи Амороаса.

Развитие спортивно-игровой системы в Англии и США. Деятельность Т. Арнольда

Спортивно-игровые системы наряду с гимнастическими были во всех странах мира. Основывались они на иных принципах, нежели гимнастические системы. Основа спортивно-игровых систем – упражнения с элементами соревнования и направлены они на достижение лучших результатов. Спортивно-игровая система в Англии сложилась раньше, чем в других странах. Обусловлено это было экономическим, политическим, культурным развитием, а также географическим положением. В связи с тем, что Англия – островное государство ей не нужна была массовая армия.

Помимо этого для захвата чужих колоний Англия создавала экспедиционные отряды, которые нуждались в хорошо физически подготовленных людях. Возглавлялись эти отряды выходцами из колледжей, университетов, военных учебных заведений, где средствами физической подготовки были различные виды спорта и игры.

Ректором одного из таких учебных заведений в местечке Регби (Англия) был Томас Арнольд (1759 – 1842). В то время в английских учебных заведениях нередко наблюдались недисциплинированность и непослушание, пренебрежение школьными правилами, леность и уклонение от работы.

Чтобы добиться перестройки жизни колледжа, Арнольд стал наблюдать за поведением учащихся на спортивных площадках, после чего он пришел к выводу: посредством физических движений и эмоций, связанных с игрой, учащаяся молодежь способна формироваться на спортивной площадке, если с этим согласуется воспитательная деятельность церкви и школы.

За 14 лет работы Арнольда в Регби сложился новый идеал воспитания – «христианский джентельмен».

Таким образом, закрепление позиций буржуазии привело к тому, что спорт стал привилегией буржуазных и аристократических кругов. Стремясь отмежеваться от народа, буржуазные деятели разработали Устав любителей спорта (Англия 1869 г.), по которому людям физического труда запрещалось участвовать в совместных, спортивных соревнованиях с выходцами из нетрудовых слоев общества.

Спортивно-игровая система в США создавалась на базе игр, завезенных из Европы, а также на традициях коренных жителей Америки, которым были известны многие игры с мячом, стрельба из лука, метания копий, бег на большие расстояния, прыжки, борьба.

3.2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ВО ВТОРОЙ ПЕРИОД НОВОГО ВРЕМЕНИ (1871- 1917 гг.)

Возникновение рабочего спортивно-гимнастического движения. Развитие спорта и создание международных спортивных объединений

Во второй период Новой истории, который продолжался от Парижской коммуны до Октябрьской революции, усиливаются противоречия между трудом и капиталом, что приводит к росту революционного движения народных масс, обостряются противоречия между самими капиталистическими странами. Чтобы ограничить участие народа в революционном движении, правительства многих государств прибегают к различным средствам: спорту, гимнастике, играм.

В этот период образовалось два противоположных направления в спорте – гимнастическом движении: рабочее и буржуазное. Противоречия привели к обострению национализма в физкультурных организациях и появлению новых систем физического воспитания, а также к военизации системы физического воспитания.

В 1839 г. в Женеве было создано Всешвейцарское гимнастическое общество, куда входили эмигранты – революционно настроенные рабочие.

После разгрома революции 1848 – 1849 гг. в США в 1848 г. в Филадельфии было создано гимнастическое общество по оказанию помощи рабочим. В 1850 году состоялось его первое праздничное выступление.

Первые рабочие спортивные организации в Германии возникли в 1850 г. Однако «Исключительный закон» против социалистов, принятый рейхстагом в 1878 г., запрещал существование гимнастических клубов.

После отмены этого закона спортивные организации вступили в новый период своего развития. В начале 90-х гг. в ряде городов Германии состоялись собрания рабочих

гимнастических союзов (Берлин, Лейпциг). В 1893 г. был основан Германский рабочий спортивный союз и рабочая федерация гимнастики (АТВ). В 1895 г. начала свое существование рабочая федерация велосипедного спорта. В 1899 г. в Австрии была организована рабочая федерация велосипедного спорта. В 1904 г. в Бельгии образовалась социалистическая федерация гимнастики, а в Англии рабочая спортивная федерация гимнастики.

Возникновение новых систем физического воспитания

Сокольская гимнастика. Деятельность М. Тырша. Сокольская гимнастика берет свое начало в 60-х гг. XIX в. в Чехии. Название «сокол» означает свободу, храбрость и мужество и связано с освободительной борьбой чешского народа. Сокольское движение связано с Мирославом Тыршем (1832 – 1884), профессором истории и искусства Пражского университета. Именно им была разработана система сокольской гимнастики.

Основой сокольского движения были гимнастические организации. Сокольские общества получили широкое распространение. Их идея заключалась «в стремлении к физическому и нравственному совершенствованию всего народа, к развитию в нем национального чувства». С этой целью «соколы» ввели обращение к друг другу «братья», «сестры», занимались в единой форме.

Организаторы сокольского движения добивались внутренней дисциплины соблюдением точной формы всех движений и строгим выполнением традиций.

Периодически в Праге проводились слеты «соколов», на которых демонстрировались массовые вольные движения и проводились соревнования на различных гимнастических снарядах.

Создавая свою систему, М. Тырш подробно ознакомился с различными гимнастическими системами и взял из каждой то, что в ней было ценного.

Цель гимнастики определяется «соколами» в самом общем виде – «укрепить и сохранить человеку здоровье, сделать его неуязвимым, дать ему отвагу и хладнокровие, силу и ловкость, проворство, решительность, смелость, наконец, предохранить от последствий односторонних занятий».

Конкретизация указанной цели в виде частных задач отсутствовала. Классификация упражнений в сокольской системе исходила из внешних признаков движений:

- 1) упражнения без снарядов (ходьба, бег, маршировка, приседание, стойки, наклоны и др.);
- 2) снарядовые упражнения (со снарядами – булавы, обручи, палки, флажки и гири и др.);
- 3) на снарядах (на перекладине, брусьях, коне, кольцах, лестницах, шестах, бревне);
- 4) групповые упражнения (пирамиды, массовые выступления, игры и т.п.);
- 5) боевые упражнения (бокс, борьба, фехтование).

Занятия проводились по такой схеме: сначала упражнения строевые, затем вольные движения, упражнения со снарядами и боевые, дальше шли упражнения на снарядах в подгруппах (обычно в трех со сменой снарядов), потом общие упражнения (пирамиды), наконец, опять строевые, после чего занятия заканчивались. Все движения, которые выглядели некрасиво, «соколы» исключали.

В методике сокольской гимнастики имелось много нового, особенно в организации и проведении занятий, массовых выступлений, разработке терминологии и подготовке общественных инструкторов.

Сокольские организации способствовали возрождению и развитию чешской национальной культуры, поднимали национальный дух чешского народа.

Идеи «Сокола» быстро распространились за пределы Чехии. В Словении в 1863 г. был создан «Южный Сокол».

В том же году общество «Сокол» возникло с участием Франь-Бучара в Загребе (Хорватия) и под руководством польского врача Венанты Пясецкого в Львове.

Гимнастика Жоржа Демени (1850 – 1917). Жорж Демени начал работать в области физического воспитания в конце XIX в., когда значительно продвинулось вперед развитие биологических наук, в том числе и физиологии.

Изучив существующие системы гимнастики, Ж. Демени пришел к выводу, что их общим и основным недостатком является чрезмерная искусственность. Изучая физиологию мышечной деятельности, Демени понял, что одного лишь деления физических упражнений по анатомическому признаку недостаточно и следует создавать благоприятные условия для развития отдельных частей тела и с позиций физиологии.

Ж. Демени полагал, что «цель физического воспитания не приобретение силы, а пользование ею».

Цель гимнастики для юношей сводилась им к воспитанию людей сильных, ловких, гибких, способных быстро и экономно действовать в любых условиях, владеющих основными видами военно-прикладных движений. Иные задачи ставил Ж. Демени при физическом воспитании девушек: главной целью было приобретение ими гибкости, ловкости, хорошей осанки, умения двигаться плавно и грациозно путем включения в урок танцевальных шагов, а также упражнений с булавами, палками, венками и т.п.

Ж. Демени определил семь видов спортивных упражнений: ходьбу, бег, прыжки, лазанье, поднимание и переноску тяжестей, метание, приемы защиты и нападения. Каждый из этих видов имел много разновидностей, например: прыжки на месте, с одной ноги на другую, с продвижением вперед, назад или в сторону, с разбега.

Как педагог и физиолог Ж. Демени сформулировал ряд принципов физического воспитания.

1. Гимнастика должна быть динамичной, следует избегать статических упражнений. Неестественность упражне-

ний: скорость движения должна быть в обратной пропорции с движущейся массой частей тела.

2. Движения должны выполняться с полной амплитудой. Если одну мышцу напрячь до полного сокращения, то противоположные мышцы нужно расслаблять до конца.

3. Движения должны быть естественными и размашистыми, а не отрывистыми и угловатыми.

4. Те мышцы, которые не участвуют в движении, должны быть полностью расслабленными.

5. При разучивании упражнений необходимо переходить от простых к сложным, от более легких к более трудным, от неизвестных к известным.

Ж. Демени предложил свой план урока и методические указания к нему. Урок состоял из 7 серий: 1-я – строевые упражнения, 2-я – движения всего тела; 3-я – подвешивание и опора; 4-я – бег и игры; 5-я – специальные движения туловища; 6-я – прыжки и игры, требующие большой траты сил; 7-я – дыхательные упражнения.

От урока Ж. Демени требовал, чтобы упражнения использовались интересные, способные гармонично развить мускулатуру занимающихся. Не следует доводить учеников до усталости, но постепенно нужно увеличивать трудность и интенсивность выполнения упражнений.

Считая общеразвивающее направление в физическом воспитании самым важным, Ж. Демени адресовал свою систему упражнений для физического воспитания детей школьного возраста. Лишь для учеников старших классов он допускал упражнения военно-прикладной гимнастики (для юношей) и элементы гимнастики для девушек.

Он первый начал определять величину нагрузки: мощность и время работы.

«Естественный метод» Эбера. Жорж Эбер (1885 – 1957), один из учеников Ж. Демени, продолжил развитие прикладного направления в физическом воспитании, типичного для Франции со времен Аморова.

«Естественный метод» физического воспитания Эбера состоит из связанных между собой частей:

1) часть вспомогательно-подготовительная, состоящая из элементарных упражнений для рук, ног, туловища, упоров, висов, равновесий, подпрыгиваний, дыхательных упражнений;

2) часть основная, состоящая из «воспитательно-прикладных» упражнений, имеющая целью усовершенствовать человека с помощью восьми естественных упражнений: ходьбы, бега, прыжков, лазания, метания, поднимания, защиты-нападения и плавания;

3) часть вспомогательная, дополнительная, включающая спортивные игры и ручной труд.

Военный характер своей гимнастики Ж. Эбер объяснял преимуществами физической подготовленности дикаря перед цивилизованным человеком. Он пытался доказать ничтожность специальной гимнастики для женщин и спортивной специализации. Ж. Эбер заявлял, что своей гимнастикой хочет устранить дефекты физического развития современного культурного человека, вызванные нездоровым образом жизни и недостатком движения.

Ж. Эбер использовал все известные естественные виды передвижений и упражнений, а также заимствовал формы физических упражнений из других систем физического воспитания.

Занятия Ж. Эбер предлагал проводить на местности, без какого-либо специального оборудования. Для занятий годилось все: деревья – для лазания, канавы – для прыжков, заборы – для перелезаний и т.п. Преподаватель, ориентируясь в обстановке, должен был изобретать нужные упражнения в различных условиях. Это не исключало искусственных препятствий, но они должны были заменять естественные при их отсутствии.

Ж. Эбер как опытный практик внес ценный вклад в развитие средств и методов физического воспитания. В свои

уроки он вводил гигиенические процедуры – обтирание, души, ванны и пр. Он ввел метод систематических проверок достигнутых результатов и определения физических способностей занимающихся, разработав таблицу норм по 12 видам упражнений.

Практические рекомендации Ж. Эбера заключались в следующем.

1. Преподаватель физического воспитания в ходе упражнений должен вместе с учащимися развивать различные группы мышц. Он должен это делать с помощью таких упражнений, в результате которых он убедился лично.

2. Необходимо ежедневно создавать возможности для физического воспитания, во время занятий преподаватель должен использовать природные условия.

3. На занятиях должны выполняться упражнения на выносливость.

4. Учащиеся должны заниматься обнаженными до пояса и на свежем воздухе.

5. Каждый урок необходимо заканчивать массажем и купанием.

Ж. Эбер ввел комплексный зачет по 12 видам по 15- балльной системе. К недостаткам Эбера можно отнести то, что он не разработал рекомендаций для занятий физическими упражнениями девочек.

Гимнастика Н. Бука. Датчанин Нильс Бук (1880 – 1950) имел гимнастическую школу в г. Оллерупе.

Продолжатель шведской гимнастики Н. Бук разработал первоначальную ступень гимнастики, которую назвал «примитивной», или «основной». При определении цели своей гимнастики Н. Бук исходил из того, что по различным причинам, в том числе и вследствие повседневного, тяжелого труда, мышцы и связки человеческого тела утратили эластичность и мягкость, а потому человек не способен к ловким и экономным движениям. Чтобы выполнить такие движения, нужно подготовить себя к ним, а для этого

и служит «основная» гимнастика. Н. Бук подчеркивал, что она создана для того, чтобы здоровых, но неловких деревенских парней так «обработать» гимнастикой, чтобы они стали ловкими и подвижными, пригодными к несению военной службы.

Как и в шведской системе, упражнения классифицировались по анатомическому признаку. Н. Бук полагал, что упражнения могут развивать силу, ловкость и гибкость в зависимости от формы и характера их выполнения.

В связи с этим анатомический принцип классификации упражнений Бук дополнил разбивкой всех упражнений по их функциональному влиянию на отдельные части тела и на человека в целом, это было шагом вперед по сравнению со шведской классификацией.

Упражнения систематизировались по следующим принципам:

1) порядковые; 2) упражнения для ног; 3) упражнения для рук; 4) упражнения для шеи; 5) упражнения для боковых мышц; 6) упражнения для брюшных мышц; 7) упражнения для спинных мышц; 8) упражнения с ходьбой и бегом; 9) упражнения в прыжках и ловкости.

Н. Бук предлагал большое разнообразие исходных положений. Если исходные положения шведской гимнастики были похожи на позы, то в упражнениях Бука статичность была сведена к минимуму.

Несмотря на анатомио-физиологическую классификацию упражнений, схема урока Бука была построена формально, разделы урока не выявляли содержания и характера работы:

1-я часть урока – упражнения без снарядов (12 – 30 упражнений);

2-я часть урока – упражнения на шведской стенке и буме (6 – 22 упражнения);

3-я часть урока – ходьба, упражнения в ловкости (9 – 20 упражнений). Для женщин игра с пением.

Весь урок длился 90 минут. Поскольку каждое упражнение повторялось от 10 до 15 раз, то нагрузка на уроке была очень высокой. «Кривая нагрузки» урока строилась у Н. Бука с расчетом максимального повышения напряжения в конце второй трети занятия. Урок должен быть непрерывным, слитным. Наиболее характерными чертами являлись усиленный темп и плотность нагрузки, последовательная смена одного упражнения другим. Пока выполнялось одно упражнение, давалась подготовительная команда, и к моменту исполнительной команды занимающиеся без пауз переходили к выполнению следующего упражнения (поточный метод).

Положение о том, что во время урока мышцы, которые не принимают участия в работе, должны быть расслаблены, прогрессивно по сравнению со шведской методикой.

Н. Бук довел моторную плотность урока до предела, а придуманные им упражнения широко вошли в практику и с успехом применяются в современных условиях.

Развитие национальных систем физического воспитания не ограничивалось указанными ранее. Немало других педагогов составляли системы средств и методов физического воспитания.

Франсуа Дельсарт (1811 – 1871) обратил внимание на то, что элементы движений балетного искусства помогают выразить характер гимнастического движения.

Ф. Дельсарт и его последователи, делая при обучении упор на эстетические и драматические моменты, заложили основы художественной гимнастики.

Айседора Дункан (1876 – 1927), увлеченная античной гимнастикой, танцем, движением, стремилась выразить сложные человеческие чувства. А. Дункан имела много последователей, которые использовали выразительную гимнастику для физического воспитания девочек.

Ритмическое направление современной гимнастики связано с именем женевого учителя музыки Эмиля-Жака

Далькроза (1865 – 1914). Он установил, что выполнение определенных движений способствует развитию чувства ритма и слуха.

При первых же попытках «делать шаги» под музыку были найдены движения, соответствующие данной музыке. Понемногу создалась определенная азбука движений, которой овладевает ученик.

Последовательница шведской гимнастики Э. Бьеркстен в своей гимнастике учитывала физиологическую и эстетическую стороны упражнений. Она стремилась физически развить учеников, помочь выработать изящество в движениях. Упражнения в ее гимнастике проводились в быстром темпе при многократном повторении, одновременно ученикам предлагалось раскрепощать мышцы, не участвующие в работе. Это позволяло сделать движения более экономичными.

Э. Бьеркстен отказалась от прямолинейных и угловатых движений шведской гимнастики, в ее упражнениях преобладали плавные, закругленные движения, взятые из ритмической гимнастики.

Можно было бы назвать много других имен, однако уже во второй половине XIX в. все больше начинают говорить о том, что для физического воспитания одной гимнастики недостаточно. Многие авторы пишут о пользе игр и спортивных упражнений.

В результате в национальные системы проникают спорт и игры, начинают проводиться спортивные состязания.

Развитие спортивного движения

Во второй период Нового времени наряду с гимнастическим получает развитие спортивно-игровое движение. Почти во всех странах стали создаваться молодежные, студенческие, религиозные, рабочие, предпринимательские спортивные организации.

Большое внимание физическому воспитанию уделяло скаутское движение, созданное в Англии Робертом Баден-Пауэлом (1857-1942). В ходе англо-бурской войны Р. Баден-Пауэл организовал из детей английских колонизаторов эффективно действовавшие группы разведчиков. На основе этого опыта он создал систему испытаний и бойскаутских законов, которые не только отвечали интересам английского правящего класса, но и удовлетворяли потребности подрастающего поколения.

Основной целью скаутизма являлось воспитание патриотизма, точно так же, как для этой цели в Швеции и Германии была использована гимнастика.

Скаутские отряды создавались для организации внешкольной работы с учащимися в возрасте от 8 до 17 лет. Скауты носили полувоенную форму, сдавали нормативы на значок атлета, пловца, туриста и т.п. Проводили летние каникулы в военизированных лагерях, где учились ориентированию на местности, следопытству, плаванию, охоте, рыболовству, управлению лодкой, а также оказанию первой медицинской помощи. Скауты участвовали в увлекательных походах, экскурсиях, играх и состязаниях, в том числе и по военно-прикладным упражнениям.

В зависимости от различных навыков, приобретаемых скаутом, он получал значок новичка, затем скаута второй степени, первой степени, вожатого и даже скаут-мастера.

В то время как в Европе военно-прикладное значение скаутизма выдвигалось его организаторами на первое место, американские руководители приложили усилия к тому, чтобы в этом движении оставалось как можно меньше военных элементов. Поэтому основное внимание уделялось изучению естествознания и атлетики.

Благодаря умелому подходу скаут-мастеров скаутские отряды объединили большое количество детей из городов и поселков, воспитали их думающими и бодрыми людьми.

Широкое распространение получило скаутское движение среди девушек. Как и бойскауты, герлскауты для приобретения различных знаков отличия должны были успевать в спорте, естествознании, «в жизни на открытом воздухе» и т.п.

Благодаря привлекательности и некоторому романтизму, всего за несколько лет движение бойскаутов распространилось по всему миру и существует до сих пор.

В этот период появились первые религиозные спортивные организации. Церковь от недавнего неприятия спорта перешла к покровительству и даже непосредственному участию в создании спортивных команд и клубов, используя тягу молодежи к спорту в своих интересах. Так, в США в 1870 г. были введены занятия спортом, играми и гимнастикой в христианских молодежных организациях, где для этого создавались спортивные лиги. Вскоре этот опыт распространился и в других странах.

Развернулась в эти годы деятельность и профессиональных спортивных клубов. Профессиональный спорт использовался главным образом для извлечения прибыли из организации соревнований спортсменов-профессионалов, ставших своеобразным товаром в индустрии спорта.

Среди новых форм организации физического воспитания можно назвать предпринимательские фабрично-заводские спортивные клубы, которые создавались владельцами предприятий для своих рабочих и служащих. Клубы проводили разнообразную спортивную работу, организовывали массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия – экскурсии, походы, лагеря. Проводились мероприятия и по производственной гимнастике, направленной на повышение производительности труда.

В середине XIX в. в Германии, а к началу XX в. во многих промышленно развитых странах зарождаются самостоятельные рабочие спортивные и гимнастические организации.

Накануне Первой мировой войны была сделана попытка создать международный рабочий спортивный союз. В 1913 г. в Генте (Бельгия) представители рабочих спортивных организаций Германии, Франции, Бельгии, Австрии организовали международный рабочий спортивный центр. Но в связи с начавшейся мировой войной он не успел развернуть свою деятельность.

В середине XIX в. – начале XX в. развитию современного спорта не могли воспрепятствовать никакие причины. Если в 1850 г. за пределами Англии существовало несколько десятков спортивных клубов, то в 1860 гг. – за исключением Африки – уже почти не было такой страны, где бы не развивалась какая-нибудь форма современной спортивной деятельности.

Начали проводиться международные соревнования по конным кроссам и стрельбе. Молодежь Европы была захвачена горячкой велосипедных шоссейных и трековых состязаний.

Австралия обогнала Англию в области плавания. В США организуются общества по крикету, бейсболу, регби, гребле, боксу, Индии и Пакистане – хоккей на траве. В Пакистане в 1877 г. создают правила игры в бадминтон и т.д., и т.п.

Одной из самых знаменательных вех «мировой революции конца XIX в.» в спортивной жизни стал расцвет легкой атлетики в США. Нью-Йоркский атлетический клуб в США был организатором первых чемпионатов по легкой атлетике. В 1868 г. он прошел в закрытых помещениях, а в 1878 г. – под открытым небом. Начиная с победы над англичанами в 1895 г., США сохранили за собой безраздельную гегемонию в легкой атлетике вплоть до Олимпийских игр в 1952 году.

В конце XIX – начале XX веков происходит возникновение международных объединений. Происходило это так.

Спортивные секции объединялись в самостоятельные общества. Такой путь развития был характерен для стран, где спортивная деятельность выросла из гимнастического движения (Бельгия, Германия, Австро-Венгрия, Скандинавские страны).

В Англии и США спортивные объединения появлялись на базе футбольных, регбистских и др. клубов.

Особенно быстро развивалось движение, за создание спортивных обществ в Англии, США, Германии, Италии, Голландии, Франции, Южной Америке, Австралии, Канаде.

Согласование норм деятельности в различных видах спорта с учетом потребностей нового времени вызвало необходимость создания специальных союзов с общегосударственной компетенцией, которые подготавливая и проводя соревнования, разрабатывая единые правила, способствовали бы развитию физкультурного движения. Такими организациями стали национальные спортивные объединения.

Первая организация была создана в 1858 г. – Национальная федерация бейсбола Соединенных Штатов.

Интерес к спорту содействовал проведению международных состязаний. Но в ходе проведения первых крупных соревнований было выявлено, что хозяева творят произвол, как в судействе, так и в организации. Участниками соревнований был сделан вывод, что спортивную ценность могут иметь только те мировые соревнования, правила и условия проведения которых, заранее согласовываются на международных форумах. Все это привело в конечном итоге к зарождению международного спортивного движения.

4. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В НОВЕЙШЕЕ ВРЕМЯ

Новейшим временем в истории называется эпоха, наступившая после первой мировой войны и продолжающаяся до наших дней. Она отличается от Нового времени тем, что мировое сообщество после Октябрьской революции в

России раскололось на две противоположные социальные системы – капиталистическую и социалистическую

Новейшая история в зарубежных странах подразделяется на два периода – между первой и второй мировыми войнами (первый период) и после второй мировой войны (второй период).

«Влияние физической культуры новейшей эпохи проявилось в том, что она вытеснила из сознания людей предрассудки, связанные с солнцем, водой, одеждой, и установленные этикетом нормы напряженной походки и других движений. Человеческое тело после эпохи древности и Ренессанса было снова воспето и изображено во всем многообразии красок» (Л. Кун, 1982).

Среди других форм культуры физическая культура завоевала для себя статус и признание. Физическое воспитание во всем мире получило статус учебного предмета. В медицине признали лечебную физическую культуру, началось изучение психических явлений, происходящих под влиянием физических упражнений и соревнований. Спортивные мероприятия стали оказывать на человека такое же эмоциональное воздействие, как и искусство.

Представители различных классов и слоев находили в физической культуре средства для защиты собственных интересов.

Физическая культура в зарубежных странах в период между Первой и Второй мировыми войнами

На развитие спортивного движения в этот период оказали большое влияние итоги Первой мировой войны. Сразу после ее окончания правящие круги побежденных стран стали готовиться к военному реваншу, победители – к закреплению своих завоеваний. И те и другие широко использовали в этих целях физическую культуру.

Тенденция к милитаризации физического воспитания особенно ярко проявилась в Германии. Ей, по условиям Версальского мирного договора, разрешалось содержать лишь ограниченную армию. Стремясь к возрождению военной мощи, реваншисты решили готовить будущих солдат в гимнастических и спортивных организациях, в связи с чем всячески поощряли рост их численности. Когда установился фашистский режим, началась открытая милитаризация и фашизация физического воспитания и спорта. Всех школьников сначала принимали в нацистскую организацию «Юнгфольк», а затем юношей – в «Гитлерюгенд» и девушек – в «Союз немецких девушек». Ведущая роль в фашизации физического воспитания отводилась «Гелендешпорту» – военизированному спорту на местности. В специально назначенный день все школьники обязаны были участвовать в соревнованиях. Спортивные сооружения Германии отличались от спортивных баз других стран доступностью для молодежи и трудящихся и сравнительной дешевизной.

Милитаризацией воспитания и идеологической обработкой немцев занимались также отряды штурмовиков и гестапо. Они принимали участие в контроле за тем, чтобы каждый мужчина до 35-летнего возраста сдавал нормы на спортивный значок трех степеней – бронзовый, серебряный, золотой; формировали «пятые колонны», которые провокаторством и предательством подрывали спортивные организации зарубежных стран – Австрии, Бельгии, Чехословакии.

Контролировал работу по физической культуре имперский комиссар по спорту. Накануне Второй мировой войны был создан националистический союз физических упражнений. С 1938 по 1943 г. немецкие спортивные организации проводили трансконтинентальные состязания в целях прославления арийской расы и тотальной проверки военно-физической готовности нации.

Милитаризация спортивно-гимнастического движения происходила и в других странах с диктаторскими режимами. В Италии с приходом к власти фашистов военно-физическую подготовку молодежи стала проводить организация «Опера национале Баллила».

Каждую субботу все итальянцы должны были посвящать политической, военной и спортивной подготовке для «закалки нации». Военно-физическую подготовку проводили многочисленные спортивно-гимнастические клубы, общества и союзы. Авиационный, планерный и парашютный спорт, борьба и мотоспорт, а также занятия гимнастикой, легкой атлетикой, спортивными играми и конным спортом входили в программу воспитательной работы фашистов.

В 1938 г. было объявлено о начале кампании за так называемое «культурное оздоровление». В возрасте 19 – 21 года на допризывных пунктах молодежь участвовала во всевозможных парадах. На парадах «римский шаг» копировался с «прусского шага», а рукопожатия заменялись фашистским приветствием. На занятиях физическими упражнениями ставились задачи воспитать у итальянцев «динамизм, агрессивность, страсть к экспансии» и пропаганды фашистских принципов.

В Японии милитаризация физической культуры и спорта сочеталась с применением в качестве дополнительных средств национальных видов физических упражнений – дзю-до, кен-до, карате.

Страны-победительницы (США, Англия, Франция и др.) тоже проводили военизацию физического воспитания и спорта, но делали это не столь открыто. С этой целью началась перестройка спортивных организаций, усилился государственный контроль за их деятельностью, принимались законы об обязательном физическом воспитании, направленные на повышение вневойсковой военно-физической подготовки молодежи. Устаревшие методы физического

воспитания заменялись более соответствующими новым историческим условиям. В школьном физическом воспитании все большее предпочтение отдавалось не гимнастическим, а спортивно-игровым упражнениям.

В ряде европейских стран широкую известность приобрела школьная система физического воспитания, разработанная австрийскими педагогами К. Гаульгофером и М. Штрайхер. Они утверждали, что для детей игры и естественные упражнения полезней искусственных гимнастических. Все рекомендованные ими упражнения подразделялись на четыре группы: выравнивающие (корректирующие), формирующие (естественные гигиенические), упражнения в «достижениях» (спортивные и туристические) и в искусстве движения (танцы и др.). Большое внимание уделялось формированию правильной осанки, укреплению различных мышечных групп и пластике движений.

На занятиях по системе, разработанной австрийскими педагогами, физические нагрузки контролировались измерениями и наблюдениями, но в целом система имела узко гигиеническую направленность. При подборе упражнений и построении урока авторы исходили из биологических особенностей детского организма, педагогические задачи решались слабо.

Несколько иная концепция физического воспитания получила распространение в англо-саксонских странах, особенно в США. Ее основу составляла идея компенсационной роли физической культуры: ее использование для восполнения недостатков в здоровье и физическом развитии детей, вызванных урбанизацией жизни и общественными противоречиями. Сторонники этой концепции считали, что школьное воспитание должно помочь детям приобрести здоровье, жизненные привычки, в том числе к двигательной активности. Ученикам предоставлялось право самим выбрать из учебного материала то, что им больше нравится.

Учащиеся объединялись в группы и команды для занятий избранными видами спорта и спортивных игр, то есть в практику школьного физического воспитания внедрялись спортивные специализации. Наибольшее распространение получили занятия легкой атлетикой, плаванием, греблей, баскетболом и бейсболом. Такой же подход к организации физического воспитания существовал и в высших учебных заведениях. В результате постепенно колледжи и университеты стали основными центрами спортивной работы с детьми и молодежью.

В наиболее развитых капиталистических странах спорт стал сферой большого бизнеса. Одним из основных направлений зрелищного спорта стал профессиональный спорт. Погоня за прибылью привела к созданию спортивных трестов и компаний по строительству крупных спортивных сооружений, устройству матчей, приносящих предпринимателям огромные доходы. В США уже с 1925 г. крупнейший спортивный зал «Медисон сквер-гарден» в Нью-Йорке стал центром профессионального спорта. Именно здесь кассовый сбор с матча боксеров-профессионалов Демпси и Туннея в 1927 г. составил 2 млн. долларов.

Физическая культура и спорт в зарубежных странах после Второй мировой войны

После Второй мировой войны развитие физической культуры определялось условиями, связанными с образованием системы социализма и крахом колониализма. Распад мира на различные общественные системы и группы государств привел к образованию трех направлений в развитии физической культуры и спорта: в странах социализма, в развивающихся и капиталистических странах.

Развитие физической культуры в странах социализма пережило несколько этапов. В конце 40-х – начале 50-х гг. в

этих государствах были созданы комитеты по физической культуре и спорту. Они отвечали за состояние и дальнейшее развитие физической культуры и спорта, совершенствование систем физического воспитания, укрепление здоровья граждан.

В 60 – 70-х гг. в физкультурном движении были проведены преобразования, которые способствовали демократизации управления, повышению значимости физической культуры. Право граждан на физическое воспитание было закреплено в конституциях и законодательных актах. Укреплялась и расширялась материальная база физкультурного движения, началось строительство крупных спортивных сооружений. Были открыты специальные физкультурные учебные заведения, спортивные школы и интернаты; развернулась научно-исследовательская работа. Все это способствовало превращению физкультурного движения в массовое явление и росту мастерства спортсменов, среди которых появилось много победителей крупных международных соревнований и Олимпийских игр. В большой мере успешное развитие физической культуры в этих странах обеспечивалось за счет международной интеграции деятельности спортивных организаций, заключались межгосударственные договоры о сотрудничестве и обмене опытом, проводились совместные научные конференции, семинары тренеров, крупные спортивные мероприятия. В результате к тому времени, когда содружество распалось, в странах, входивших в него и избравших ныне иные пути развития, физкультурное движение достигло высокого уровня.

Для примера подробнее остановимся на развитии физической культуры и спорта в бывшей Германской Демократической Республике, достигшей наиболее значительных результатов в физкультурном и спортивном движении.

В октябре 1948 г. Союз свободной немецкой молодежи и профсоюзы выступили инициаторами создания Немецко-

го спортивного комитета. Правительство ГДР в 1949 г. приняло закон «Об участии молодежи в строительстве ГДР и содействии молодежи в учебе, труде, спорте и отдыхе». На основе этого закона физическое воспитание стало обязательной составной частью системы народного образования, были определены научно-методические, организационные и материальные предпосылки для введения нормативных требований и дальнейшего развития физической культуры и спорта. Кроме разрядных значков, особыми значками награждались руководители занятий и спортивные судьи, активисты и успешно сдавшие нормы физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне Родины». Выполнение программных требований по физкультуре было обязательно для всех практически здоровых учащихся школ ГДР.

Руководство спортивно-массовой работой с 1957 года осуществлял Германский спортивно-гимнастический союз (ДТСБ) в сотрудничестве с министрами здравоохранения и народного образования, а также с объединениями молодежных и профсоюзных организаций. ДТСБ объединял 36 спортивных союзов (федераций) и каждые 4 года проводил спортивно-гимнастический слет делегатов, которые избирались низовыми, районными и окружными спортивными организациями.

В ГДР в единственной из социалистических стран удалось скоординировать школьную и внешкольную спортивную работу с молодежью.

По результатам важнейших соревнований предолимпийского и олимпийского 1980 г. в десятку сильнейших спортивных держав вошли семь государств социалистического содружества. Успешное решение задач по дальнейшему развитию физической культуры и спорта в социалистических государствах стало возможным благодаря сотрудничеству органов управления физкультурным движе-

нием на основе программ СЭВ и «Олимпийская солидарность».

Развитие физической культуры в молодых государствах Азии, Африки и Латинской Америки, получивших независимость в результате распада колониальной системы, тесно связывалось с возрождением национальной культуры освобожденных народов.

Физкультурным организациям предстояло ликвидировать последствия колониальной политики в спорте, искоренить расовую дискриминацию, создать доступную для населения систему физического воспитания. В большинстве стран были созданы органы руководства физической культурой: национальные олимпийские комитеты, спортивные федерации и клубы. Была налажена подготовка физкультурных кадров. Вводилось физическое воспитание в учебных заведениях. Начали возрождаться национальные виды физических упражнений и игр. Физическая культура помогала преодолевать этнические, племенные и бытовые различия между народами, объединять их в движении к социальному и культурному процессу. Особой государственной поддержкой стал пользоваться спорт высших достижений, позволяющий этим странам укреплять свой международный престиж. Спортсмены молодых независимых государств стали регулярно участвовать в Олимпийских играх, крупных международных и региональных соревнованиях. В целях координации деятельности национальных федераций и проведения региональных спортивных соревнований были созданы Высший Совет спорта Африки, Федерация Азиатских игр, органы руководства играми Центральной Америки и Карибского моря и другие. Таким образом, обретя независимость, бывшие колониальные страны получили возможность развивать национальную физическую культуру и спорт, включились в международное спортивное сообщество. Вместе с тем физкультурное движение этих

стран пока испытывает трудности, связанные с экономической отсталостью, зависимостью от политики развитых капиталистических стран. Сохраняются этнические и национальные пережитки, особенно в провинциях, мешающие внедрению физической культуры в быт народов. Все еще недостаточным остается кадровое, материальное и научно-методическое обеспечение физического воспитания и спорта.

В капиталистических странах после Второй мировой войны сохранилось действие факторов, обусловивших возросшую роль физической культуры в жизни общества. Вместе с тем историческая обстановка, сложившаяся после разгрома фашизма и победы демократических сил, определила новые веяния в ее развитии. Распались организации тоталитарного физического воспитания и спорта, значительное развитие получило самостоятельное спортивное движение. Одновременно отчетливо проявилась тенденция к усилению вмешательства государственных структур, монополий, политических партий, общественных и региональных организаций в распространение физической культуры и использование ее в своих интересах, в том числе как средства идеологического воздействия на массы. Заметно усилилась, особенно в годы «холодной войны», влияние на деятельность спортивных организаций военных кругов, распространялись реакционные теории о том, что спорт есть война, а война есть спорт. Значительно больше внимания со стороны государственных ведомств стало уделяться физическому воспитанию и спорту в учебных заведениях. В начальной и средней школах физическая культура стала обязательным предметом, на него отводилось от 2 до 4 часов в неделю, а в некоторых странах – и более. Кроме того, в режиме дня, особенно в частных школах, предусматривались ежедневные занятия плаванием, играми и другими физическими упражнениями. Во всех высших учебных заведениях созданы кафедры физического воспитания, имеет-

ся собственная спортивная база, которая используется как для учебной, так и для спортивной работы. Студенты-спортсмены обеспечиваются различными льготами, что стимулирует развитие университетского спорта, приносящего учебным заведениям немалые доходы.

В развитии любительского спорта также появились новые тенденции. Национальным спортивным федерациям и союзам, в основном по олимпийским видам спорта, стали оказывать организационную и финансовую поддержку государственные органы и крупные торгово-промышленные фирмы. В ряде стран созданы национальные фонды поддержки любительского олимпийского спорта, реализуются долгосрочные программы олимпийского развития, предусматривающие создание специальных учебно-тренировочных центров по подготовке олимпийских резервов, совершенствование системы подготовки к соревнованиям, подготовку квалифицированных тренерских и руководящих кадров. В практику спортивной работы широко внедряются достижения научно-технического прогресса. Все это заметно повысило уровень спортивных достижений. Вместе с тем все более заметна склонность к профессионализации и коммерциализации любительского спорта.

Новым направлением в организации физкультурно-спортивной работы среди населения стало движение «Спорт для всех». В 1966 г. Совет по культурному сотрудничеству при Европейском экономическом сообществе рекомендовал странам, входящим в него, принять долгосрочные программы развития массового спорта и туризма. В 1975 г. была утверждена европейская хартия «Спорт для всех», определившая порядок деятельности правительственных и неправительственных органов по развитию рекреативной физической культуры, включающей общедоступные занятия ходьбой и бегом, аэробику и атлетическую гимнастику, плавание и купание, игры на воздухе, устройство простейших открытых соревнований, походы на лыжах, туристиче-

ские прогулки и экскурсии и т.п. Промышленные фирмы, учитывая интерес населения к таким занятиям, наладили выпуск соответствующего спортивного инвентаря и оборудования, одежды и обуви. Извлекая из этого, естественно, колоссальные прибыли. Благодаря доступности и хорошо поставленной пропаганде к организованным формам физкультурно-оздоровительной работы удалось привлечь большую часть взрослого населения и молодежи.

Получили дальнейшее развитие и другие, уже ставшие традиционными направления физкультурно-спортивной деятельности – предпринимательский, рабочий и профессиональный спорт.

Предпринимательский спорт за последние годы распространился почти во всех промышленно развитых странах, характерным стало создание национальных центров по его организации.

Расширились масштабы деятельности организаций рабочего спорта. Созданы новые рабочие спортивные союзы в Австрии, Италии, Японии и других странах. Рабочие спортивные организации проводят большую физкультурно-оздоровительную и спортивную работу, организуют крупные соревнования и своей деятельностью вносят немалый вклад в развитие массового и большого спорта.

Все большее распространение получает профессиональный спорт. Для послевоенных лет характерно создание национальных лиг по наиболее популярным видам спорта и спортивных игр – футболу, хоккею, баскетболу, боксу, велосипеду и др., крупных фирм и монополий, специализирующихся на профессиональном спорте. В орбиту профессионального спорта вовлечены средства массовой информации, использующие интерес к спортивным зрелищам как одно из звеньев рекламного развлекательного бизнеса. В последние годы труд спортсменов-профессионалов стал регламентироваться законодательством, они получают тру-

довые права и гарантии в виде контрактов и договоров, пенсионного обеспечения, имеют даже свои профсоюзы. Но развивается профессиональный спорт в большей мере по законам не физического воспитания, а рыночной экономики.

В заключение, следует отметить, что в межвоенном и послевоенном периодах Новейшей истории, физическая культура развивалась в тесной зависимости от политических и экономических условий, складывающихся в различных группах стран.

Часть II. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РОССИИ И НА ТЕРРИТОРИИ СССР

5. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА НАРОДОВ РОССИИ ДО XVIII в.

Зарождение физической культуры у народов, проживавших на территории России и входивших в состав Российской империи

Возникновение физических упражнений и игр у народов нашей страны относится к первобытному обществу. Они отражали охотничью, рыболовную, скотоводческую, земледельческую, военную и бытовую деятельность. У древних народов бытовали верховая езда, метание разных предметов, стрельба из лука, разнообразные игры. Народы Севера с IV – III тыс. до н.э. применяли в труде (охоте) и быту передвижение на лыжах. У нанайцев, манси, ненцев и др. народностей Сибири и Дальнего Востока сравнительно широко в воспитательных целях использовались состязательные игры с бегом, метание копья, дротиков и топора, гребля, игры в медведя и оленя. Хорошо было поставлено военно-физическое воспитание в Грузии на ранней стадии сельско-общинного быта. Многие игры и физические упражнения русского, белорусского народов и жителей Прибалтики в своем первоначальном состоянии относятся к древним состязательным играм.

Классовый характер физического воспитания особенно ярко проявился в рабовладельческих и феодальных государствах Закавказья, Средней Азии, Северного Причерно-

морья, Крыма, в Киевской Руси и Русском централизованном государстве. На территории России, как и в странах Запада, в этот период физическое воспитание проходило в двух основных направлениях: в народных массах и у господствующего класса.

Физические упражнения и игры в народном быту

Своеобразием отличалось физическое воспитание у древних славян. Отличительной особенностью было то, что у восточных славян рабовладельческие отношения не получили полного развития, как в Закавказье, Средней Азии и в Крыму. В VI – VII вв. восточные славяне жили еще родовым строем. Они занимались скотоводством, ремеслами, земледелием, охотой.

Воспитание детей осуществлялось всей родовой общиной. Мальчиков и юношей воспитывали мужчины, а девочек и девушек – женщины. По некоторым данным, у славян, как и у других народов, существовали дома молодежи, проводились инициации, в которых основное место уделялось физической подготовке молодых славян. По мере распада родовой общины воспитательные функции переходили к семье. Родители воспитывали и обучали своих детей, передавали им навыки и умения в охоте, верховой езде, стрельбе из лука, метании копья, плавании. По наследству детям передавались занятия своих родителей. Часто славянам приходилось вести войны, отражать набеги кочевых племен (аваров, хазаров и др.). Это требовало военной подготовки молодежи и взрослых.

Византийский историк Маврикий (VI в.) так оценивал воинское умение славян: «Племена славян многочисленны, выносливы, легко переносят жар, холод, дождь, наготу, недостаток в пище. Сражаться со своими врагами они любят в местах, поросших густым лесом, в теснинах, на обры-

вах, с выгодой для себя пользуются внезапными атаками, хитростью. Опытны они также и в переправе через реки, превосходя в этом всех людей».

В воспитательной системе славян особое место занимали игрища, связанные с культовыми обрядами. Они посвящались матери-земле, богу солнца Яриле, богу войны и оружия Перуну. Игрища состояли из плясок, песен, хороводов, разнообразных игр и физических упражнений, носящих состязательный характер. Молодежь стремилась показать свое умение в стрельбе из лука, метании камней в цель и на дальность, в играх (городки, бабки и др.).

В связи с разложением рабовладельческих отношений в Средней Азии, Закавказье и в Крыму и родового общества у древних славян, создались предпосылки для возникновения феодальной общественно-экономической формации.

В Киевском государстве (IX – XI вв.), в период феодальной раздробленности на Руси (XII – XIV вв.) и в эпоху Русского централизованного государства (XV – XVII вв.) народ несмотря на многочисленные войны (их было около 160 с татарами, монголами, литовцами, немецкими рыцарями, шведами и др.) бережно сохранял и продолжал развивать самобытные формы физического воспитания. («Слово о полку Игореве»).

Широкой популярностью пользовались борьба, верховая езда, стрельба из лука, поднятие и метание камней и множество игр. Большое распространение получили кулачные бои, групповые и одиночные. Основными правилами кулачного боя являлись: лежащего не бить, заначку в рукавицу не класть, биться лицом к лицу, грудь с грудью, подножек не ставить. Классический пример такого боя описан М.Ю. Лермонтовым в поэме «Песня про царя Ивана Васильевича, молодого опричника и удалого купца Калашникова».

Были распространены такие виды упражнений, как плавание, гребля, передвижение на лыжах. Лыжные рати сра-

жались и в отрядах Ермака. В XVII в. русский полководец М.В. Скопин-Шуйский успешно применял лыжные отряды в войне против поляков.

Процессу развития физических упражнений и игр во многом препятствовала религия. Русская православная церковь выступала против народных игрищ и других физических упражнений. Свод церковных постановлений «Стоглав» (1551) и «Домострой» (1580) отдельными положениями были направлены против народных игр, забав и развлечений, но поощряли телесные наказания.

Против народных форм физического воспитания вела борьбу не только церковная, но и светская власть. В 1648 г. царь Алексей Михайлович издал указ о запрещении народных игр и забав.

Но ни царские указы, ни церковные запреты не в силах были остановить процессы развития физических упражнений и игр, и они передавались из поколения в поколение.

Военно-физическое воспитание господствующих классов

В I тыс. до н.э. в Закавказье, Средней Азии, Северном Причерноморье образовались ранние государства с рабовладельческой формой правления. Военно-физическое воспитание рабовладельцев имело организованный характер. Воспитателем был опытный военачальник. В государстве Великая Армения (II – I вв. до н.э.) для детей нахараров (рабовладельцев) создавали школы, в которых основное место отводилось военно-физическому воспитанию. Детей обучали стрельбе из лука, верховой езде, развивали силу и ловкость.

В городах северного Причерноморья (в V – VI вв. до н.э.) существовали палестры и гимнасии, в которых молодые рабовладельцы получали военно-физическое воспитание.

В Киевском феодальном государстве начиная с X в. в княжеских и боярских домах появляются специальные лица для воспитания и обучения детей. Это были выходцы из народа, владевшие искусством воспитания. Воспитывая и обучая детей феодальной знати, они использовали народные формы физического воспитания. В юном и зрелом возрасте феодалы совершенствовали свою военно-физическую подготовку, находясь на службе в старшей боярской дружине, а также и в быту, на охоте, конных ристаниях (турнир, состязание), военных играх и потехах.

О наличии стройной системы воспитания феодальной знати Грузии можно судить по замечательному литературному памятнику Шота Руставелли «Витязь в тигровой шкуре» (X в.). Поэт воспел образ грузинского витязя, преданного своему царю и в совершенстве владеющего оружием. Герой обладает мужеством и смелостью, любит свою родину, наделен исключительной физической и духовной силой. В поисках славы он участвует в боях, охоте, в играх и развлечениях, проявляя доблесть, находчивость и справедливость.

Вопросы физического воспитания в медицинской и педагогической литературе эпохи феодализма

Рост и укрепление феодальной государственности, развитие земледелия, ремесел и торговли определили подъем культуры и просвещения во всех областях жизни. Появилась медицинская и педагогическая светская литература, в которой нашли отражение и вопросы физического воспитания.

Много внимания в труде «Канон врачебной науки» уделил вопросам физического воспитания ученый медик Средней Азии Абу Али Ибн-Сина (980 – 1037) (Авиценна). Он писал в своем труде о роли и месте физических упражнений в оздоровительной и лечебной практике. Дал определение

физическим упражнениям – произвольные движения приводящие к непрерывному, глубокому дыханию.

Он утверждал, если человек умеренно и своевременно занимается физическими упражнениями и соблюдает режим, то он не нуждается ни в лечении, ни в лекарствах. Прекратив эти занятия он чахнет. Физические упражнения укрепляют мышцы, связки, нервы. Он советовал при занятиях учитывать возраст и здоровье. Высказывался о массаже, закаливании холодной и горячей водой. Рекомендациями Авиценны могли воспользоваться только феодалы.

Замечательным памятником педагогической литературы середины XVII в. является сочинение Епифания Славинецкого «Гражданство обычаев детских». В нем была сделана попытка показать место физического воспитания в системе образования детей, подчеркивалась его связь с умственным и нравственным воспитанием подрастающего поколения. Вот что писал Славинецкий в своей книге об играх детей: «Что украшает игранье: постоянство, честное веселие, борзость, крепость смысла, чинелюбовь общая играти и праведно ти, яко глаголют верно добротою и не кознию или ухищрением во игре тебе ждати».

6. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РОССИИ С XVIII в. И ПЕРВОЙ ПОЛОВИНЕ XIX века

Влияние реформ начала XVIII века на развитие физической культуры и спорта

К концу XVII в. Россия представляла собой обширное многонациональное централизованное феодально-абсолютистское государство, нуждавшееся в развитии промышленности, военного дела, науки и техники, просвещения, усовершенствовании государственного аппарата. На решение этих задач были направлены преобразования Петра I.

Быстрыми темпами стали развиваться металлургия, мануфактурное производство, кораблестроение, а также много внимания уделялось подъему русской национальной культуры. Большую роль в развитии физического воспитания сыграли преобразования в области просвещения и военного дела.

Однако следует оговориться, что значительные изменения, которые произошли в эту эпоху и в формах и в содержании физической культуры, относятся главным образом к тем из ее форм, которые обслуживали интересы господствующих классов. Что же касается простого русского народа и других народов, входивших в состав Российской империи, то их физическое воспитание и в это время сохраняло присущий ему издревле самобытный характер. Кулачные и палочные бои, борьба, плавание, хороводы, качели, катание на салазках с гор, игры, ярко окрашенные в различные национальные окраски, и другие формы народных развлечений, осужденные в свое время указами светской власти, на протяжении многих веков преследуемые церковью, теперь вновь получили право на жизнь.

В этом отношении реформы Петра I, хотя и косвенно, все же положительно сказались на развитии народного физического воспитания, освободив его от преследований со стороны церкви и органов государственной власти.

Но не мешая физическим упражнениям, являвшимся составной частью народных развлечений, правительство Петра I и не содействовало их распространению. А поскольку война, налоги и различного рода повинности тяжелым бременем ложились на плечи и без того разоренного крестьянства, ясно, что от этого страдала и сама основа его физического существования и развития.

Жизнь крестьянства была суровой и тяжелой. И все же, несмотря на это, русский народ в основном выгодно отличался своей физической силой, выносливостью, закалкой,

мужеством и способностью к перенесению длительных военных походов.

Введение физического воспитания в учебные заведения

В условиях больших преобразований в России со времен Петра I, неизмеримо возросли потребности в квалифицированных кадрах. В стране создаются светские учебные заведения. В 1701 г. в Москве в школе математических и навигационных наук вводится физическая подготовка как обязательный учебный предмет, а затем и в Морской академии (1719) в С.-Петербурге, в гимназии Глюка в Москве (1703). Средствами физического воспитания были – фехтование, верховая езда, гребля, парусное дело, стрельба из пистолета, танцы и игры.

Наряду с государственными учебными заведениями в это же время в С.-Петербурге появляются частные общеобразовательные школы, в учебном плане которых значительное место было отведено и физическому воспитанию. Школы эти принадлежали, как правило, шведам, попавшим когда-то в плен. В этих школах учились дети не только шведов, но и русских. Шведские преподаватели учили «вверяемых им детей латинскому, французскому и другим языкам и также морали, математике и всякого рода телесным упражнениям».

Во второй половине XVIII в. открываются гимназии и пансионаты для обучения детей дворян и разночинцев. Здесь внимание обращалось на привитие внешних манер поведения, а также фехтованию, танцам.

В учебные планы гражданских учебных заведений также были включены элементы физического воспитания. В 1755 г. был открыт Московский университет с двумя гимназиями для подготовки учащихся в Университет – для дворян и разночинцев. Сословный характер гимназий обу-

словил и систему постановки физического воспитания в них. В то время как в гимназии для дворян преподавались «экзерциции воинские, ежели иметь будет учеников», фехтование и танцы, в учебном плане гимназии для разночинцев эти предметы не предусматривались. Тот же учебный план сохранен для открытой в 1758 г. Казанской гимназии.

В правление Екатерины II большое внимание уделялось организации просвещения. Главное внимание обращалось на военно-учебные заведения, комплектовавшие своих воспитанников из дворян.

В связи с учебно-воспитательными реформами И.И. Бецкого, кадетский шляхетный корпус получил новый устав, утвержденный 11 сентября 1766 г. Значительно была расширена программа по общеобразовательным предметам. Однако наибольшие изменения коснулись физического воспитания. Учебный план предусматривал только преподавание «танцевания и фехтования», тем не менее, физическое развитие признавалось решающим в быту кадетского корпуса.

В детском возрасте кадеты получали общее физическое воспитание согласно правилам, изложенным в «наставлении о воспитании детей». В возрасте от 15 до 18 лет главное внимание обращалось на верховую езду, вольтижировку и фехтование. С 1772 г. по инициативе Бецкого в корпусе велось обучение «мячиковой игре», преподавателем который был приглашен «профессор мячиковой игры господин Корбин де Плеси из Парижа». Обязанности его заключались в обучении «во всем том, что до мячечной игры принадлежит, т.е. мортировать игру, сделать мячики и рапиры». Несмотря на то, что желающих обучаться не оказалось, Плеси по заключенному с ним контракту получал в течение 6 лет по 1000 рублей в год, причем по истечении этого срока с ним был заключен контракт еще на три года. В 1796 г., упорно стремясь привить «благородному юноше-

ству» вкусы французской дворянской молодежи, среди которой игра в мяч пользовалась большой популярностью, Бецкой пригласил другого «профессора», некоего Бюссона на этот раз с жалованием 500 рублей в год.

Этот пример свидетельствует о том, что если в первой половине XVIII века физическое развитие проводилось по методам, усвоенным из немецких кадетских корпусов, то при Екатерине II «решающее влияние оказала система физического воспитания французской дворянской молодежи».

В 1804 г. создается Устав учебных заведений. Появляется система в образовании – приходские и уездные училища, гимназии и университеты. В училищах физическое воспитание не было предусмотрено, а в гимназиях и университетах – необязательный предмет.

Лучше всего физическое воспитание было поставлено в закрытых дворянских учебных заведениях-лицеях. В Царскосельском лицее был специальный зал, где занимались фехтованием, гимнастикой и другими физическими упражнениями и играми.

Военно-физическая подготовка в русской армии

Реформы XVII и XVIII вв. оказали влияние на создание системы военно-физической подготовки в русской армии.

Все началось с организации Петром I Семеновского и Преображенского потешных полков. Здесь были выходцы из всех слоев. В ходе потех совершенствовались боевая выучка солдат, развивались проворство, ловкость, выносливость, сила, быстрота. Во время игр и походов солдаты учились брать искусно построенные крепости, преодолевать препятствия.

После смерти Петра I иностранцы обучали русских солдат ненужным приемам, муштре, парадности.

Большая заслуга в сохранении Петровских традиций принадлежит А.В. Суворову (1730 – 1800). В своих произ-

ведениях об армии он изложил взгляды на военно-физическую подготовку солдат и офицеров.

Суворов начал службу простым солдатом и поэтому прекрасно знал быт и нужды русского войска. Будучи хилым от рождения, он систематически закалял себя. Суздальский полк под его командованием значительно выделялся своей военной и физической подготовкой из числа других. Вопросы морального и физического воспитания русского бойца стояли у него на первом плане. Физическая подготовка солдат велась Суворовым весьма разнообразно. Он учил быстроте перестроений, меткому огню. Каждое ученье заканчивалось штыковым боем, которому он придавал решающее значение. Знаменитый суворовский военный переход через Альпы стал возможен лишь потому, что и в мирное время Суворов придавал большое значение физической выносливости. Во время тренировок солдат учили проходить через густые леса, бегу, лазанию по лестнице, переходам через валы и рвы. Суворов сам подавал пример физической закалки и выносливости, проделав в 69 лет труднейший в истории военного искусства Швейцарский поход. «Учить не рассказом, а показом» – было основное правило Суворова. Его методика обучения солдат, подытоженная в книжке «Наука побеждать», сводилась к следующему: «Экзерцирование мое было не на караул и не на плечо, но прежде торопливость, затем различное марширование, а потом уже приемы, скорый заряд и конец – удар в штыки».

Вопросам гигиены и здоровья солдат Суворов уделял большое внимание. В русской армии ежегодная убыль солдат от болезней достигала колоссальной цифры. Суворов в 1796 г. добился того, что смертность его солдат составляла 0,012%.

На флоте петровско-суворовские традиции военно-физической подготовки воплощал адмирал Ф.Ф. Ушаков (1744 – 1817). Специальная физическая подготовка матросов

включала упражнения в лазании по канатам и мачтам, бег по корабельным снастям, упражнения на быстроту в установке и уборке парусов, занятия плаванием и греблей, прицельной стрельбой с движущихся качелей, имитирующих качку, учебные abordажные бои из наиболее прогрессивных систем военно-физической подготовки моряков, она способствовала повышению боеспособности российского флота.

После А.В. Суворова его направление военно-физической подготовки войск развивали М.И. Кутузов, П.И. Багратион и другие офицеры и генералы, прославившиеся в Отечественной войне 1812 года. Однако с окончанием этой войны и созданием Священного союза (1815) в русской армии снова наступила полоса реакции. Суворовские методы военно-физического воспитания были преданы забвению. Царское правительство насаждало в армии муштру, шагистику, изучение бессмысленных артикулов (приемов), палочную дисциплину. Все это ослабляло боеспособность армии.

Поражение России в Крымской войне в середине 50-х гг. XIX в. обнаружило недостатки в боевой и физической подготовке войск.

Физическое воспитание и спорт в быту народов нашей страны

В XVIII веке среди простого народа бытовали излюбленные физические упражнения, к которым в первую очередь можно отнести борьбу и кулачный бой.

Борьба и кулачный бой проводились в праздничные дни, когда на соревнования приходило много зрителей. Были выработаны неписанные правила соревнований, которых неуклонно придерживались противники.

Имена кулачных бойцов были широко известны в городе и в деревне. В России славились не только петербург-

ские и московские бойцы, но и казанские, калужские и тульские. В Москве был известен своей недюжинной силой Семен Трещала. В Петербурге лучшим кулачным бойцом долгое время был целовальник Гордей. Не менее известным был тульский оружейник Алеша Родимый.

Среди молодежи были популярны такие игры, как городки, свайка, игры в мячик (ножик, мушка, чушка). Все эти игры на ловкость, силу и скорость были древнейшего происхождения и полностью сохранили свою самобытность в XVIII веке.

Сохранились в XVIII в. также и другие виды народных развлечений: качели, катание с гор и на коньках.

Вот как описывает А. Ровинский (1881) народные увеселения: «Одним из главных увеселений на масленице были борьба и кулачные бои... Борьба была разная – простая... и охотничья... Практиковался и особый способ борьбы, так называемый московский, при котором борец, покосив противника на правую сторону, вместе с тем подбивал ему носком правой ногой его левую ногу и этим способом мгновенно сшибал его с ног на землю; с этой борьбы пошла и народная поговорка: «Матушка, Москва, бьет родимая с носка».

Впрочем, борьба один на один не давала народу настоящего простора и потому далеко не была в таком ходу, как бой на кулачках, который представлял возможность принимать участие не только взрослым, но и малолеткам... Присутствующие разделялись на двое и выстраивалась друг перед другом в две стены; драку начинали в небольших боях – мальчики, в больших заправских боях – заводные, один на один, потом шли все остальные, стена на стену; запасные бойцы стояли в стороне и принимали участие в драке только тогда, когда их стену начинала теснить противная сторона. Сцеплялка – свалка, в которой бой обращался в беспорядочную свалку и бесцельное тужение, не

причислялась к охотничьим боям, а представляла переход к простой обиходной драке».

Физическое воспитание в быту дворянства

В этот период в физическом воспитании привилегированных сословий, в отличие от народных его форм, произошли значительные изменения.

Первое, что следует отметить, – широкое применение физического воспитания в форме военизированных игр в потешных войсках Петра I. Ни до Петра I, ни после него, вплоть до появления в России перед Первой мировой войной скаутского движения, мы не знаем ничего подобного этому в истории физической культуры. Широко задуманный, а затем и осуществленный проект военной и физической подготовки юношества, состоящий из увлекательных потех на суше и на воде, с постепенным охватом значительного числа дворянской молодежи и детей «иных чинов» – таков был путь развития физического воспитания в потешных войсках, положивших начало регулярной армии Петра I.

После смерти Петра I придворное дворянство стало культивировать модные в Западной Европе «светские» физические упражнения. На первом плане была охота и стрельба. Во дворцах устраивались тир, где проводилась стрельба, обязательная для всех придворных.

Культивирование верховой езды, являвшейся излюбленным видом спорта среди знатных дам, носило характер подражания Западной Европе. Специальные берейторы обучали главным образом красивой посадке. Придворное дворянство не только могло широко пользоваться иностранной литературой, но получило руководство на русском языке, изданное в 1795 г. Байером, под названием «Школа верховой езды для охотников, желающих обучаться и т.д.»

В 60-х годах XVIII в. придворная знать стала увлекаться «каруселью» – конной военной игрой, заимствованной опять же на Западе и считавшейся «рыцарским упражнением». Лучшими ездоками считались братья Орловы – Григорий и Алексей.

Развитие педагогической и естественнонаучной мысли в области физического воспитания

Педагогические идеи в России после Петра I тесно связаны с возвышением дворянского класса и его стремлением не только к приобретению материальных благ, но и к получению образования. Дворянство стремилось получить соответствующее его значению, как привилегированного класса, воспитание. Поскольку русская педагогика того времени находилась еще в зачаточном состоянии и не соответствовала тем требованиям, которые предъявляло русское дворянство, приходилось опять обращаться к накопленным веками педагогическим идеям Запада. Теория физического воспитания стояла далеко не на втором плане. Это понимал уже младший современник Петра I, Василий Никитич Татищев (1686 – 1750), пытавшийся обосновать в своем «Разговоре о пользе наук и училищ» (1733) значение его для дворянского класса. Татищев был одним из образованнейших людей своего времени. Он был хорошо знаком с западноевропейской философией и политической литературой. Татищев понимал, интересы своего класса и знал, что именно внешний лоск, «щегольские науки» дадут русскому дворянству полное равноправие с западноевропейским дворянством. Характерно также, что Татищев в своей классификации наук (полезные, нужные, вредительские, щегольские, любопытные) – фехтование и верховую езду, стрельбу из пистолета относил к «нужным наукам». Изучение этих наук, по мысли Татищева, дворянину нужно не только для обороны отечества, но и «для отвращения общего вреда», т.е. для защиты своих классовых интересов.

При Екатерине II вопросы физического воспитания стали ставиться совершенно по-новому и серьезнее, на практике этим занимался Иван Иванович Бецкой (1704 – 1795). Прекрасный знаток французской просветительной философии, Бецкой занимал посты президента Академии художеств и директора сухопутного шляхетского корпуса. Именно в этих учебных заведениях, а также в московском коммерческом училище, в воспитательном обществе для благородных девиц и воспитательных домах стал проводить Бецкой новые идеи физического воспитания. Им были написаны уставы для этих заведений, составившие два обширных тома «Учреждений и уставов, касающихся до воспитания и обучения в России юношества обоего пола» (1774 г.). Кроме того, Бецкой составил «Краткое наставление, выбранное из лучших авторов с некоторыми физическими примечаниями о воспитании детей от рождения их до юношества», в котором впервые на русском языке подробно и систематически излагались правила физического воспитания.

Основное, к чему стремился Бецкой, – это к созданию новой «породы» людей путем воспитания, т.е. «новых отцов и матерей, кои бы детям своим те же прямые и основательные воспитания правила в сердце вселить могли, какие получили они сами, и от них де передали бы паки своим детям; и так следуя из родов в роды в будущие века». Поэтому основной задачей является изолирование детей от «звероподобных и неистовых в словах и поступках» людей и создании воспитательных домов и училищ, в которых должна проводиться новая система воспитания. Для него было важно, чтобы дети были крепкого сложения, которое достигается закаливанием и суровым физическим воспитанием уже с младенческих лет. «Для порядочного воспитания и обучения» Бецкой определил пять возрастов, причем для каждого полагались определенные физические упражнения.

Основное для физического развития – это движения, и чем они разнообразнее, тем здоровее ребенок. Вот почему Бецкой придает большое значение подвижным играм на открытом воздухе. Он решительно высказывается против тех игр, в которых нет или мало движения, а рекомендовал: чистый воздух, увеселение забавами, играми.

Стремясь к тому, чтобы ребенок получил «крепкое сложение», Бецкой не заботился о том, чтобы обеспечить это на практике.

Таким образом, с одной стороны, сказались малоподготовленность и необоснованность применения западноевропейской теории физического воспитания в условиях русской действительности, вследствие чего реформы Бецкого потерпели неудачу; с другой стороны, классовый характер теории физического воспитания Бецкого нашел достаточно яркое подтверждение в системе организации воспитательных домов, так как дворянство было равнодушно к интересам малоимущих классов населения.

Михаил Васильевич Ломоносов (1711 – 1765) признавал, что особое значение для сохранения здоровья и физического развития имеет движение. Он планировал поднять вопрос о государственных мероприятиях по развитию физического воспитания в России, а одну из статей собирался назвать «Олимпийские игры».

Возможно, под влиянием идей М.И. Ломоносова Екатерина II учредила в 1766 г. «Петербургские олимпийские игры» – праздник, в программе которого, помимо аттракционов и разнообразных развлечений, были состязания всадников, борцов и кулачных бойцов. Победителям вручали золотые медали с подписью «С Алфеевых на Невские берега». Образец такой медали хранится среди экспонатов Эрмитажа.

Академик А.П. Протасов в 1765 г. выступил с докладами о «Физическом воспитании детей» и «О необходимости движения для сохранения здоровья», где утверждал, что

физические упражнения являются средством сохранения здоровья, укрепления организма, закаливания.

Решительно выступал против дворянской системы воспитания того времени великий русский просветитель и философ Александр Николаевич Радищев (1749 – 1802). Он считал, что она рассчитана на подготовку «высокомерных щеголей», а главным, по его мнению, должно быть воспитание «истинных сынов отечества, активных борцов за счастье народа». Этой цели должно подчиняться и физическое воспитание, которому А.Н. Радищев отводил важную роль. Лучшими средствами физического воспитания он считал закаливание, естественные упражнения, широко применяемые в народном быту, физический труд. В своем знаменитом произведении «Путешествие из Петербурга в Москву» Радищев пишет: «Прежде всего, необходимо закалять физическими упражнениями свое тело. Не надо огорчаться, если юноша не получил «светского» воспитания, но «вспомните, что вы бегаєте быстро, что плаваете не утомляясь, что подымаете тяжести без натуги, что умеете водить соху, вскопать гряду, владеете косою и топором, стругом и долотом, умеете ездить верхом, стрелять». То есть все указанные автором навыки он считает гораздо более полезными, чем «светское» воспитание. На страницах повести отведено место рекомендациям и по физическому воспитанию девушек.

Взгляды А.Н. Радищева на физическое воспитание вытекали из его философского понимания человека как существа социального. Поэтому он считал, что оно должно носить общественный характер и одним из первых в России провозглашал идею государственной организации системы воспитания для детей всех сословий, а не только дворян.

Виссарион Григорьевич Белинский (1811 – 1848), Александр Иванович Герцен (1812 – 1870) критиковали официальную педагогику, считали, что в содержание воспитания

в равной степени должны входить умственное, нравственное, эстетическое и физическое развитие.

7. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РОССИИ СО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЫ XIX в. ДО НАЧАЛА XX в.

В начале второй половины XIX в. феодально-крепостная система России переживала глубокий кризис. Поражение царской России в Крымской войне (1853 – 1855) особенно ярко показало всю отсталость крепостной системы. Правительство провело ряд реформ: было отменено крепостное право (1861), проведена земская (1864), военная (1874) и школьная (1860 – 1880) реформы.

Развитие идейно-теоретических и научных основ физического воспитания

Начиная с 1850 – 1860 годов проблемы физического воспитания как части общего образования и гармонического развития личности поднимались в философской, педагогической и научной литературе.

Значительный вклад в основу науки о физическом воспитании своими трудами внесли Николай Гаврилович Чернышевский (1828 – 1889) и Николай Александрович Добролюбов (1836 – 1861). Подвергнув анализу и критике буржуазную педагогику и систему воспитания в России, они разработали новую педагогику и основные ее принципы – демократизм, народность и гуманизм. Чернышевский и Добролюбов считали, что гармоническое развитие должно состоять из умственного, нравственного, эстетического и физического воспитания. К средствам физического воспитания ими относились – гигиена занятий физическими упражнениями, народные физические упражнения, подвижные игры, прогулки, закаливание, а главным считался труд.

Защищая народные средства физического воспитания, Чернышевский и Добролюбов резко критиковали тех деятелей, которые навязывали иностранные методы гимнастики. Добролюбов писал по этому поводу: «Жаль, что никто из поклонников национальной германской гимнастики не съездит к нам в киргизские степи или Башкирию. Там гимнастика процветает; своего рода Олимпийские игры с борьбой и лазаньем на шесты и бегом в запуски повторяются периодически; подвиги отличившихся воспеваются степными Питардами, и во славу их звучат туземные барбитоны и флейты, чебызги и кураи».

Большой вклад в педагогическую теорию обучения, воспитания и образования внес великий русский педагог Константин Дмитриевич Ушинский (1824 – 1870), который развил принципы народности и гармоничности, что и явилось основой его педагогической системы. В своем педагогическом сочинении «Человек как предмет воспитания» он определил воспитательную и образовательную деятельность учителя. Поднимал вопросы об индивидуальном подходе к ученикам с учетом их психолого-физиологических особенностей.

Определяя средства физического воспитания детей и подростков ориентировался на принципы народности. Считал, что основу физического воспитания должны составлять народные игры и физические упражнения в сочетании с трудом. Игры ценились Ушинским за общественную направленность и отражение трудовой и бытовой жизни народа.

Его взгляды на физическое воспитание не лишены недостатков, так как трактовались с чисто биологических позиций.

В развитие теории физического воспитания большой вклад внес Дмитрий Иванович Писарев (1840 – 1868). В своих трудах он поднимал важные вопросы о пользе и не-

обходимости физического воспитания детей. Физическое воспитание должно содействовать оздоровлению и закаливанию организма.

Большое значение для развития естественнонаучных основ физического воспитания имели работы ученых Н.И. Пирогова, И.М. Сеченова, И.П. Павлова.

В работах русского хирурга-анатома Николая Ивановича Пирогова (1810 – 1881) была обоснована идея о зависимости строения органов тела от их функций. Это позволило выяснить влияние повторных физических упражнений на развитие и изменение форм тела, развитие мышечной массы. На этой основе разрабатываются принципы функциональной анатомии. Им был впервые в России издан анатомический атлас.

Русский физиолог Иван Михайлович Сеченов (1829 – 1905) показал наличие прочной связи между деятельностью центральной нервной системы и мышечными движениями. Труды Сеченова заложили основы изучения физиологии физических упражнений, проблем утомления и активного отдыха при мышечной деятельности человека.

Научные положения Сеченова получили развитие в трудах русского физиолога И.П. Павлова (1849 – 1936). Его учение о высшей нервной деятельности, единстве физического и психического, об образовании условных рефлексов имело значение для изучения роли физических упражнений в формировании двигательных навыков и умений для трудовой и спортивной деятельности. Учение Павлова о типах нервной деятельности помогло в развитии теории и методики физического воспитания, врачебного контроля за занимающимися физическими упражнениями.

Врач-гигиенист Егор Арсеньевич Покровский (1834 – 1895) оставил большое литературное наследие по теории и методике физического воспитания детей. Этой теме Покровский посвятил более 70 работ. Наиболее значимый труд – «Физическое воспитание детей у разных народов,

преимущественно России». По мнению автора, «физические упражнения способствуют не только укреплению и развитию внешней телесной силы, но не менее того и образованию ума». К основным средствам физического воспитания Покровский относил народные игры, ходьбу, бег, борьбу. Ценил проведение соревнований по плаванию, гребле, верховой езде, лыжам, конькам и играм, но при соблюдении правил гигиены и медицинском контроле. Отрицательно относился к упражнениям на снарядах.

Деятельность П.Ф. Лесгафта и его система физического образования

Петр Францевич Лесгафт (1837 – 1909) родился и получил образование в Петербурге. Свою научную и педагогическую деятельность начал после окончания С.-Петербургской медико-хирургической академии, где он и остался работать, в 1865 г. защитил диссертацию на степень доктора медицины, а в 1868 г. стал доктором хирургии. В этом же году П.Ф. Лесгафт начинает работать в Казанском университете, но за критику реакционной части профессуры был уволен без права преподавания. Возвратясь в С.-Петербург начинает работать врачом в частной гимназии, где очень тщательно и с большим интересом изучает практический опыт гимнастических занятий. Свои знания в области анатомии и физиологии кладет в основу научной теории физического воспитания. В 1874 г. опубликовал первую работу «Основы естественной гимнастики», которая привлекла внимание общественности и заинтересовала военное ведомство. Ему вновь разрешают педагогическую деятельность и он создает систему физической подготовки для учащихся военной гимназии. Лесгафт в течение двух лет изучал системы физического воспитания в западных странах.

Свои выводы относительно физического воспитания в школе П.Ф. Лесгафт изложил в работе «Руководство по физическому образованию детей школьного возраста». Приведем основные положения его теории.

1. Системы физического воспитания подчинены закономерностям физиологии. Параллельно с развитием физиологии постоянно нужно пересматривать и развивать физические упражнения.

2. Физическое воспитание является необходимым средством формирования гармонично развитого человека. Только гармонично развитый человек способен во всех областях жизни на оптимальную производительность с наиболее экономичным использованием энергии и в наиболее короткий срок.

3. Гармоничное развитие основывается на единстве физических и духовных сил человека и происходит при ведущей роли сознания.

4. Обучение физическому воспитанию по существу является частичной передачей учебного материала, накопленного в ходе истории.

5. Нормального физического развития можно достичь только при научно обоснованной системе физического образования.

6. Учебный материал из системы физического образования охватывает только виды движений, легко усваиваемые в школьном возрасте, такие, как ходьба, бег, прыжки, метание, борьба, вольные упражнения, игры и туризм.

7. Физическое воспитание осуществляется в соответствии с общепедагогическими принципами, поэтому в ходе обучения большое внимание следует обращать на постепенность, последовательность, возрастные особенности человека и принципы очередности.

П.Ф. Лесгафт отрицал пользу спортивных соревнований и упражнений на снарядах, принижал значение показательных выступлений. Несмотря на эти недостатки, разработал

многие положения, которые имеют решающее значение в теории физического воспитания.

Классификация физических упражнений состояла из четырех разделов.

1. Простые упражнения (движения головой, туловищем, конечностями).

2. Упражнения с увеличивающимися напряжениями (упражнения с палками, гирями, метанием деревянных и железных шаров, прыжки, борьба, лазание).

3. Упражнения с изучением пространственных и временных отношений (метания в цель, бег в заданном темпе, прыжки на расстояние).

4. Систематические упражнения в виде сложных действий (игры сложные и простые, плавание, бег на коньках и лыжах, фехтование, походы и экскурсии).

В педагогической деятельности П.Ф. Лесгафта важное место занимала подготовка кадров физического воспитания. В 1877 – 1882 гг. он создает и возглавляет учебно-гимнастические курсы руководителей физической подготовки военных учебных заведений и армий. В 1896 г. по образцу этих курсов – Высшие курсы воспитательниц и руководителей физического образования. На базе этих курсов в 1918 г. был открыт институт физического образования имени П.Ф. Лесгафта.

Физическое воспитание в учебных заведениях

В ходе школьной реформы 60 – 70-х гг. были приняты новые положения и уставы о народных училищах, гимназиях и университетах. Эти реформы в очень малой степени коснулись постановки физического воспитания в учебных заведениях.

В 1862 г. кадетские корпуса были реорганизованы в военные гимназии, в них была расширена программа изучаемых предметов, приглашены лучшие педагоги, а также гим-

назии отличались хорошей постановкой физического воспитания.

В начале 80-х гг. гимназии были вновь переименованы в кадетские корпуса и гимнастика в них стала дополнительным средством военной муштры и издевательства над кадетами.

С 1872 г. гимнастика стала обязательным предметом в реальных училищах.

В 1873 г. было издано руководство по гимнастике для сельских школ.

В 1889 г. вышла в свет «Инструкция и программа преподавания гимнастики в мужских учебных заведениях и в армии». Несмотря на то, что этим документом предусматривались занятия строевыми и военными упражнениями, а также развитие физических качеств, на практике она мало, где применялась.

В общем, в учебных заведениях не было специалистов и материальной базы для проведения занятий физическими упражнениями. Государственные органы не проявляли заинтересованности в улучшении постановки физического воспитания.

Лишь общественные деятели и отдельные педагоги стремились к тому, чтобы улучшить положение дел с физическим воспитанием детей. Они во внеучебное время организовывали детские игры, создавали спортплощадки и кружки для занятий физическими упражнениями. Но и их забота во многом сводилась на нет теми тяжелейшими условиями, в которых жила основная масса детей в России.

В начале XX в. наблюдается подъем физического воспитания и спорта в учебных заведениях.

В 1904 г. при министерстве народного просвещения создается врачебно-санитарный отдел, в обязанности которого входило наблюдение за физическим состоянием и здоровьем детей.

В 1908 г. по инициативе военного министра и с участием Николая II в начальных школах вводится обучение военному строю и гимнастике. Преподавателями были унтер-офицеры, солдаты, урядники.

В этот период создаются отряды «потешных», где дети обучались военному строю, гимнастическим упражнениям, принятым в армии, военным играм. В течение трех лет (1910 – 1912 гг.) военный министр и Николай II проводили и присутствовали на парадах «потешных». К 1914 г. эти отряды перестали существовать.

В средних учебных заведениях – частных гимназиях, реальных и коммерческих училищах, кадетских корпусах – учились дети дворян, буржуазии, чиновников. Занятия по физическому воспитанию в этих заведениях проводились на более высоком уровне специально обученными педагогами. На них отводилось 2 – 3 часа в неделю.

В 1913 г. вопрос о состоянии физического воспитания в средних учебных заведениях поднимался на заседании в Государственной думе. В результате министр народного просвещения Игнатьев утвердил комиссию по физическому воспитанию в средних школах, которая разработала программу, с учетом занятий спортом и ручным трудом.

В учебных заведениях России не было единой методики преподавания гимнастики. Все зависело от подготовки учителей. В большинстве средних учебных заведений занятия строились по методу сокольской гимнастики, в некоторых преобладала шведская или немецкая гимнастика. Выпускники курсов П.Ф. Лесгафта проводили уроки, используя средства и методы, разработанные русским ученым.

Во внеурочное время, по инициативе замечательных русских педагогов Н.С. Филитиса, Н.О. Массалитовой, И.Я. Герда, Н.В. Зака, с детьми организовывались экскурсии, соревнования, занятия спортом, игры.

К этому периоду относится и создание скаутских отрядов, основной задачей которых являлось пополнение рядов

офицеров, преданных царю. Педагогами являлись скаут-мастера из Англии. Детей учили заниматься разведкой, помогать полиции и т.д. Средствами физического воспитания являлись элементы сокольской гимнастики, различные виды спорта и военизированные игры.

С начала XX в. гимнастика, спорт и игры получают распространение среди студентов. Чтобы отвлечь студентов от политической борьбы, разрешено было организовывать спортивные секции. В университетах Петербурга, Москвы, Киева, Томска создаются кружки спорта, гимнастики и игр. В 1911 г. организовываются С.-Петербургская, а в 1914 г. Московская городские спортивные лиги студентов, которые стали проводить соревнования среди учащихся высших учебных заведений.

К началу Первой мировой войны в России было 105 вузов, в 40 из них – спортивные кружки по фехтованию, лыжам, конькам, гимнастике, футболу, борьбе, легкой атлетике. Самодеятельное развитие не могло компенсировать отсутствие физического воспитания как обязательного предмета в учебных планах вузов.

Развитие спорта и участие русских спортсменов в международных соревнованиях. Российские Олимпиады

После реформ XIX века возникли спортивные общества и клубы, доступ в которые имели лишь представители крупной буржуазии и дворянства. Первыми были «С.-Петербургский речной яхт-клуб» (1860) и «Речной яхт-клуб» в Москве (1867).

Наибольшее распространение получили такие виды спорта, как футбол, лыжи, борьба, легкая атлетика, гимнастика, гребной спорт, поднятие тяжестей.

Большое значение для развития спорта в России имели международные встречи спортсменов. В конце XIX века представители и спортсмены нашей страны принимали уча-

стие в международной спортивной жизни. В 1894 г. генерал А.Д. Бутовский участвовал в Международном спортивном конгрессе в Париже, где был избран в члены Международного олимпийского комитета.

Несмотря на то, что российские спортсмены не участвовали в первых Олимпийских играх в Афинах, они постоянно принимали участие в международных соревнованиях по конькобежному спорту, борьбе, тяжелой атлетике, велоспорту, фехтованию, гребле.

С начала XX в. русские спортсмены нередко выходили победителями на первенствах Европы и мира, в Олимпийских играх.

Н. Струнников дважды в 1910 и 1911 гг. был чемпионом мира по конькам. Н.А. Панин-Коломенкин завоевал золотую медаль по фигурному катанию на IV Олимпийских играх в Лондоне (1908). Борцы Н. Орлов и А. Петров серебряные медали на этих играх.

Отметим и других талантливых спортсменов: Н. Струнников и В. Ипполитов (коньки), С. Елисеев (штанга). И. Поддубный (борьба), А. Харлампиев (бокс), М. Свешников (гребля).

В 1912 г. Россия впервые полной командой официально выступила на Олимпийских играх в Стокгольме. Из-за плохой подготовки команды Россия заняла предпоследнее место в неофициальном зачете, завоевав две серебряные и две бронзовые награды и поделив с командой Австро-Венгрии 15 – 16 место.

В конце 1912 г. в целях усиления контроля и политического надзора за деятельностью спортивных обществ царское правительство создало «Канцелярию главного наблюдающего за физическим развитием народонаселения Российской империи». В 1913 г. при ней был организован Временный совет, в который вошли представители министерств – военного, просвещения, финансов, путей сообщения, а также от императорского двора и др. Учреждение

канцелярии и совета не оказало существенного влияния на развитие спортивного движения в России.

После неудачного выступления на Олимпийских играх по предложению Российского Олимпийского комитета было решено ежегодно проводить свои Российские Олимпиады. Первые прошли в 1913 г. в Киеве и в 1914 в Риге. В соревнованиях в Риге приняло участие 24 города. Программа рассчитана была на шесть дней, в нее входили соревнования для мужчин по таким видам спорта, как легкая атлетика, гимнастика, фехтование, стрельба, вело- и мотоспорт, тяжелая атлетика, конный спорт, футбол, плавание, парусно-гребные гонки; для женщин – по легкой атлетике и фехтованию.

Накануне Первой мировой войны в России насчитывалось свыше 1200 спортивных, охотничьих и рыболовных клубов и обществ. Спортивные клубы (800) объединяли 50 тыс. спортсменов. Эти показатели намного ниже, чем в Германии, США, Англии, Франции и др.

Во главе спортивных обществ «Богатырь», «Маяк», Всероссийских спортивных лиг и союзов (футбола, конного и теннисного спорта и др.) стояли генералы, коммерсанты, банкиры.

Первые шаги делали: баскетбол, плавание, русский хоккей, ручной мяч, автмотоспорт.

В стране стали проводиться соревнования в городах и губерниях, а по некоторым видам – первенство России.

В 1915 г. правительство объявило мобилизацию спортсменов для помощи царской армии.

8. ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ В СССР

8.1. СТАНОВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СССР

После Октябрьской революции в 1917 г. среди первых мероприятий Советской власти значилось и создание в

рамках Государственного Наркомата просвещения отдела школьной медицины и гигиены, основной задачей которого было организация питания, а также постановка физического воспитания в школе.

Небольшая группа ученых, врачей и педагогов, признавшая Советскую власть, в Петрограде и Москве начала разрабатывать научные основы системы социалистического физического воспитания.

22 апреля 1918 г. ВЦИК принял декрет «Об обязательном обучении военному искусству», согласно которому было учреждено Главное управление всеобщего военного обучения и формирование резервных частей Красной Армии (всевобуч). В его составе был организован отдел физкультурного развития и спорта, ведавший физической подготовкой в частях Красной Армии, на пунктах допризывной подготовки, а также среди гражданского населения.

Военное обучение проходили граждане от 16 до 40 лет. Оно включало в себя и физическую подготовку – занятия гимнастикой и различными видами спорта. Военное обучение строилось по 96-часовой программе.

Но для того, чтобы осуществлять физическую подготовку по программе всевобуча, нужны были специалисты. В связи с этим в Москве в 1918 г. было создано высшее специальное физкультурное заведение, а в 1919 г. на базе бывших курсов П.Ф. Лесгафта открылся Государственный институт физического образования.

В 1919 г., руководствуясь программой по военному делу, было разработано содержание занятий физкультурой с детьми и юношеством. Эти материалы служили основой для составления губернскими отделами народного образования примерных программ.

Программы разрабатывались учителями, инспекторами и инструкторами физкультуры и утверждались губернскими научно-методическими советами. Программы значи-

тельно отличались по содержанию. Например, в основу программы, разработанной Иркутским ГубОНО (губернский отдел народного образования), была положена сокольская система с сохранением ее терминологии. Авторы программы не отказывались от исторического наследия в области теории и практики физического воспитания, максимально используя все лучшее, полезное, что было накоплено ранее. Материалами при составлении программы служили «Теория и практика, курс физического воспитания (Ж. Демени, Ж. Филини), «Физическое воспитание» (В.В. Гориневский).

В апреле 1919 г. состоялся первый Всероссийский съезд по физической культуре, спорту и допризывной подготовке, который выработал программу развития советского физического воспитания и спортивного движения на военный период.

Охваченная кольцом интервенции Советская Россия не получила приглашения на Олимпийские игры, проходившие в 1920 г. в Антверпене. И было решено провести в стране областные соревнования под названием «Среднеазиатская», «Сибирская», «Кавказская» олимпиады. Но из-за необходимости сосредоточить силы против Колчака проведение в Москве финалов не состоялось.

В середине 20-х гг. вместе с созданием ликбезов развернулось движение за ликвидацию «физкультнеграмотности», которое сопровождалось вовлечением широких масс населения в спортивные секции, разъяснением оздоровительной и воспитательной роли занятий физическими упражнениями.

27 июня 1923 г. был образован центральный орган управления – Высший Совет физической культуры (ВСФК), который учредил свои отделы в республиках, губерниях и городах, решал задачи, связанные с физической культурой.

Физическое воспитание в начальной, средней и высшей школах

Высший Совет физкультуры ввел на 1923/24 учебные годы всеобщее, обязательное преподавание физкультуры в школах. Но этот процесс шел очень медленно. Такая же картина была и со школьным спортом. Физкультурные кружки были только в школах крупных городов. Такое критическое положение объяснялось экономическими трудностями, нехваткой гимнастических залов и специалистов, но самой основной трудностью было отсутствие содержания и методов работы советской физической культуры.

В связи с этим возникло много всевозможных направлений в вопросах определения содержания и методов социалистической физической культуры.

Выступавшие под знаком центризма детского физического воспитания видели развитие физической культуры в том, чтобы в школах занимались только благоприятной и полезной для учеников игровой деятельностью, тем самым упрощались подходы к физическому воспитанию.

Сторонники медицинского направления видели основы физического воспитания в кондиционной гимнастике, они считали, что лечебная гимнастика, став всеобщей в практике школ и спортивных кружков, может не только устранить возможность производственных заболеваний, но и создать связи между процессом работы и физическим воспитанием.

Гигиеническое направление и его преемники исходили из того, что эксплуатация и нездоровый образ жизни прошлого поколения закономерно ослабили организм рабочих и их детей. Для них работа означала лишь ощутимую усталость, и поэтому дальнейшую нагрузку, связанную с гимнастической и спортивной деятельностью, они считали только подрывом здоровья.

Специальную форму пути развития физкультуры представлял Комитет художественного физического воспитания. По представлению Комитета, действительное физическое воспитание должно основываться на художественном переживании в процессе работы. В предлагаемых формах были отброшены буржуазные системы упражнений и вместо них введены стилизованные формы рабочих движений (загребание угля, пиление, строгание и др.). Основным содержанием физической культуры должны стать – гимнастика, спорт, подвижные игры.

В 1927 г. была выпущена программа по физической культуре, ставшая исходным рубежом для всех следующих программ, в ней были сформулированы задачи физического воспитания, средства и методы урока физкультуры, формы организации, также ею предусматривалось проведение в начальной школе уроков физической культуры три раза в неделю. Схема урока состояла из 6 серий (как в уроке у Ж. Демени) для начальной школы и 8 серий для средней: 1) порядковые упражнения; 2) подготовительные упражнения; 3) метание; 4) сопротивления; 5) прыжки; 6) специальные упражнения профилактического и корригирующего характера для отдельных групп мышц; 7) ходьба; 8) заключительная часть.

Недостатки этой программы заключались в том, что не было учета физкультурных достижений, она не давала конкретных нормативных требований. В рамках программы осуществлялось также воспитание санитарно-гигиенических навыков – с изучением явлений окружающей среды (производство, рынок, пекарня). Это сокращало время на физические упражнения.

В 1927 – 1928 гг. физическое воспитание было включено в учебные планы педагогических и медицинских вузов. В июле 1929 г. физическое воспитание стало обязательным предметом в высших учебных заведениях России, а с 1930 г. оно стало обязательным предметом во всех вузах

СССР. Для осуществления работы в данном направлении в вузах были созданы кафедры физического воспитания и спорта, приглашены на работу соответствующие специалисты. Студенты занимались лыжным спортом, боксом, стрелковым спортом, гимнастикой, баскетболом и волейболом. Серьезным препятствием для осуществления физического воспитания студентов являлось отсутствие материальной базы, спортивных сооружений и инвентаря.

В конце 30-х гг. физическое воспитание и спорт все прочнее занимали свое место в системе учебно-воспитательной работы средних и высших учебных заведений.

В 1939 г. были внесены изменения в школьные программы физического воспитания. Введена была начальная и допризывная военная подготовка школьников, которой предусматривались строевая подготовка, стрельба, правила противовоздушной обороны и противохимической защиты. В новых программах отводилось место внеклассным и внешкольным формам занятий гимнастикой, спортом и играми.

В стране регулярно проводились соревнования на первенство школ, районов, городов, областей, республик и Советского Союза.

Вся работа с подрастающим поколением и студентами строилась по единым программам на основе комплекса БГТО и ГТО, а также Единой Всесоюзной классификации.

Спортивно-массовая работа с населением

Развернувшееся физкультурное движение в стране требовало значительного улучшения материально-технической базы. Несмотря на большие финансовые затруднения, в стране началось строительство крупных спортивных сооружений. В ноябре 1927 г. в Ленинграде открылся первый в стране зимний плавательный бассейн, в 1928 г. вступил в строй московский стадион «Динамо».

Первая Всероссийская спартакиада была проведена в августе 1928 г. На Красной площади прошло торжественное ее открытие. В течение года в городах, селах, областях и республиках проводились отборочные соревнования по легкой атлетике, футболу, плаванию, велоспорту, тяжелой атлетике, борьбе, стрельбе, гребле и другим видам спорта. В финальной части соревнований приняли участие 7225 человек, из них 960 девушек, 612 участников – из капиталистических стран (Чехословакии, Германии, Англии, Франции, Норвегии, Финляндии, Аргентины, Уругвая), которые состязались в 21 виде спорта (проходившие в эти же дни XI Олимпийские игры в Амстердаме включали в программу 17 видов). В течение двух недель шли соревнования по легкой атлетике, футболу, плаванию, велосипедному спорту, баскетболу, волейболу, ручному мячу, теннису, тяжелой атлетике, борьбе, стрельбе, городкам, народной гребле, фехтованию, национальным танцам.

В Москве построили два стадиона «Динамо» и «Юных пионеров». В ходе спартакиады было установлено 80 новых всесоюзных рекорда. Но главное заключалось не в рекордах, а в самой идее спартакиады – привлечь к спорту как можно больше юношей и девушек, вызвать подъем физкультурного движения, выявить талантливых спортсменов, дать толчок развитию спорта в национальных республиках.

Героем спартакиады стал молодой ленинградский пловец Александр Шумин. Он участвовал в девяти заплывах и в восьми из них победил с рекордными результатами. В последующие годы Шумин 120 раз устанавливал рекорды страны на различных дистанциях. Он был одним из организаторов первой в стране детско-юношеской спортивной школы плавания. В 1934 г. ему в числе первых было присвоено звание «Заслуженный мастер спорта».

В числе призеров гребной регаты был заслуженный мастер спорта П. Дементьев.

В результате I место заняла команда РСФСР, II – Украины, III – Белоруссии, IV – Узбекистана, V – Закавказья, VI – Туркменистана.

Спартакиада вскрыла ряд недостатков в организации физкультурной работы: 1) несмотря на рост массовости, уровень спортивного мастерства основной массы участников был невысок; 2) передовой опыт Москвы и Ленинграда распространялся слабо; 3) по-прежнему ощущался недостаток учебно-методической литературы, спортивных сооружений и инвентаря, квалифицированных преподавателей и тренеров.

Важным вкладом в создание советской системы физического воспитания явился комплекс ГТО (готов к труду и обороне), введенный в 1931 г., который помог устранить разнородность в средствах и методах физкультурной работы.

Нормы ГТО, учитывающие возрастные и половые особенности человека, были пригодны для школьного и внешкольного физического воспитания молодежи. Система ГТО требовала относительно малого количества специалистов и играла большую роль в вовлечении общественных организаций в спортивную жизнь. Стержень норм ГТО составляла гимнастика, легкая атлетика, игры, борьба и национальные виды спорта.

С 1931 г. была введена сдача норм ГТО I ступени, в которую входили нормативы по бегу, прыжкам и метаниям, подтягиванию (для мужчин), лазанию по канату (для женщин), плаванию, езде на велосипеде, лыжные переходы, гребля, передвижение в противогазе. А также в этот комплекс входило знакомство с оказанием первой медицинской помощи, с основами самоконтроля.

С января 1933 г. введена сдача норм ГТО II ступени, в которую входило 22 нормы и 3 требования, а также военно-прикладные виды: прыжки на лыжах, прыжки в воду, фехтование на штыках, преодоление полосы препятствий и др.

В 1934 г. введен комплекс БГТО (будь готов к труду и обороне), который носил прикладной, оздоровительный характер. Установление этого комплекса завершило оформление всей системы комплекса ГТО, в котором нашли отражение основные принципы советской системы физического воспитания – прикладность, всесторонность и оздоровительная направленность. Благодаря комплексу ГТО советские люди приобщались к систематическим занятиям физической культурой. Со сдачи норм ГТО начали свой путь многие известные спортсмены. Только за 1933 – 1937 гг. нормы ГТО I ступени сдавали 4 млн. 458 тыс. человек, II ступени – 35 тыс., БГТО – 759,5 тыс. человек.

Идеи и принципы ГТО получили свое дальнейшее развитие в Единой спортивной классификации (ЕВСК), созданной в 1935 – 1937 гг. Это повлекло за собой введение разрядных норм, спортивных званий. Классификация дала возможность установить единые принципы определения спортивной подготовки на всей территории СССР.

В Конституции 1936 г. было закреплено право трудящихся на создание различных общественных организаций, в том числе и спортивных обществ. В течение 1935 – 1936 гг. в СССР создается система ДСО.

21 июня 1936 г. начинает функционировать Всесоюзный Комитет по делам физкультуры и спорта при Совете Народных Комиссаров, который работал вплоть до 1958 г.

В 1937 – 1940 гг. физкультурное движение развивалось во всех союзных республиках. В стране проводилось большое количество соревнований и спортивных праздников. Смотром достижений физкультурной работы в стране стали Всесоюзные дни физкультурника, проводившиеся в 1939 и 1940 годах. В стране было построено 378 стадионов, около 70 тыс. спортивных площадок, 6 тыс. спортивных залов и других сооружений.

Но в тоже время, согласно данным, приведенным Коллегией Комитета государственной безопасности СССР, «В

1930 – 39 гг. по обвинению в контрреволюции, государственных преступлениях судебными и всякого рода несудебными органами вынесены приговоры и постановления в отношении 3778234 человек, из них 786098 человек расстреляно».

Трагические события 1937 – 1938 гг. вместе со всей страной пережило и советское физкультурное движение, его руководители, педагоги и спортсмены. Так, незаконно подверглись репрессиям – председатель Всесоюзного совета физической культуры при ЦИК СССР Н.К. Антипов, председатель Всесоюзного комитета по делам физкультуры и спорта при СНК СССР Н.И. Харченко, председатель советской секции исполкома КСИ М.С. Кедров, ректор ГЦИФК А.А. Зикмунд, директор ГЦОЛИФК С.М. Фрумин и др. Такая же участь постигла создателя и пропагандиста борьбы самбо В. Ощепкова и спортсмена из ЦДКА Н. Ковтуна. В 1937 г. Николай Ковтун показал выдающийся по тем временам результат в прыжках в высоту (201 см), что являлось не только всесоюзным рекордом, но и одним из лучших мировых достижений в этом виде спорта. Впоследствии Н. Ковтун был необоснованно репрессирован, его достижение вычеркнули из списка рекордов нашей страны на 20 лет. Его имя не упоминалось и в спортивной печати. Лишь спустя годы результат Н. Ковтуна был восстановлен в истории спорта.

Большинство из этих людей погибло в тюрьмах и лагерях.

8.2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ГОДЫ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ

С первых дней Великой Отечественной войны физкультурное движение стало перестраиваться на военный лад.

Задачи вставшие перед физкультурными организациями в годы войны формулировались так: 1) подготовить резер-

вы Красной Армии; 2) проводить массовую военно-физическую подготовку населения; 3) готовить кадры специалистов по лечебной физической культуре для работы в госпиталях.

Физкультурные организации включились в проведение военно-физической подготовки населения, предоставив для этого кадры специалистов, спортивные базы, инвентарь и оборудование. Для ведения занятий на военно-учебные пункты направлялись преподаватели и тренеры, инструкторы физической культуры, студенты физкультурных учебных заведений.

В сентябре 1941 г. было введено всеобщее военное обучение трудящихся. Физкультурные организации совместно с Осоавиахимом и Красным Крестом помогали органам Всеобуча готовить воинов прикладных специальностей.

Составной частью военно-физической подготовки населения стали массовые лыжные и легкоатлетические кроссы, военизированные походы, марш-броски, сдача норм на значок ГТО. В целях приближения комплекса ГТО к требованиям военного времени в 1942 г. в него были внесены некоторые дополнения: изучение материальной части винтовки, знание топографии, оказание санитарной помощи и др. В годы войны физкультурные организации много сделали по внедрению лечебной физической культуры в госпиталях.

Преподаватели и студенты ИФК им. П.Ф. Лесгафта только за вторую половину 1941 г. подготовили по военно-прикладным видам 140 тыс. человек. В эти годы коллектив Государственного центрального института физкультуры дал Красной Армии и народному ополчению свыше 340 тыс. обученных военно-прикладным специальностям бойцов.

Боевые подвиги спортсменов и физкультурников на фронтах Великой Отечественной войны

С первых дней войны на фронт добровольно ушли многие спортсмены ДСО профсоюзов, «Динамо», «Спартак»,

ЦДКА, студенты, учащиеся средних учебных заведений физкультурного профиля.

В рядах защитников Родины были лучшие представители советского спорта, они становились мастерами разведки и саперного дела, рукопашных схваток и снайперской стрельбы, меткими артиллеристами и пулеметчиками.

Неоднократный чемпион страны по боксу Николай Королев сражался в партизанском отряде Героя Советского Союза Д.Н. Медведева, будучи его адъютантом. Он дважды выносил с поля боя раненого командира.

Многие выдающиеся спортсмены служили в Отдельной мотострелковой бригаде особого назначения (ОМСБОН). Воины выполняли особые задания командования. В одном из отрядов ОМСБОНа находился студент ГЦОЛИФК Борис Галушкин. Он смело ходил в разведку, умело брал «языка», пускал под откос вражеские воинские эшелоны, взрывал мосты. В начале ноября 1944 г. противник окружил партизанскую базу, на которой находился отряд Б. Галушкина. В бою при выходе из окружения лейтенант Галушкин пал смертью героя. Ему было присвоено звание Героя Советского Союза. Из ОМСБОН 24 человека удостоены звания Героя Советского Союза.

В отрядах народных мстителей «Смерть фашизму» им. К.Е. Ворошилова Минского партизанского соединения были взводы спортсменов. В боях с оккупантами они проявляли образцы отваги и героизма.

Боевыми подвигами отмечен путь 13 партизанских отрядов, сформированных из студентов и преподавателей Ленинградского института физической культуры (ИФК) им. П.Ф. Лесгафта. Отряд под руководством преподавателя института Д.Ф. Косицина в течение 1941 – 1942 гг. четыре раза уходил в глубокий тыл врага, выполняя ответственные задания Ленинградского штаба партизанского движения. В 1942 г. за боевые подвиги институт им. П.Ф. Лесгафта был награжден Орденом Красного Знамени. Высокими прави-

тельственными наградами были отмечены многие преподаватели и студенты украинского, грузинского, белорусского и азербайджанского ИФК, активно сражавшиеся в Красной Армии и партизанских отрядах.

С кровавых полей войны не вернулось много замечательных спортсменов, тренеров, преподавателей и других физкультурных работников.

В память о подвигах советских спортсменах до сих пор по традиции проводятся традиционные спортивные соревнования в их честь.

Физическое воспитание учащейся молодежи на службе обороны Родины

Перед учебными заведениями в этот период встала задача большой государственной значимости – воспитывать молодежь, владеющую основами военного дела, сильную, выносливую, дисциплинированную.

Физическое воспитание в школах проводилось по программе всеобуча, а в вузах – по специальным программам. В ходе войны потребовалось изменить содержание физической подготовки.

Специальными постановлениями правительства № 1729 и № 1730 от 24 октября 1942 года с 1942/43 учебного года во всех начальных школах и в 1 – 4 классах неполной и средних школ была введена военно-физическая подготовка учащихся, а для учащихся 5 – 10 классов неполных средних и средних школ, техникумов – начальная и допризывная военная подготовка. Были разработаны и соответствующие программы.

На военно-физическую подготовку в учебных планах начальных и в 1 – 4 классах неполных и средних школ отводилось: в 1 и 2 классах по одному часу, в 3 и 4 классах по два часа в неделю. Содержанием военно-физической подготовки являлись: гимнастические упражнения и военизиро-

ванные игры, строевая подготовка. В 5 – 7 классах проводились военные занятия, на которых учащиеся получали необходимые практические навыки. В 8 – 10 классах и техникумах осуществлялась допризывная подготовка и решалась задача подготовки одиночного бойца-стрелка.

Физическая подготовка в вузах проводилась с целью совершенствования физических качеств и навыков, необходимых студентам, как будущим командирам запаса, а также с целью привлечения студентов к активному участию в систематических занятиях спортом и к сдаче норм комплекса ГТО.

В соответствии с постановлением СНК СССР от 13 апреля 1944 года о военной подготовке студентов высших гражданских учебных заведений физическая подготовка была включена в общевоинскую подготовку студентов и проводилась по программе вузов на 1 и 2 курсах и частично выносилась на лагерный сбор. Занятия включались в расписание учебного заведения, и посещение их являлось для студентов обязательным.

В физическую подготовку в вузах входили следующие виды: гимнастика, фехтование, легкая атлетика, лыжная подготовка, баскетбол, плавание. Учебными пособиями являлись руководства по отдельным разделам физической подготовки в Красной Армии. Объем материала учебно-тренировочных занятий был в основном одинаковым как для юношей, так и для девушек.

Кроме тренировочных занятий по расписаниям, в вузах проводилась и спортивная работа. На лагерных сборах практиковались состязания в преодолении штурмовой полосы, в беге на средние дистанции, в парных и групповых боях на винтовках с мягким наконечником, в гранатометании по неподвижным, движущимся и появляющимся целям и др.

Выполняя постановление Госкомитета обороны СССР о всеобщем военном обучении населения, физкультурные ор-

ганизации и учебные заведения проделывали большую работу по подготовке резервов армии, авиации и флота.

Физкультурная работа в тылу страны

В декабре 1941 г. был разыгран кубок Москвы по русскому хоккею. Победила команда ЦДКА. В конькобежных соревнованиях участвовали К. Кудрявцев, А. Капчинский, И. Ипполитов и другие мастера скоростного бега на коньках. В напряженный момент боев за Москву, в период ноябрьского наступления немцев, в городе состоялся шахматный чемпионат, привлекший внимание спортивной общественности СССР и зарубежных стран.

В 1942 г. офицер Феодосий Ванин достиг высокого результата в беге на 10000 м, установив новый всесоюзный рекорд 30.35,2. Большое военно-политическое значение приобрел матч по футболу в осажденном Ленинграде в 1942 г. Он показал, вопреки гитлеровской пропаганде о гибели Ленинграда, что город жив, борется и уверен в своей победе над фашистами.

В том же году в оккупированном Киеве проходил футбольный матч между командой «Динамо» и фашистской командой «Люфтваффе». Динамовцы, проявив огромное мужество и патриотизм, победили, за что многие из них заплатились своей жизнью.

Оживление спортивно-массовой работы в стране началось в 1943 г., когда в ходе войны произошел коренной перелом. В этом же году состоялись всесоюзные соревнования по гимнастике, легкой атлетике, рукопашному бою. В стране восстанавливались старые и создавались новые спортивные школы.

В 1942 г. их насчитывалось 140, а в 1943 – уже 280. В 1943 г. правительство приняло решение о создании спортивного общества «Трудовые резервы». Это значительно улучшило спортивно-массовую работу среди учащихся ре-

месленных школ и училищ. Среди студентов вузов проводились соревнования по лыжам, легкой атлетике, штыковому бою – видам, характерным для военных лет.

В 1944 г. после освобождения территории СССР от немецко-фашистских захватчиков в стране создались благоприятные условия для организации спортивно-массовой работы. Первенство СССР в этом году проводилось по 14 видам спорта.

Работа физкультурных организаций по восстановлению здоровья и боеспособности раненых солдат и офицеров Советской Армии

В годы Великой Отечественной войны физкультурные организации и физкультурные учебные заведения провели значительную работу по лечебной физической культуре (ЛФК) в госпиталях и батальонах выздоравливающих.

ЛФК занимала видное место среди средств, способствующих восстановлению здоровья раненых воинов и улучшению их физической подготовленности. Год от года она применялась во все более широких масштабах. Если в начале войны ЛФК было охвачено лишь 25% раненых, то к концу войны до 88%. Благодаря применению ЛФК раненые значительно быстрее выздоравливали.

Большую помощь оказывали лесгафтовцы госпиталям блокадного Ленинграда. Специалисты по ЛФК, в числе которых профессора А.Н. Крестовников, А.Б. Гандельсман, А.Ц. Пуни, преподаватели Н.К. Косицына, К.А. Кузьмина, Е.Г. Котельникова, Л.П. Орлов и многие другие, помогали воинам вернуться в строй. В начале войны вуз организовал курсы медсестер и инструкторов по ЛФК. Выпускники этих курсов впоследствии успешно применяли полученные знания на фронтах войны, в госпиталях и батальонах выздоравливающих.

Ученые института анализировали и обобщали накопленные наблюдения, выработывали новые методы лечебной физкультуры.

8.3. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ПОСЛЕВОЕННЫЕ ГОДЫ

Нормализация работы по физическому воспитанию и развитию спорта после Второй мировой войны столкнулась с большими трудностями. На оккупированной территории было разрушено более 4 тыс. спортивных залов в начальных и средних школах и 334 – в институтах. На Украине и в Белоруссии почти не осталось ни одного учреждения, занимавшегося ранее физическим воспитанием. Погибли или стали нетрудоспособными 18% специалистов по физическому воспитанию и 15% дипломированных тренеров. В то же время перед физкультурным и спортивным движением в СССР были поставлены большие задачи. Естественным результатом антифашистской коалиции явилось то, что руководители сотрудничавших с СССР стран были вынуждены отказаться от проводившейся ими ранее политики блокады СССР в области культуры и спорта. Со стороны СССР было также проявлено стремление к расширению международных спортивных связей.

Этот процесс ярко отразился во Всесоюзном параде физкультурников, состоявшемся в августе 1945 года на Красной площади в Москве и посвященном Победе советского народа над фашизмом. В параде приняли участие спортсмены всех союзных республик. Советское государство, несмотря на трудности, связанные с восстановлением народного хозяйства, уделяло постоянное внимание деятельности физкультурных организаций. И к 1947 г. в спортивном движении страны были ликвидированы последствия военных разрушений. Число спортсменов, регулярно

занимающихся спортом, увеличилось до 5,4 млн. человек, т.е. превысило почти 100000 показатели 1940 года.

В целях повышения спортивного мастерства были учреждены должности государственного тренера по видам спорта и открыто 80 спортивных школ для молодежи.

В 1951 г. вводятся новые программы по физической культуре, согласно которым на 1-м и 2-м курсах вузов были введены обязательные занятия физической культурой.

I и II Спартакиады народов СССР и их значение для восстановления и развития физического движения в послевоенные годы

I Спартакиада проводилась в четыре этапа:

1-й – спартакиады проводятся в коллективах физической культуры (на местном уровне);

2-й – соревнования в районах, городе, области;

3-й – соревнования в республиках, Москве и Ленинграде;

4-й – финальные соревнования, которые состоялись 6 – 16 августа 1956 г. в Москве.

Всего на четырех этапах I Спартакиады приняло участие 23 млн. физкультурников и спортсменов. К финалу Спартакиады был открыт Центральный стадион в Лужниках.

Программа финала состояла из 22 видов спорта. В течение 12 дней 9244 спортсмена боролись за призы. Итоги Спартакиады: 1-е место занял коллектив Москвы, 2-е – РСФСР, 3-е – Ленинград, 4-е – Украина, 5-е – Грузия, 6-е – Эстония.

На Спартакиаде было установлено 33 новых всесоюзных рекорда, 9 из которых превышали мировые. Лучшими спортсменами, добившимися выдающихся результатов были А. Воробьев (штанга), В. Куц (легкая атлетика), В. Иванов (гребля).

Значение I Спартакиады народов СССР в том, что она явилась проверкой состояния физкультурной и спортивной работы, способствовала вовлечению широких масс населения в регулярные занятия физической культурой и спортом; стимулировала развитие видов спорта и рост спортивных достижений; выявляла способных спортсменов, которыми пополнялись сборные команды.

В 1959 г. состоялась II Спартакиада народов СССР, особенностью которой явилось то, что помимо сборных команд республик, Москвы и Ленинграда, по пяти видам спорта выступали команды коллективов физической культуры фабрик, заводов, учреждений. Лучшие результаты по плаванию и легкой атлетике показали спортсмены ленинградского оптико-механического завода, по гимнастике – московского клуба «Фили», по велоспорту – Рижского вагоноремонтного завода и другие коллективы. Победителями Спартакиады стали П. Болотников (легкая атлетика), Ю. Власов (тяжелая атлетика), Б. Шахлин и П. Астахова (гимнастика) и др.

В дальнейшем Спартакиады народов СССР стали доброй традицией в советском физкультурном движении.

Международные спортивные связи в послевоенный период

В мае 1951 г. Советский Национальный олимпийский комитет (НОК) был принят в Международный олимпийский комитет (МОК).

Впервые советские спортсмены приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки (1952). Участие спортсменов СССР придало Олимпийским играм новый характер. Они выступали по всей Олимпийской программе кроме хоккея на траве. Особых успехов спортсмены СССР добились в гимнастике, классической и вольной борьбе, тяжелой атлетике, стрельбе, завоевав первые места. Хорошие результаты показали баскетболисты, легкоатлеты, гребцы,

занявшие общие вторые места. Советские спортсмены установили 2 мировых и 6 олимпийских рекордов. Привезли 22 золотых, 30 серебряных и 19 бронзовых медалей. Первую золотую медаль завоевала метательница диска Нина Ромашкова. Всего 29 советских спортсменов стали олимпийскими чемпионами.

В неофициальном зачете советские спортсмены, так же как и спортсмены США, набрали 494 очка, разделив первое и второе место.

В 1956 г. спортсмены СССР впервые участвовали в зимних Олимпийских играх в Кортина д'Ампеццо (Италия). Наибольшего успеха добились наши конькобежцы, завоевав 4 золотые медали, и хоккеисты, выигравшие почетные звания чемпионов Олимпийских игр, мира и Европы. Неплохо выступили наши спортсмены в лыжных гонках (2 золотые медали). Всего спортсмены СССР получили 7 золотых, 3 серебряных и 6 бронзовых медалей.

Крупнейшим спортивным событием 1956 г. было участие советских спортсменов в XVI Олимпийских играх, проходивших в Мельбурне (Австралия). Поздние сроки проведения Игр (конец ноября – начало декабря), климатические и географические условия требовали тщательной подготовки олимпийской команды. Но, несмотря на это, наша сборная одержала победу, завоевав 37 золотых, 29 серебряных, 32 бронзовых медали, набрав 622,5 очка в неофициальном зачете, команда США – 497,5. Всего 58 спортсменов стали олимпийскими чемпионами. Героем Олимпийских игр стал Владимир Куц, который одержал победы в беге на 5 и 10 тыс. метров.

8.4. ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СССР

Следующий период в истории физической культуры начинается с 1957 года. В стране в это время намечаются коренная перестройка структуры общества, осуществление

культурной революции, изменения в образе жизни населения. Вследствие этих перемен перед физкультурным движением также были поставлены новые задачи. Этот период изобилует многочисленными постановлениями партии и правительства, которые были призваны осуществлять руководящую роль во всех областях жизни советских людей, в том числе и в развитии физической культуры и спорта.

В действительности, после очередного постановления наблюдался некоторый подъем и оживление в физкультурном движении. Но в связи с нарастающими застойными явлениями в жизни нашего общества это не могло не сказаться и на развитии физической культуры и спорта.

В январе 1959 г. ЦК КПСС и Совет министров СССР проанализировали 40-летний путь развития физической культуры. Рассмотрев достигнутые результаты и спортивные успехи на международной арене, они пришли к заключению, что в последующие десятилетия занятия физической культурой и спортом необходимо превратить в массовое движение. Был сделан вывод, что руководящее физкультурное звено в рамках массовой организации сможет легче справиться с возросшими задачами, находясь под общественным (государственным) управлением. На этой основе в марте 1959 г. был создан Союз спортивных обществ и организаций СССР, т.е. руководство физкультурным движением осуществлялось выборной общественной организацией. Главная задача Союза состояла в дальнейшем развитии массового физкультурного и спортивного движения в стране, а также в создании условий для строительства новых спортивных сооружений, более действенном участии в охране здоровья трудящихся.

На учредительной сессии Союза спортивных обществ и организаций СССР был избран Центральный совет Союза и принят семилетний план развития советской физической культуры, которым предусматривалось увеличение числа спортсменов до 50 миллионов.

В связи с принятым курсом с 1959 – 1965 гг. в стране осуществлялись следующие мероприятия:

1. Разработаны перспективные планы создания комплексных спортивных сооружений. В число первоочередных планов капитального строительства было включено сооружение спортивных комплексов в деревнях и в отсталых совхозах и колхозах.

2. С привлечением Академии педагогических наук РСФСР переработаны учебные планы школьного и внешкольного физического воспитания. Приняты меры к усилению контроля за физическим воспитанием в дошкольных учреждениях. Акцент в физическом воспитании дошкольников делался на спортивные игры. Было введено физическое воспитание в домах пионеров, пионерских лагерях, детско-юношеских спортивных школах.

3. В интересах усиления физического воспитания и активизации занятий среди взрослых началось повсеместное распространение производственной гимнастики, особое значение придавалось многосторонним занятиям спортом, носящим характер досуга. Наряду с пешими походами появились новые виды туризма на велосипедах, лодках и лыжах.

Широкое распространение получили занятия в группах ОФП (группах здоровья) для лиц среднего и пожилого возраста.

На предприятиях стали создаваться цехи здоровья. Они представляли собой объединение таких служб, как лечебно-профилактическая и физкультурно-спортивная. В цехи здоровья входили стадионы и Дома культуры, поликлиники и санатории, столовые, спортивные сооружения и др.

На промышленных предприятиях одной из форм приобщения людей к массовой физической культуре стали смотры-конкурсы цехов на звание «Самый лыжный цех», «Цех друзей ГТО» и др.

4. Приняты меры в целях более квалифицированной подготовки преподавателей и общественного актива. Увеличилось число курсов по подготовке кадров.

В Постановлении ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О мерах по дальнейшему развитию физкультуры и спорта», принятом в августе 1966 г., была поставлена задача – придать физической культуре **всенародный характер**. Достижение этого уровня было более высокой ступенью развития по сравнению с массовостью. В этом постановлении были определены цели, направленные на улучшение руководства физической культурой и спортом, на создание научно обоснованной системы физического воспитания, которая должна охватывать все группы населения, начиная с детского возраста, увеличение ассигнований на спортивно-массовую работу, приобретение спортивного оборудования и инвентаря, создание специализированных ДЮСШ и школ высшего спортивного мастерства. В нем также были определены меры по повышению квалификации учителей, преподавателей, тренеров, укреплению материально-технической базы, усилению внимания научных учреждений на изучение социологических, педагогических, психологических и медико-биологических проблем, повышению массового физкультурного движения и спортивного мастерства.

Однако Союз спортивных обществ и организаций СССР как общественная организация не имел достаточных прав для того, чтобы успешно решать поставленные задачи в области физической культуры и спорта. В связи с этим решением правительства от 17 октября 1968 г. был создан союзно-республиканский Комитет по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР.

Всенародным смотром достижений советского физкультурного движения по-прежнему служили летние и зимние Спартакиады народы СССР. Они активизировали физкуль-

турную работу во всех звеньях физкультурного движения, играли важную роль в подготовке наших спортсменов к Олимпийским играм.

В массовых стартах Спартакиад, которые продолжались 2 – 3 года, принимали участие миллионы людей разных возрастов и профессий. Так, в 1967 г. в IV Спартакиаде народов СССР участвовало 85 млн. человек, в 1979 г. в VII Спартакиаде – 100 млн. человек.

Финальная часть Спартакиад народов СССР собирала лучших представителей советского спорта, а в VII Спартакиаде (1979) принимали участие свыше 2 тыс. зарубежных спортсменов из 84 стран. В программу Спартакиады включались соревнования более чем по 20 видам спорта (летние) и все олимпийские виды, кроме бобслея (зимние спартакиады).

В 1977 г. была принята новая Конституция СССР. В Конституцию вошла новая глава «Социальное развитие и культура», где всестороннему духовному и физическому развитию молодого поколения и трудящихся уделялось особое внимание.

С 1 марта 1972 г. был введен новый комплекс ГТО, так как комплекс 1959 г. не соответствовал новым задачам и не мог служить основой дальнейшего совершенствования системы физического воспитания.

Этот комплекс должен быть создавать широкие возможности для решения задачи превращения массового физкультурного движения во всенародное. Комплекс состоял из шести ступеней, охватывая возраста диапазон от 7 до 60 лет:

I ступень – «К стартам готов» (для детей от 7 до 9 лет).

II ступень – «Смелые и ловкие» (для мальчиков и девочек 10 – 13 лет).

III ступень – «Спортивная смена» (для подростков 14 – 15 лет).

IV ступень – «Сила и мужество» (для юношей и девушек 16 – 18 лет).

V ступень – «Физическое совершенство» (для мужчин 19 – 39 лет и женщин 19 – 34 лет).

VI ступень – «Бодрость и здоровье» (для мужчин 40 – 60 лет и женщин 35 – 55 лет).

Каждая ступень комплекса ГТО состояла из разделов требований и упражнений и норм.

В стране развернулось движение по сдаче норм ГТО, создавались специальные комиссии, которые принимали нормы ГТО, оформляли протоколы и присваивали в соответствии с полученным результатом золотой, серебряный и бронзовый значки. Широкое распространение получили «Открытые старты», «Дни спорта», «Стать чемпионом ГТО», «Через комплекс ГТО – к высшей производительности труда», «От значка ГТО к олимпийской медали» и многие др.

В конце 1978 г. стали проводиться соревнования по зимнему многоборью ГТО, в программу которых входили лыжный спорт, стрельба, подтягивание на перекладине, отжимание.

На реализацию идей о том, что физкультура должна входить в повседневную жизнь населения было направлено Постановление ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта» (сентябрь 1981). Оно представляло собой развернутую программу физкультурного движения в новых условиях и охватывало важнейшие его проблемы. Комитету по физической культуре предлагалось, расширить сеть спортивных клубов по месту жительства, пересмотреть учебные программы в учебных учреждениях, улучшить работы ДЮСШ, спортивно-оздоровительных лагерей, развивать олимпийские виды спорта, улучшить научно-исследовательскую работу.

Однако решение этих и других задач сдерживалось устойчивыми явлениями в экономической и социально-культурной сферах нашего общества в 70-х и первой половине 80-х гг. Сказывался остаточный принцип финансирования. Практическая деятельность физкультурных организаций в те годы часто оценивалась не по развитию массовой физкультурно-оздоровительной работы, а по числу завоеванных кубков, грамот и медалей, по подготовке лишь отдельных спортсменов, «железных» зачетников.

В физкультурном движении наметилось углубление перекоса между массовостью и мастерством в явный ущерб первому. Развитию физической культуры и спорта мешали многие ведомственные барьеры в использовании спортивных сооружений, административно-бюрократические методы управления физкультурным движением.

Постановление 1981 г. подтолкнуло к развитию новые формы массовой спортивной работы, придало новый импульс многим уже испытанным средствам: стали образовываться физкультурно-оздоровительные комплексы (ФОК); проводиться массовые соревнования «Недели пловца», «Недели лыжника» и т.д.; широко внедрялись в практику массовые состязания «Всея бригадой на стадион», «Папа, мама и я – спортивная семья»; постоянно совершенствовались формы спортивно-массовой работы с детьми: особую популярность среди детей приобрели соревнования на призы клубов «Кожаный мяч», «Золотая шайба», «Олимпийская снежинка», «Лед надежды нашей» и т.п.

Для развития физкультуры и спорта в стране намечалось усиление организационной стороны физического воспитания, лучшее использование имеющихся спортивных сооружений, развивать общественную инициативу, самодеятельность населения в развитии физкультурной работы по месту жительства, строительство простейших спортивных площадок и залов.

Все это нашло отражение в «Основных направлениях экономического и социального развития СССР на 1986 – 1990 гг. и на период до 2000 г.».

Перестройка физкультурного движения должна была поднять на высокие рубежи все отрасли спортивной науки, систему подготовки кадров, спортсменов высшей квалификации, отбора спортивных резервов, деятельность спортивных учреждений, организацию спортивных соревнований.

На самом деле на фоне произошедших политических событий, распада СССР, образования СНГ и т.д. в физической культуре и спорте произошел значительный спад. Потеряли актуальность такие формы занятий, как производственная гимнастика, группы здоровья и др. В условиях рыночной экономики большинство спортивных сооружений перешло на хозрасчет. Это повлекло за собой возрастание арендной платы за занятия, малоимущая часть населения потеряла возможность заниматься физической культурой и спортом. В таком же бедственном состоянии находятся спортивные школы, дети не имеют возможности выезжать на соревнования в другие города. Ведущие спортсмены вынуждены подписывать более выгодные контракты за пределами России.

Анализ выступлений советских спортсменов на летних и зимних Олимпийских играх и других соревнованиях 1960 – 1990 гг.

В XVII Олимпийских играх 1960 г., которые проходили в Риме (Италия), приняли участие 5348 спортсменов из 83 стран. В 20 видах разыгрывалась 151 золотая медаль. Завершились Игры победой советских спортсменов, значительно опередивших спортсменов США. Команда СССР завоевала 43 золотые, 29 серебряных, 31 бронзовую медаль, набрав в неофициальном командном зачете 382,5 очка. На втором месте в неофициальном зачете – команда США с

463,5 очками, завоевавшая 34 золотых, 21 серебряную и 16 бронзовых медалей. На третьем месте – объединенная команда ГДР и ФРГ – 42 медали и 280,5 очка.

Победителями Олимпиады стали Т. Пресс (легкая атлетика), Э. Озолина (легкая атлетика), П. Болотников (легкая атлетика), В. Жданович (фехтование), В. Капитонов (велогонки), Б. Шахлин (гимнастика).

На VIII зимних Олимпийских играх в Скво-Вэлли (США), состоявшихся в 1960 г., удачно выступила команда СССР завоевав 7 золотых, 5 серебряных и 9 бронзовых медалей и первое общекомандное место.

По две золотые медали завоевали Е. Гришин и Л. Скоблицова (коньки), по одной В. Косичкин и К. Гусева (коньки).

XVIII Олимпийские игры проходили впервые на азиатском континенте в 1964 году, в Токио (Япония). В столицу этого государства съехалось 5140 спортсменов, которые соревновались в 22 видах программы за 163 золотые медали.

В общекомандном первенстве победили спортсмены Советского Союза, набрав 607,8 очка и завоевав 96 медалей (30 золотых). Самой представительной на Играх была также команда СССР – 319 человек. Команда США, сумевшая обойти советскую делегацию по числу золотых наград (36), уступила ей по общему числу медалей (90) и по количеству очков (581,8). Третье место, как и на предыдущей Олимпиаде, заняла объединенная команда ГДР и ФРГ – 337,5 очка, 50 медалей.

Среди победителей были следующие спортсмены: В. Попенченко (бокс), В. Брумель (легкая атлетика), В. Иванов (гребля), Т. Пресс (легкая атлетика), В. Жданович и Б. Мельников (фехтование).

IX зимние Олимпийские игры проходили в 1964 г. в австрийском городе Инсбрук. Сборная СССР победила на

этих Играх, завоевав 11 золотых, 8 серебряных и 6 бронзовых медалей.

Золотые медали завоевали хоккеисты сборной СССР. Героями Игр стали биатлонист В. Меланьин, лыжница К. Боярских, конькобежцы А. Антсон и Л. Скобликова, фигуристы Л. Белоусова и О. Протопопов.

XIX Олимпийские игры проходили в 1968 г. в столице Мексики Мехико. Эти Игры были самыми неудобными для европейцев, так как проходили на высоте 2240 метров над уровнем моря, в жаре, при значительной кислородной недостаточности и в непривычном временном поясе. И это особенно сказалось на выступлениях в видах спорта, требующих большой физической выносливости.

Первое общекомандное место заняли спортсмены США – 713,3 очка, 107 медалей. Делегация СССР, набравшая 590,8 очка и получившая 91 медаль, заняла второе место. Сборная ГДР, впервые выступавшая самостоятельной командой, заняла третье место – 238 очков и 25 медалей.

В нашей команде среди победителей Игр надо отметить Б. Лагутина (бокс), М. Воронина (гимнастика), В. Санеева (легкая атлетика), Л. Жаботинского (тяжелая атлетика), Е. Белова (фехтование).

На X зимних Олимпийских играх в Гренобле (Франция) в 1968 г. разыгрывалось 35 комплектов наград, участвовало 1158 спортсменов из 37 стран.

На этих Играх наша команда завоевала второе место в общекомандном зачете и завоевала 5 золотых, 5 серебряных и 3 бронзовых медалей.

Мужские команды сборной СССР победили в биатлоне и хоккее. В фигурном парном катании победили вновь Л. Белоусова и О. Протопопов.

XX Олимпийские игры проходили в Мюнхене (Федеративная Республика Германия) в 1972 году. На играх участвовали делегации из 121 страны, выступил 1721 участник. Было установлено 94 олимпийских рекорда. Спорт-

смены СССР завоевали 50 золотых медалей и первое общекомандное место (99 медалей). Команда США заняла второе общекомандное место – 638,5 очков, 94 медали. На третьем месте, с результатом 472 очка и 66 медалей, была команда ГДР.

Героями Олимпиады стали О. Корбут и Л. Турищева (гимнастика), В. Алексеев (тяжелая атлетика), А. Бондарчук и В. Борзов (легкая атлетика), Н. Авилов (десятиборье), Ф. Мельник (метание диска).

Впервые баскетбольная команда СССР обыграла в финальном матче команду США. Героями матча стали И. Едешко и А. Белов. За три секунды до окончания матча И. Едешко сделал передачу А. Белову, который и забил решающие два очка.

XI зимние Олимпийские игры проводились в Саппоро (Япония) в 1972 году. Участвовало 1006 спортсменов из 35 стран.

Сборная СССР выступала во всех видах программы, кроме бобслея, и завоевала первое общекомандное место.

Особо необходимо отметить победу в парном фигурном катании И. Родниной и А. Уланова. Хоккейный турнир выиграли хоккеисты. Биатлонисты также стали олимпийскими чемпионами.

Игры XXI Олимпиады состоялись в 1976 г. в столице Канады Монреале. Первенство в 25 видах спорта разыгрывали 6189 спортсменов из 88 стран.

Команда СССР заняла первое общекомандное место – 792,5 очка и 125 медалей. Второе место – делегация ГДР – 638 очков, 90 медалей. Третье место – спортсмены США – 603,8 очка, 94 медали.

Советские спортсмены завоевали золотые медали в волейболе, гандболе, гимнастике, тяжелой атлетике, гребле на байдарках и каноэ, фехтовании. В женском баскетбольном турнире победу одержала сборная СССР.

На этих Играх гимнаст Н. Андрианов завоевал 5 золотых медалей. Мастер тройного прыжка В. Санеев завоевал 3 золотые и 1 серебряную медали. Фехтовальщик В. Кровопусков стал обладателем двух золотых медалей. Героями Игр стали также Т. Казанкина (легкая атлетика), Д. Ригерт (тяжелая атлетика), М. Кошечкина (плавание), Е. Вайцеховская (прыжки в воду) и др.

XII зимние Олимпийские игры проходили в австрийском городе Инсбрук, в 1976 году. В Играх участвовало 1123 спортсмена из 37 стран. Команда СССР завоевала в общем зачете первое командное место и 13 золотых, 6 серебряных и 8 бронзовых медалей.

Золотые медали завоевали лыжники-гонщики Н. Бажуков, С. Савельев, Р. Сметанина, конькобежцы Е. Куликов, Т. Аверина, Г. Степанская, фигуристы И. Роднина и А. Зайцев, Л. Пахомова и А. Горшков, сборная биатлонистов и хоккеистов.

В 1980 г. впервые в истории Олимпиад Игры XXII летней Олимпиады проходили в социалистической стране – СССР. Это событие стало яркой страницей в истории как мирового, так и отечественного олимпийского движения. Наша страна получила право на проведение игр XXII Олимпиады в 1974 г., и шесть лет вся страна готовилась к грандиозному спортивному празднику. Возводились новые стадионы и реконструировались старые, строились аэропорт «Шереметьево-2» и Олимпийский телерадиокомплекс в Останкино, а также Олимпийская деревня.

К сожалению, не все государства приняли участие в Московской Олимпиаде. Так, США, ФРГ, Япония и другие страны бойкотировали ее проведение в связи с вводом войск СССР в Афганистан, но была еще одна причина. Факт проведения Олимпиады в социалистической стране был встречен в штыки.

С 19 июля по 3 августа горел олимпийский огонь в чаше на Большой спортивной арене Центрального стадиона в Москве.

Почти 6 тыс. спортсменов из 81 страны вели напряженную борьбу за 203 комплекта Олимпийских наград – наибольшее число за всю историю Игр. В ходе соревнований установлено 36 мировых и 74 олимпийских рекордов.

Первое место в неофициальном командном зачете заняла команда СССР, завоевав 195 медалей. Команда ГДР – второе место и 126 медалей. Делегация Болгарии – 41 награду и третье место.

По общему признанию руководителей МОК, деятелей международного спортивного движения, таких Игр, как в Москве, мир еще не знал. Это относится и к уровню результатов, и уровню организации, и к степени технического оснащения, качеству спортивных арен, к самой атмосфере, которая царил на Играх, – атмосфере дружбы, сердечности, взаимопонимания.

На зимних Олимпийских играх 1980 года в Лейк-Плэсиде (США) разыгрывалось 38 комплектов наград. Наши спортсмены завоевали 10 золотых, а спортсмены ГДР первенствовали по общему количеству наград – 23.

Золотые медали на играх завоевали лыжники Н. Зимятов, Е. Беляев, В. Рогачев, Н. Бажуков, Р. Сметанина, биатлонист А. Алябьев, саночница В. Зозуля. Третью золотую медаль на третьих Играх завоевала И. Роднина (в паре с А. Зайцевым).

В XXIII Олимпийских играх в Лос-Анджелесе (1984) советские спортсмены не принимали участие. Пленум НОК СССР обсудил вопрос об участии советских спортсменов в Играх и принял заявление, в котором говорилось, что «бесцеремонное отношение американских властей к Олимпийской хартии, грубое попрание идеалов и традиций олимпийского движения прямо направлены на его подрыв». Вместо этих Игр были проведены Игры доброй воли.

В XIV зимних Олимпийских играх 1984 г., состоявшихся в Сараево (Югославия), приняло участие 1274 спортсме-

на из 49 стран. По количеству золотых медалей на первом месте была команда ГДР, завоевавшая 9 медалей, но нашей командой было завоевано 25 медалей, а ГДР – 24.

Из наших чемпионов необходимо отметить биатлониста Н. Зимятова, фигуристов Е. Валову и О. Васильева, конькобежцев С. Фокичева и И. Малкова.

Игры XXIV летней Олимпиады, проходившей в 1988 г. в Сеуле (Корея), гостеприимно приняли 9627 спортсменов из 160 стран, разыгрывалось 237 комплектов медалей.

Наша команда завоевала первое общекомандное место и 55 золотых, 31 серебряную и 46 бронзовых медалей. Второе место – команда ГДР, третье – США.

Прекрасно выступили в Сеуле гимнасты Е. Шушунова, В. Артемов, пловец А. Сальников.

XV зимние Олимпийские игры 1988 г. проходили в Калгари (Канада). Первое место в неофициальном командном зачете заняла команда СССР, завоевав 29 медалей (11 золотых, 9 серебряных, 9 бронзовых). Второе место – команда ГДР, третье – Швейцарии.

Олимпийскими чемпионами стали фигуристы Е. Гордеева и С. Гриньков, танцоры Н. Бестемьянова и А. Букин, лыжники Т. Тихонова, В. Венцене, А. Прокуроров, М. Девятьяров, бобслеисты (впервые) Я. Кипурс и В. Козлов, конькобежец Н. Гуляев.

9. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПРОБЛЕМЫ ДАЛЬНЕЙШЕГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РОССИИ (1991- 2000 гг.)

В Российской Федерации насчитывается 87 тыс. дошкольных учреждений, которые посещают около 9 млн. детей, или 65% их общей численности. В настоящее время в большинстве дошкольных учреждений отсутствуют необходимые условия для организации физкультурно-

оздоровительных и профилактических занятий. Программно-методическое обеспечение дошкольных учреждений не соответствует современным требованиям. Программа физического воспитания для детей дошкольных учреждений, утвержденная Российской академией образования, предусматривает только три физкультурных занятия в неделю. Положительным моментом можно признать введение с 1991 г. в дошкольные образовательные учреждения должности инструктора по физической культуре. Во многих детских садах физическое воспитание детей осуществляют специалисты, имеющие среднее и даже высшее образование. Но в большинстве дошкольных учреждений по-прежнему не хватает специалистов такого рода.

На сегодняшний день в Российской Федерации число общеобразовательных школ различных типов составляет около 67 тыс., в них обучается 20,9 млн. человек: в 4,3 тыс. СПТУ – 1,9 млн. учащихся; в 2,5 тыс. средних специальных учебных заведениях – 2,3 млн. человек; в 560 вузах – 2,8 млн. человек. Таким образом, почти 28 млн. молодых людей включены в систему обязательных занятий физической культурой и спортом в учебных заведениях различного типа. На протяжении последних десятилетий вместо коренной модернизации всей системы физического воспитания молодежи в соответствии с требованиями современной жизни осуществлялись лишь косметические преобразования. Специалистами установлено, что объем двигательной активности, необходимый для поддержания (и улучшения) уровня здоровья и физической подготовленности человека в возрасте от 7 до 25 лет, в настоящее время составляет лишь 25 – 40%. Существующие нормы организации занятий физической культурой (2 академических часа в неделю в общеобразовательной школе и ПТУ, 4 часа в средних и высших учебных заведениях) не решают проблемы необходимого объема двигательной активности. Реально повысить

уровень физической подготовленности учащихся на двух уроках физической культуры в неделю при одновременных занятиях 30 человек с разным уровнем функционального состояния невозможно. В то же время в развитых странах мира уже осуществляется переход на ежедневные обязательные занятия по физическому воспитанию, а в подавляющем большинстве стран уже давно введены 3 – 4 часа обязательных занятий каждый день. Существующий ныне уровень подготовки преподавателей физической культуры не позволяет дать ученикам развернутое понятие о здоровом образе жизни, сделать их образованными в области физической культуры.

В настоящее время в России функционирует 4,5 тыс. спортивных школ различного типа, 800 из которых являются специализированными учреждениями. Охват массовым спортом составляет 10,3% от населения 6 – 15-летнего возраста, спортом высших достижений – 0,22% от населения 16 – 25-летнего возраста. За последние годы количество спортивных школ резко сократилось. Только в 1992 г. в системе профсоюзов из-за отсутствия финансирования закрыто 346 спортивных школ (40%), которые имели финансовую поддержку за счет средств государственного социального страхования. В результате прекратили занятия 162 тыс. детей и подростков. Из-за отсутствия финансирования в некогда мощных спортивных школах, например таких, как «Динамо», осталось по 1 – 2 тренера-преподавателя. На грани закрытия большинство спортивных формирований, например в обществе «Юный динамовец», которое охватывало более 11 тыс. учащихся детских домов, школ-интернатов и более 32 тыс. «трудных подростков», практически отсутствуют бесплатные занятия в секциях на спортивных сооружениях из-за введения в них дорогостоящих платных услуг.

За последние годы из спортивных школ были вынуждены уволиться около 9 тыс. тренеров-преподавателей по

спорту, большинство из которых ушло в различные структуры и практически навсегда прекратило свою профессиональную деятельность.

Наиболее критическое положение сложилось в студенческом спорте. В 526 вузах нет средств на содержание студенческих спортивных клубов. Резко сократился календарь студенческих соревнований, снизилось число студентов, отдыхающих в оздоровительно-спортивных лагерях. Серьезное беспокойство вызывает тенденция ежегодного снижения физической подготовленности призывников, что является следствием низкого уровня организации занятий по физической культуре в средних учебных заведениях и недостаточного взаимодействия их руководителей с военкоматами. Это не позволяет обеспечить в короткие сроки необходимую физическую готовность военнослужащих.

Большие трудности испытывает сегодня физкультурно-оздоровительная и спортивная работа **среди взрослого населения**. Многократное повышение стоимости физкультурно-оздоровительных услуг делает недоступными для большинства людей учреждения физической культуры, спорта, туризма и отдыха. Под предлогом экономической нецелесообразности предприятия отказываются от содержания спортивных и оздоровительных объектов, закрывают, продают, передают их другим собственникам или используют не по назначению. Нуждается сегодня в помощи вся система физкультурно-оздоровительной и спортивной работы на предприятиях, в учреждениях и организациях, которая была направлена на осуществление реабилитационных мероприятий, проведение профессионально-прикладных занятий в режиме рабочего дня, послеродовое восстановление, снижение неблагоприятных воздействий производства на человека, повышение его адаптации к профессиональной деятельности и общего уровня сопротивляемости различным заболеваниям.

До 1990 годов основную долю физкультурно-спортивной работы с трудящимися брали на себя профсоюзы. Физкультурные организации профсоюзов имели в общей сложности 80 – 85% всех спортивных сооружений России, 60 – 65% кадрового потенциала, более половины всех детско-юношеских спортивных школ. В настоящее время сворачивается работа по физической культуре и спорту по месту жительства. Не хватает научно обоснованных рекомендаций и методических разработок по организации физкультурно-оздоровительной работы среди пенсионеров и людей пожилого возраста. Обеспеченность физкультурными кадрами населения России в расчете на 10 тыс. жителей составляет не более 13 работников (при нормативе 26), а в странах ближнего зарубежья этот показатель составляет от 17 до 22 работников. Дефицит кадров требует радикального улучшения всей системы подготовки и повышения квалификации специалистов.

Особо остро стоит вопрос о подготовке специалистов для работы с дошкольниками. В дошкольных учреждениях практически отсутствуют педагоги с физкультурным образованием. Из 968,3 тыс. педагогических работников только 78,5% имеют общее педагогическое образование, причем высшее – лишь 16,7%. Имеется большая потребность в специалистах пограничных областей знаний (медицины и физического воспитания): валеологов, санологов, реабилитологов и т.д., а также в преподавателях, владеющих методами нетрадиционных систем оздоровления или новых видов двигательной активности.

Для успешного развития физической культуры и спорта, широкого вовлечения людей в сферу физкультурно-спортивной деятельности необходимо соответствующее материально-техническое обеспечение. Уровень обеспеченности населения России (из расчета на 10 тыс. жителей) спортивными залами составляет лишь 18,9% социальных нормативов, плавательными бассейнами – 4,5%, плоскостными со-

оружениями – 56,6%. Физкультурно-оздоровительные и спортивные сооружения страны в основном оснащены старым энергоемким оборудованием, не имеют необходимых площадей для организации работы с населением, не оснащены современным тренажерным и технологическим оборудованием. Неудовлетворительное техническое оснащение отрасли – одна из причин, не позволяющих в полной мере успешно решать задачу оздоровления населения путем эффективного использования имеющейся материальной базы.

К факторам, сдерживающим развитие физической культуры и спорта, относится также недостаточно развитое производство продукции спортивного и туристского назначения. Производство этой продукции всегда было одним из самых слабых звеньев в структуре промышленности СССР. До сих пор в стране практически не выпускаются серийно тренажеры коллективного пользования, многие виды спортивно-технологического оборудования и инвентаря, специализированные технические средства для ухода за спорто сооружениями, технические средства для обеспечения активного отдыха населения. Для сравнения, за рубежом производство товаров для занятий физической культурой и спортом является одной из наиболее устойчивых и динамично развивающихся отраслей экономики, поскольку давно известно, что вкладывать деньги в здоровье не только полезно, но и экономически выгодно. В экономически развитых странах среднестатистическое потребление товаров данной группы составляет: в Италии – 50 дол., в Германии – 70, во Франции – 80, в Швеции – 120, в Канаде – 150, в США – 200, в Японии – 220.

Крайне низок уровень грамотности населения по всем вопросам здорового образа жизни и физической культуры. Большинство населения слабо информировано о реальном состоянии своего здоровья и физической подготовленности, о факторах, определяющих физическое состояние человека,

средствах воздействия на него, методике применения этих средств и т.д. До сих пор деятельность средств массовой информации не направлена на формирование у каждого человека потребности в активных занятиях физической культурой, на оказание практической помощи тем, кто желает делать это самостоятельно. Не ведется целенаправленная пропаганда тех видов спорта, которые наиболее содействуют физическому совершенству. Не сформировано положительное общественное мнение по отношению к физической культуре и спорту. Не выработана личная ответственность каждого человека за собственное здоровье не только перед собой, но и перед обществом. Поликлиники, больницы, врачебно-физкультурные диспансеры не стали центрами активной и широкой пропаганды здорового образа жизни. На низком уровне ведется такая работа в домах отдыха, на спортивных сооружениях и в местах массового отдыха, не получили развитие современные виды организаций физической культуры и спорта, такие как клубы, общественные движения. Значительная роль в приобщении людей к здоровому образу жизни принадлежит средствам массовой информации, особенно телевидению и радио. Сегодня отсутствует система, обеспечивающая координацию усилий всех средств массовой информации в информационно-образовательном обеспечении населения в сфере физической культуры и спорта. Средства массовой информации редко выступают в роли организатора массовых физкультурно-оздоровительных многолетних кампаний, направленных на вовлечение определенных категорий и групп населения в занятие тем или иным видом спорта, слабо ведется поиск новых форм вовлечения людей в активные занятия, недостаточно обобщают опыт физкультурного движения в России и за рубежом.

Анализ ситуации, сложившейся в 1991 – 2000 гг. в сфере физической культуры и спорта, которая по самой своей социальной природе призвана обеспечить сохранение и

укрепление здоровья населения, свидетельствует, что сегодня эта область находится в критическом положении. Без существенных изменений в этой сфере невозможно решить проблему духовного, нравственного и физического оздоровления народа. Только от государства зависит, будут ли в ближайшем будущем созданы налоговые и иные механизмы стимулирования приоритетного развития физической культуры и массового спорта, равно как и обеспечение прав потребителей услуг в области физической культуры и спорта. Возникла необходимость принятия федеральных и региональных законов, программ, в которых поэтапно решались бы основные задачи развития физической культуры и массового спорта, а также народного спортивного движения.

Участие российских спортсменов в международных соревнованиях

После распада СССР на зимних и летних Олимпийских играх 1992 г. – в Альбервилле (Франция) и Барселоне (Испания) – выступала объединенная команда СНГ и выступила успешно. В Альбервилле она была второй в общем зачете, а в Барселоне – первой. В 1994 г. победную эстафету подхватили спортсмены России. В Лиллехаммере (Норвегия) они завоевали 11 золотых медалей, больше, чем другие команды. А лыжница Л. Егорова выиграла 3 золотые награды. Ей присвоено звание Героя России. В Нагано (Япония) российская команда завоевала 9 золотых, 6 серебряных и 3 бронзовых медалей. Лыжница Л. Лазутина выиграла 3 золотые медали. Ей также присвоено звание Героя России.

Игры XXVI Олимпиады проходили с 19 июля по 4 августа 1996 г. в американском городе Атланта. Эти игры ознаменовали собой 100 современного олимпийского движения. В соревнованиях по 26 видам спорта приняли участие

10305 спортсменов из 197 стран. Несмотря на то, что Россия впервые выступала самостоятельной командой, ей удалось удержаться в тройке лидеров, пропустив вперед команду США. Было завоевано 26 золотых, 21 серебряная и 27 бронзовых медалей. В нашей команде олимпийскими чемпионами стал 31 человек. Не имея возможности перечислить всех, остановимся на самых титулованных. Борец А. Карелин, фехтовальщик С. Поздняков стали чемпионами Олимпиады в третий раз, фехтовальщик Г. Кириенко, гимнасты А. Ворopaев и С. Харьков победили во второй раз. Но, к сожалению, в самых популярных игровых видах спорта нам не удалось завоевать ни одной медали. Последние XVIII зимние Олимпийские игры XX столетия были проведены с 7 по 22 февраля 1998 г. в городе Нагано (Япония). Команда России заняла третье место, пропустив вперед команду Германии и Норвегии, и завоевала 9 золотых медалей. Олимпийскими чемпионами стали лыжницы Л. Лазутина, Ю. Чепалова, фигуристы И. Кулик, О. Казакова и А. Дмитриев, П. Грищук и Е. Платов, биатлонистка Г. Куклева.

Подводя итог выступлениям наших спортсменов в Олимпийских играх, хотелось бы напомнить, что самой большой коллекцией в мире олимпийских медалей располагает гимнастка Лариса Латынина, на трех Играх она завоевала 18 наград, в том числе 9 золотых. Гимнасты Борис Шахлин, Николай Андрианов и Виктор Чукарин имеют по семь золотых медалей.

Законодательная основа развития физической культуры и спорта на современном этапе

В январе 1999 года был принят Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Закон состоит из 7 глав и 44 статей.

В первой главе говорится о том, что настоящий закон создает условия для развития массовых форм физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в учреждениях, на предприятиях, в организациях независимо от их организационно-правовых форм и форм собственности, с детьми дошкольного возраста и с обучающимися в образовательных учреждениях, работниками организаций, в том числе работниками агропромышленного комплекса, инвалидами, пенсионерами и другими категориями населения.

Настоящий закон рассматривает физическую культуру и спорт как одно из средств профилактики заболеваний, укрепления здоровья, поддержания высокой работоспособности человека, воспитания патриотизма граждан, подготовки их к защите Родины, развития и укрепления дружбы между народами и гарантирует права граждан на равный доступ к занятиям физическими упражнениями и спортом.

В отдельных статьях этой главы речь идет об основных понятиях, используемых в законе, принципах государственной политики в области физической культуры и спорта, а также мерах государственной поддержки развития физической культуры и спорта.

Во второй главе закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» рассматривается система физической культуры и спорта в Российской Федерации. Физкультурное движение в РФ включает в себя: спортивные клубы, коллективы физической культуры, детско-юношеские спортивные школы, детско-юношеские клубы физической подготовки, детско-юношеские спортивно-технические школы, специализированные детско-юношеские школы олимпийского резерва, училища олимпийского резерва, школы высшего спортивного мастерства, центры олимпийской подготовки, образовательные учреждения и научные организации в области физической культуры и спорта всех типов и видов, общероссийские физкультурно-спортивные объединения, Олимпийский коми-

тет России, федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта, органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта, подведомственные им организации, муниципальные организации физической культуры и спорта.

В этой же главе идет речь о деятельности Олимпийского комитета России, физкультурно-спортивных объединений и организаций, спортивных школ и училищ олимпийского резерва, сборных команд Российской Федерации по различным видам спорта, а также о научно-методическом и техническом обеспечении развития физической культуры и спорта.

Третья глава закона посвящена физкультурно-оздоровительной работе и развитию спорта высших достижений.

В четвертой главе идет речь о пропаганде физической культуры и спорта.

Пятая глава – «Права и обязанности спортсменов, работников физкультурно-спортивных организаций, общественных физкультурных организаторов, их социальная защита» – посвящена правам и обязанностям спортсменов, профессиональному спорту, социальной защите спортсменов и работников физкультурно-спортивных организаций.

В шестой главе речь идет о ресурсном обеспечении в области физической культуры и спорта: о строительстве и содержании физкультурно-оздоровительных, спортивных сооружений, спортивной промышленности, налогообложении, лицензировании видов деятельности, правах иностранных граждан и лиц без гражданства, проживающих на территории Российской Федерации, в области физической культуры и спорта.

В седьмой главе четыре статьи содержат заключительные положения.

Часть 3. ИСТОРИЯ СОВРЕМЕННЫХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

Предыстория Олимпийского движения Нового времени

В мире распространено убеждение, что олимпийское движение Нового времени возникло по инициативе Пьера де Кубертена (1863 – 1937). Это ошибочное мнение.

Само понятие Олимпийских игр было возвращено миру итальянским государственным деятелем эпохи Возрождения Матео Палмиери (1405 – 1475) в одной из его работ, в которой он ссылаясь на идеи античного мира.

С точки зрения медицины и педагогики Олимпиадами занимался Иероним Меркуриалис в своем труде «Искусство де арте гимнастика». На Олимпиады древнего времени ссылаясь Петрус Фабер в труде «Агонистикон», изданном в Париже в 1592 году.

В 1516 году юрист Иоханнес Аквилла организовал в Бадене «показательные Олимпийские выступления». Английский драматург Томас Кид (1544 – 1590) ставил в театре сцены из истории Олимпиад. Английский королевский прокурор Роберт Довер (1575 – 1652) при поддержке Якова I организовал в 1604 г. в Бартоне-на-Хэсе серию соревнований, которые назвал «Олимпийские игры». Они проводились на Троицу и были связаны с древними традициями английского народа. В соревнованиях участвовали люди независимо от пола и сословной принадлежности. Соревнования состояли из состязаний атлетов, борцов и конников, а завершались охотой, танцевальными праздниками и жареньем быка. Проводились они и после смерти Довера в течение 100 лет.

В середине XVIII века ученые заговорили о необходимости провести раскопки в Олимпии. В 1723 г. мысль об этом высказал французский ученый Бернао де Монфокон. В 1766 г. Олимпию посетил англичанин Ричард Чендлер, который предполагал, что в этом когда-то прославленном уголке имеются остатки большого храма. В 1768 г. немецкий ученый Иоганн Винкельман посетил Олимпию и подготовил проект проведения раскопок. И только в 1829 г. французская экспедиция произвела первые раскопки, в результате которых было найдено несколько ценных памятников. Их отправили в Лувр. Французы были окрылены и хотели продолжить раскопки, но по ряду причин сделать им это не удалось.

Раскопки пытался осуществить в 70-х годах прошлого века немецкий ученый Эрнст Курциус. Но он не нашел поддержки у германского правительства. Только спустя несколько лет в октябре 1875 г. такие работы начались, но уже весной 1881 г. были свернуты. Руководил работами профессор Берлинского университета Эрнст Курциус. В его распоряжении находилось 300 рабочих. Раскопки велись шесть лет. Раскопан был не только священный Алтис, но и окружающие его здания, что позволило восстановить план Олимпии. Благодаря раскопкам установили, что территория Алтиса была обнесена стеной, в южной ее части находился храм Зевса, а в северной – храм Геры, а между ними – центральная площадь Агора.

Во время раскопок было извлечено огромное количество ценностей. «О богатстве находок могут дать понятие следующие цифры: в общем, открыто было 130 статуй или барельефов мраморных, 13000 бронзовых предметов, 6000 монет, 400 надписей, 1000 предметов из терракоты, 40 памятников, и в числе находок такие произведения, как фронтоны храма, статуя Ники Пэония и Гермес Праксителя. На месте раскопок воздвигнут был музей на средства грека Сингроса, и в нем помещены найденные древности» (В. Бузескул, 1915).

В развалинах храма Геры и в других местах были найдены необыкновенной ценности статуи, голова Афродиты, бронзовые портреты победителей на Олимпийских играх и иные ценности.

После смерти Э. Курциуса в 1896 году раскопки были прекращены. Они возобновились лишь в 1937 г. В апреле 1941 г. Греция была оккупирована немецкими войсками, и в 1942 г. раскопки были вновь прекращены. Только через 10 лет под руководством Эмиля Кунца их удалось возобновить. В июне 1952 г. был открыт реконструированный стадион.

Во время раскопок 1954 – 1955 гг. была обнаружена мастерская Фидия – знаменитого ваятеля, создавшего статую Зевса Олимпийского. Были найдены такие выдающиеся произведения, как «Дискобол» Мирона, «Гермес с младенцем Дионисом» Праксителя.

Ученые кропотливо исследовали все находки послевоенного времени. Только предметов из бронзы было найдено свыше 400. Кроме того, было раскопано огромное количество гирь, много инструментов и треножников, керамических изделий, разнообразных статуэток. Раскопки в Олимпии продолжаются и теперь.

Под влиянием раскопок Олимпии с 1830 годов идея проведения Олимпийских игр начинает активно занимать умы европейцев.

В Швеции один из учеников П. Х. Линга берет за организацию показательных выступлений гимнастов, конных состязаний и др. соревнований, программа которых состояла из номеров древних Олимпийских игр под названием «Олимпийские игры». Проходить выступления должны были в курортном местечке Рамлес один раз в два года.

В 1844 году в Монреале организуют «Олимпийские игры».

В Афинах восстановили античный стадион и в соответствии с «Олимпийским указом» короля в 1859 г. организовывались легкоатлетические соревнования и выставка изобразительного искусства. Всего было проведено 6 Олимпиад до 1889 года.

В конце XIX в. бурный рост экономических и культурных международных связей нашел свое отражение и в спорте. Были созданы первые международные спортивные объединения, стали проводиться соревнования с участием спортсменов разных стран. С выходом спорта на международную арену возникла необходимость проведения крупных комплексных соревнований, создания центра международного спортивного движения.

Для консолидации спортивной жизни и координации соревнований стали необходимы: единая организация, стоящая над международными федерациями, и такие соревнования, которые охватывали бы все виды спорта, периодически повторялись и в ходе которых фиксировались бы достигнутые результаты.

Благодаря достижениям науки о физической культуре и начинаниям в проведении соревнований Франция в конце XIX в. стала центром международной спортивной жизни.

В 1880 г. группа либералов-республиканцев во главе с бароном Пьером де Кубертенем учреждает Национальную лигу физического воспитания.

Кубертен сознавал, что систему физического воспитания во Франции невозможно перестроить по английскому образцу, не вызвав сопротивления, поэтому он, чтобы сплотить своих сторонников, в 1887 г. создает Комитет по пропаганде физического воспитания. Роль этого комитета в 1887 – 1890 гг. состояла в создании основ олимпийского движения.

В 1889 г. французское правительство поручило Кубертену организовать международный конгресс для обсужде-

ния неотложных проблем физического воспитания. В 1892 г. он выступил в Сорбонне на собрании спортивных клубов Франции с лекцией о возрождении Олимпии и предложил возобновить Олимпийские игры. Спустя два года в июне 1894 г., на международной конференции в Париже было принято решение возродить Олимпийские игры и проводить их каждые четыре года с участием представителей всех народов. Делегаты конференции присягнули на верность принципу любительства и создали МОК. С просьбой о проведении первой Олимпиады современности участники конгресса обратились к наследнице древних традиций Греции. Таким образом, возрождение Олимпийской идеи вступило в период конкретной реализации.

Период укрепления Олимпийского движения (1894 – 1918)

Первым президентом МОК был избран грек Деметриос Викелас, а генеральным секретарем – Пьер де Кубертен. Спустя два года Викелас подал в отставку и с 1896 г. пост президента занял Кубертен.

Правительство Греции в 1894 г. заявило, что из-за финансовых проблем Афины не могут взяться за организацию Олимпиады.

В такой ситуации Кубертен через Ференца Кеменя предложил Будапешту провести первые Олимпийские игры в рамках празднования тысячелетия Венгрии и вместе с тем через греческую оппозицию и короля попытался оказать давление на правительство Греции, с тем, чтобы оно изменило свою негативную позицию.

Дипломатия Кубертена увенчалась успехом. В Афинах сменилось правительство и князь Константин, наследник трона, взял подготовку Игр в свои руки. По его призыву греки, проживавшие за рубежом, внесли организаторам в

качестве пожертвований 332000 драхм, правительство же оказало помощь тем, что освободило организаторов игр от налогов и выпустило почтовые марки. Один александрийский миллионер взял на себя все расходы, связанные с реконструкцией бывшего стадиона Панафиния. Национальный комитет Греции объявил сроки проведения первых Олимпийских игр с 6 по 15 апреля 1896 г. в Афинах.

Игры I Олимпиады собрали 295 спортсменов из 13 стран. Спортсмены состязались в 9 видах. Не все спортивные дисциплины вызвали интерес у зрителей. Теннис показался публике скучным и непонятным. Не привлекли внимания и соревнования по стрельбе. Фехтовальные поединки проходили в одном из небольших помещений. В общей программе затерялись и соревнования по гимнастике, в которых приняли участие небольшие группы немецких и греческих спортсменов.

Зато огромный интерес вызвали все атлетические дисциплины. С восторгом приняли соревнования велосипедистов. Кульминацией игр был марафонский бег. Победителям вручали диплом, олимпийскую медаль и оливковую ветвь.

Олимпийские игры оказали исключительное влияние на развитие физической культуры в Греции в последующий период. Важное значение они имели и для ряда других стран. Игры стали мощным импульсом для развития современного спорта в мировом масштабе. Во время проведения Олимпийских игр в Афинах этот процесс находился еще в стадии зарождения, но его основа была заложена именно там. Олимпийские игры стали своеобразной формой укрепления единства мира. Современный спорт начал утверждаться как общественное явление.

МОК выдержал первое испытание, и Афинские игры удалось провести без особых помех.

II Олимпийские игры состоялись в 1900 г. на Родине Пьера де Кубертена во французской столице – Париже.

Всего под его руководством и при самом деятельном участии были подготовлены и проведены Игры семи Олимпиад 1896 – 1924 годов. В эти самые трудные и ответственные годы были заложены основные принципы олимпийского движения. И именно тогда Олимпийские игры стали тем великим праздником спорта и культуры, который мы имеем теперь.

Высшей организацией, руководящей олимпийским движением, является Международный Олимпийский комитет, который в настоящее время возглавляет (с 1980 года) Хуан Антонио Самаранч (Испания). Цель Олимпийского движения – способствовать построению лучшего мира путем воспитания молодежи через занятия спортом без дискриминации и в олимпийском духе, который призывает к взаимопониманию, дружбе, честной игре.

Олимпийские символика и атрибутика

Символ, девиз, эмблема. Олимпийский символ изображается в виде пяти переплетенных колец в одноцветном или многоцветном исполнении и олицетворяет единство пяти континентов и встречу спортсменов всего мира на Олимпийских играх.

Переплетенные кольца изображены в следующем порядке: три кольца вверху (слева направо) – синее, черное, красное и два внизу – желтое и зеленое. Пьер де Кубертен писал, что эти кольца представляют собой пять частей света, которые приобщились к олимпизму, а белый фон флага, на котором расположены кольца, дополняют идею содружества всех без исключения наций Земли. По мнению основателя олимпийского движения современности, «это удивительно современный символ».

Олимпийский девиз «Citius, Altius, Fortius!» («Быстрее, выше, сильнее!») выражает устремление олимпийского движения.

Интересна история возникновения девиза. Его автором был французский священник Дидон, член доминиканского ордена, директор одного из колледжей. Он одним из первых сумел оценить благотворное влияние спорта на воспитание молодежи. Во время открытия соревнований в колледже отец Дидон произнес речь, в которой попытался осмыслить смысл спорта в коротком и звучном латинском изречении. Оно понравилось Кубертену, и он перенес девиз в «олимпийский арсенал».

НОКи имеют собственные официальные эмблемы, которые представляют собой сочетание олимпийского символа с каким-либо национальным отличительным знаком, чаще всего с элементами национальной геральдики. Так, в эмблеме НОК СССР был изображен государственный флаг; в эмблему российского ОК включен стилизованный трехцветный огонь.

Официальную эмблему Олимпийских игр составляют олимпийский символ и символ города или государства, где проводятся очередные игры. Например, на эмблеме Московской Олимпиады-80 изображен стилизованный силуэт, напоминающий высотные здания, характерные для архитектурного облика Москвы.

Флаг. Идея олимпийского флага (знамени) была предложена Пьером де Кубертенем и утверждена МОК в 1913 г. с тем, чтобы использовать его во время проведения Олимпиады 1916 года. Однако Первая мировая война нарушила эти планы.

Первый образец флага изготовили в знаменитой парижской мастерской Бон-Марше. На белом атласном полотнище размером 3 на 2 метра, окаймленном золотой бахромой, изображена олимпийская эмблема – пять переплетенных колец разного цвета.

Впервые олимпийский флаг был поднят 5 апреля 1914 г. в городе Александрии во время открытия Пан-Египетских

игр, которые проводились под патронажем МОК. А на Олимпийских играх флаг впервые был поднят только в 1920 г. в Антверпене.

Во время церемонии закрытия Олимпийских игр представитель города, проводившего Игры, передает флаг президенту МОК, а тот мэру города – организатора следующей Олимпиады. В течение четырех лет флаг хранится в здании городского муниципалитета.

Клятва спортсменов. «Я обещаю, что мы будем участвовать в этих Играх, уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся, в истинно спортивном духе, во славу спорта и во имя чести своих команд». Впервые олимпийская клятва была произнесена на Олимпиаде 1920 года. По правилам Олимпийской хартии клятва произносится спортсменом той страны, где проводятся Игры. Так, на Московской Олимпиаде-80 ее произнес наш знаменитый гимнаст Николай Андрианов, пятикратный чемпион Олимпиады 1976 г. в Монреале. Спортивные арбитры, обслуживающие Игры, тоже произносят олимпийскую клятву. Эта традиция по предложению НОК СССР была заложена на летних Играх-68 в Мехико и звучит так: «От имени всех судей и официальных лиц я обещаю, что мы будем выполнять наши функции во время этих Олимпийских игр со всей беспристрастностью соблюдения правила и сохраняя преданность принципам настоящего спортивного духа».

Огонь. Это традиционный атрибут летних и зимних Игр, его зажжение – один из главных ритуалов на торжественной церемонии открытия. Идея олимпийского огня, рождающегося от солнечных лучей в греческой деревушке Олимпии (как это делалось в Древней Греции), и его доставка факельной эстафетой на олимпийский стадион к моменту открытия Игр принадлежит Пьеру де Кубертену (1912 г.). Впервые огонь был зажжен на летней Олимпиаде 1928 г. и зимней 1952-го. Маршрут факельной эстафеты

разрабатывается оргкомитетом очередных Игр совместно с НОК страны, по территории которой он проходит. Эстафета идет круглосуточно в любую погоду, поэтому от олимпийского огня зажигаются несколько запасных факелов в специальных защитных лампах. Обычно честь завершить эстафету по дорожке стадиона и зажечь от факела олимпийский огонь в специальной чаше предоставляется одному из ведущих спортсменов страны, в которой проводятся Игры. Так, во время церемонии открытия Московской Олимпиады огонь зажигал наш известный баскетболист Сергей Белов.

Хартия. Основы Олимпийской хартии были разработаны Пьером де Кубертенем и утверждены Парижским конгрессом 1894 г., принявшим решение о возрождении олимпиад современности. Это сборник уставных документов МОК по вопросам олимпийского движения: основные цели, принципы, положения, правила организации и проведения Олимпийских игр и т.д.

Хартия состоит из нескольких разделов. Первый из них посвящен основным принципам олимпийского движения. Честь проведения Олимпийских игр МОК представляет городу, а не стране или территории. Всю ответственность за подготовку и проведение Игр несет НОК страны, где находится избранный город. Доходы от них используются только для развития олимпийского движения и любительского спорта. В том же разделе говорится об олимпийских символах, эмблемах, флаге, огне. Второй раздел посвящен МОК, его структуре, статусу, правам, финансовым средствам. Третий – разъясняет положение о международных спортивных федерациях. В четвертом речь идет о НОКах. В пятом – об Олимпийских играх: сюда включены кодекс допуска к ним спортсменов, медицинский кодекс, список признанных МОК международных спортивных федераций, вопросы программы Игр. Здесь же говорится об олимпийских наградах, о порядке освещения хода Игр средствами массовой информации. «Протокол Олимпийских игр» со-

держит положения о порядке исчисления олимпиад, продолжительности и сроках проведения Игр, о церемониях открытия и закрытия, награждения призеров и т.д. Они подчеркивают недопустимость использования Олимпийских игр в политических и коммерческих целях, устанавливают порядок работы сессий МОК и специальных комиссий комитета. Хартия – это своего рода конституция олимпийского движения, свод основных законов, по которым живет весь громадный мир современного олимпийского спорта.

ОЛИМПИЙСКИЙ СЛОВАРИК

АВГИЙ – царь Элиды (древнее название Греции), с его именем связан один из подвигов Геракла. Когда слава Геракла и всенародная любовь к этому герою затмила славу самого царя, Авгий решил опозорить Геракла, заставив чистить конюшни, которые не убирались много лет.

Авгий надеялся, что Геракл не справится с этим и тем самым опозорит свое имя перед согражданами. Геракл не стал чистить конюшни. Ночью он перегородил русло реки Алфей и направил воды в конюшни. К утру они были чистыми.

Геракл в знак презрения к несправедливому царю вызвал его на поединок и победил. В честь этой победы Геракл созвал своих братьев и устроил среди них соревнования в беге. Таким образом, как утверждает одна из многочисленных легенд, эти соревнования и стали предвестником Олимпиад.

АПОЛЛОН – в греческой мифологии сын бога Зевса. Покровитель искусств. Совершенные пропорции тела. Известны статуи «Аполлон, убивающий ящерицу» (скульптор Пракситель) и «Аполлон Бельведерский» (скульптор Леохар). В честь Аполлона приносились жертвоприношения на Пифийских играх в Дельфах.

АРТЕМИДА – дочь бога Зевса, покровительница плодородия и охоты. В честь богини проводились ежегодные праздники, на которых юноши демонстрировали свое умение владеть луком, проявлять смелость и ловкость, доказывать готовность к воинским делам. Все это входило в систему физического воспитания Спарты.

АФИНЫ – один из городов-полисов Древней Греции. Отличался передовыми демократическими реформами в

образовании, общественной жизни. Физическое воспитание детей было частным делом родителей. Физическое воспитание мальчиков осуществлялось в палестрах. Это были частные учебные заведения, где занятия проводили педотрибы (учителя). В Афинах были и общественные заведения – гимнасии. В них юноши занимались военной подготовкой и физическими упражнениями, готовились к выступлениям на праздниках.

Девушки в Афинах в палестры и гимнасии не допускались и физическими упражнениями не занимались. До наших дней сохранились названия трех древнегреческих гимнасиев: Академия, Ликейон, Киносарг. Наибольшей популярностью в них пользовалась борьба.

ВЕНОК ИЗ ВЕТВЕЙ ОЛИВКОВОГО ДЕРЕВА – одна из наград, вручаемая олимпионнику. Изготавливался из ветвей деревьев, растущих в священной роще Олимпии.

ГЕРА – царица богов, сестра и жена бога Зевса. Ее имя в олимпийской тематике связано с проведением состязаний девушек, которые проводились вблизи Олимпии. Как известно, девушки не могли участвовать в древних Олимпийских играх, однако стремление к духовному и физическому здоровью девушек было заботой государства. Этим и отличалась Спарта от других древнегреческих городов-полисов. Участницы этих состязаний назывались герей.

ГЕРАКЛ – всеобщий любимец древних греков. Сын бога Зевса и смертной женщины Алкмены. О силе Геракла слагались легенды, отражающие его подвиги. В мифологии известно двенадцать подвигов Геракла, среди которых освобождение Прометея, победа над Антеем, сражение с кентаврами и другие.

ГЕРОДОТ – древнегреческий историк. В 444 г. до нашей эры участник Олимпийского конкурса искусств в храме Зевса. Удостоен награды за рассказ о победе греков над персами. Впоследствии назван «отцом истории».

ГИМНАСИЙ – древнегреческое спортивное сооружение, предназначенное для тренировок в беге. Длина крытого портика гимнасия составляла 219,5 метра, а ширина 11,3 метра.

ГОПЛИТ – тяжеловооруженный воин.

ДИАГОР – самый знаменитый кулачный боец Древней Греции. Жил на острове Родос. Олимпийский чемпион 79-х Олимпийских играх в 464 г. до н.э.

Основатель целой династии олимпиоников. Три сына и два внука Диагора были чемпионами Олимпийских игр. Умер во время церемонии награждения своих сыновей лавровыми венками чемпионов.

ДРЕВНИЕ ОЛИМПИАДЫ – ПРАЗДНИКИ МИРА – Олимпийские игры Древней Греции считались национальными праздниками и объявлялись днями всеобщего мира. Специальные послы объезжали все города-государства Греции и объявляли о священном перемирии. Всякие войны прекращались. Существовал строгий запрет, никто не имел права применять оружие и даже вносить его на территорию Олимпии.

ЗЕВС – в греческой мифологии верховный бог. Сын титана Кроноса. После победы над отцом становится владыкой всех богов и людей. Атрибутами власти Зевса были щит, скипетр, ореол. Считалось, что жил Зевс на вершине горы Олимп. Покровительствовал Олимпийским состязаниям, проводимым в местечке Олимпия.

ИСТМИЙСКИЕ ИГРЫ – по преданию, учредителем игр был бог Посейдон. С 572 г. до н.э. эти игры становятся общегреческими. Как и Немейские, они проводились один раз в два года весной, в апреле. В программу входили музыкальные и поэтические конкурсы, состязания атлетов в беге, борьбе, кулачном бою и гонках колесниц. К участию в общеэллинских играх не допускались те, кто нарушал законы.

МИЛОН ИЗ КРОТОНА – победитель шести античных Олимпийских игр по борьбе. Один из самых знаменитых

олимпиоников. Ученик Пифагора, автор книги «Физика». О силе Милона ходили легенды. Занимал видное место в общественной жизни Кротона.

НЕМЕЙСКИЕ ИГРЫ – празднества на северо-востоке Пелопонесса.

По преданию, их учредил Геракл в знак победы над немейским львом. Состязания проходили летом один раз в два года и пользовались большой популярностью у греков. Атлеты состязались в беге, борьбе, пятиборье и беге в полном вооружении.

ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ – как грандиозные спортивные праздники и игры развивались на религиозной основе и происходили из обрядов того времени. Эти праздники возникли примерно в 1400 году до н.э. Если следовать описаниям древнегреческого историка Павсания, то Олимпийские игры, как утверждает легенда, были основаны Гераклом в честь бога Зевса в 776 г. до н.э. Другой древнегреческий историк Тимей ввел летоисчисление в Греции именно от этого 776 г. до н.э., подтвердив таким образом исторический факт проведения первых Олимпийских игр древности в этом году.

На первых Олимпийских играх был лишь один вид – бег на 1 стадию.

История донесла до нас имя первого победителя. Им стал повар из Элиды – Коройба. 1168 лет продолжались Олимпийские игры древности. В 394 г. уже нашей эры император Римской империи Феодосий запретил их как языческие. Традиции древних олимпиад настолько глубоко вошли в быт и уклад жизни древних эллинов, что их удалось сохранить и по сей день.

Этому способствовало огромное уважение и любовь греков к победителям Игр. Им устанавливали статуи, высекали их имена на каменных плитах, в город, где они жили, их вносили на руках. Победителя награждали венком из оливкового дерева, пальмовой ветвью и белой налобной повязкой и называли олимпиоником.

Наряду с Олимпийскими, в древней Греции проходили и другие игры: Пифийские, Истмийские, Немейские и др.

Если сопоставить даты и периодичность их проведения, то можно предполагать, что в Греции существовала стройная система спортивных состязаний, начиная от местных региональных игр до самого высокого ранга – Олимпийских.

Причем программа игр постоянно расширялась, включая все новые виды физических и военных упражнений. В результате такой системы на Олимпийские игры попадали сильнейшие атлеты древности. К ним в первую очередь следует отнести Леонида из Родоса. Этот выдающийся атлет 12 раз был победителем в беге на разные дистанции. Немало легенд ходит о другом известном олимпионике – Милоне из Кротона. Ученик Пифагора, по ряду версий, автор книги «Физика», философ и всеобщий любимец греков, он 6 раз был победителем на Олимпийских играх по борьбе. На Пифийских играх побеждал 7 раз, на Истмийских – 10 и на Немейских – 9 раз.

ОЛИМПИЙСКОЕ ЛЕТОИСЧИСЛЕНИЕ – введено историком Тимеем в связи с огромной популярностью Олимпийских игр. В основу хронологии положен счет времени по олимпиадам. Промежуток между двумя Олимпийскими играми состоял из 1417 дней и считался олимпиадой.

ОЛИМПИОНИК – победитель состязаний на Олимпийских играх древности. Имел высокий общественный статус, пользовался всеобщей любовью и уважением сограждан.

ОЛИМПНИЯ – историческое место проведения античных Олимпийских игр, расположенное в долине двух рек – Алфей и Кладеус – в полисе Элида Древней Греции, у подножия Кроносского холма.

Возникла во втором тысячелетии до н.э. как ритуальное место и святилище бога Зевса и богини Геры. Главными

сооружениями в Олимпии были храм Зевса и спортивные сооружения: стадион, гимнасий, палестра. Вокруг храма Зевса сооружались статуи победителей Олимпийских игр.

ПАЛЕСТРА – в Олимпии палестра служила местом борьбы. Это был двор с навесом над всеми сторонами двора, где размещались классы, бани, комнаты для отдыха и другие помещения, необходимые для занятий спортом и отдыха атлетов и элланодиков.

ПЕЛОПС – древнегреческий царь Элиды, распространивший свою власть на южную часть Греции. Отсюда и пошло название полуострова Пелопоннес.

ПЕНТАТЛОН – пятиборье, состояло из метания диска, прыжков в длину с места, метания копья, бега на один стадий, борьбы. Стал проводиться с 18-х Олимпийских игр.

ПИФАГОР – знаменитый греческий философ и математик. Основатель элитной школы в Кротоне. Олимпийский чемпион в состязаниях кулачных бойцов. Учитель знаменитого олимпионика Милона Кротонского.

ПИФИЙСКИЕ ИГРЫ – празднества в Дельфах. Проводились один раз в четыре года в честь бога Аполлона. По своему содержанию схожи с Олимпийскими: бег, борьба, скачки. Расцвет игр пришелся на VI в. до н.э. Славился культ красивого тела.

ПЬЕР ДЕ КУБЕРТЕН – основатель Олимпийских игр современности. Родился 1 января 1863 года. Его далекие предки – выходцы из Италии. Наиболее известен из них Феличе, который обнаружил в своем саду знаменитую скульптурную группу «Лаокоон с сыновьями». В 1600 г. один из Феличе – Жан Фреди – приобрел неподалеку от Версаля уютное поместье Кубертен. С этого времени появляется фамилия, которой суждено оставить след в истории. Пьер рос любознательным мальчиком. Рано научился читать и писать. Старался подражать отцу – отец его был ху-

дожником. В доме, очень богатом и знатном, царила атмосфера мира и счастья.

Будущий основатель новых Олимпийских игр очень любил природу. Много лет спустя, читая Жан-Жака Руссо, Кубертен особо отметит мысль великого просветителя и педагога о том, что воспитывать ребенка надо на лоне природы. В общении с природой видел залог не только здорового организма, но и здорового образа мыслей.

От карьеры военного он наотрез отказался, несмотря на то, что в те времена она была привилегией лишь знати. Пьер поступает на философский факультет Сорбонны. Много читает книг по истории, педагогике, становится ежедневным посетителем Лувра, где коллекция античных памятников пользовалась всемирной славой. В залах Лувра Пьер все чаще задумывается над тем, как в далекие времена люди добивались такой гармонии тела.

От «Школьных годов Тома Брауна» – книги, будоражившей его юношеское воображение, – Пьер переходит к трудам известного английского педагога Томаса Арнольда, который значительное место в воспитании отводил спорту. Спорт, приходит к выводу Пьер де Кубертен, делал древних греков физически совершенными, выносливыми. Необходимо вернуть спорт в систему воспитания.

Сам же Пьер делил свои спортивные привязанности между верховой ездой и греблей, боксом и фехтованием. В это время он посещает Англию, где знакомится с системой физического и умственного воспитания. Его поражает эта система. Он еще больше верит в чудодейственную силу спорта как метода воспитания.

Кубертен с блеском заканчивает университет и отправляется в Олимпию. В первый же вечер после возвращения в Париж, Пьер сказал своим друзьям: «Сегодня мы сетуем на то, что спорт недоступен массам. А вот бы нам организо-

вать такие соревнования, как некогда в Олимпии! Ведь это был бы прекрасный стимул для развития спорта».

Всю свою жизнь Пьер де Кубертен стремился к тому, чтобы спорт служил высоким целям мира и дружбы между народами и способствовал воспитанию нравственности, духовной и физической красоты человека. Девизом его жизни стали его же слова: «О спорт! Ты – мир!».

Умер Пьер Кубертен 2 сентября 1937 года в Женеве. В Олимпии, где впервые зародились Олимпийские игры, стоит стела Кубертена. Здесь захоронено его сердце.

СПАРТА – один из городов-полисов в Древней Греции. Отличался деспотическим режимом и жесткой системой физического воспитания (спартанское воспитание). В отличие от Афин в Спарте право на физическое воспитание было признано за всеми гражданами. Образец спартанского воспитания был примером для многих полисов Греции.

В Спарте больной или хилый ребенок права на жизнь не имел, его сбрасывали со скалы. Спартанская система была направлена на решение военных задач, обороны города сильными и мужественными мужчинами. Женщины в Спарте занимались физическими упражнениями для того, чтобы рожать здоровых детей. В VII веке до н.э. на Олимпийских играх спартанцы были победителями во многих видах. Однако уже в VI веке до н.э. их система физического воспитания приобрела ярко выраженный милитаристский характер, отодвинув на задний план гармоническое развитие человека.

СТАДИЙ – в Древней Греции – мера длины, размером в 600 ступней человека. В Олимпии эта мера равнялась 192 м 27 см. Как утверждает легенда, эту длину отмерил ступнями сам Геракл. (Любопытно, что пересчитав эту меру на размер обуви, можно утверждать, что Геракл носил сандалии 47 размера.) Отсюда пошло название «стадион» как место для состязания в беге.

Первоначально стадион не был похож на современные спортивные сооружения. Это была ровная площадка прямоугольной формы, посыпанная мелким песком. По обе ее стороны располагались зрители, причем специальных мест для них не было. Зрители сидели прямо на траве.

СТАТУЯ БОГА ЗЕВСА В ОЛИМПЦИИ – одно из семи чудес света. Около 13 м высотой, была изготовлена скульптором Фидием из ценных пород дерева, покрыта золотом и слоновой костью, установлена в храме Зевса в Олимпии.

В 394 г. н.э. после запрещения Олимпийских игр императором Феодосием перевезена в Константинополь, где была уничтожена пожаром.

ЭЛЛАНОДИКИ – судьи Древней Греции. На Олимпийских играх они следили не только за правильностью и точностью выполнения атлетами условий состязаний, но и выполняли другие обязанности (например, сопровождали атлетов из городов-полисов в Олимпию). Одежда элланодиков отличалась яркостью, а на голове каждого судьи был венок из лаврового дерева. Это подчеркивало их особое положение и авторитет. Никто не мог возражать им. Их решение было окончательным и обжалованию не подлежало. В Древней Греции преднамеренные ошибки в судействе были исключены, и не только потому, что элланодики давали публичную клятву. Общественный резонанс Игр был настолько велик, что создавал вокруг них дух высокой морали и нравственности. К сожалению, это продолжалось не всегда. С завоеванием Греции Римом небезызвестный римский император Нерон пожелал сам участвовать в очередных Олимпийских играх. Однако в установленные сроки явиться в Олимпию он не смог и Игры по его указанию были перенесены на следующий год. В истории древних олимпиад это был единственный случай, когда Игры проходили не в високосном году. Нерон пожелал состязаться в гонках на колесницах. Вопреки всем правилам ему в колес-

ницу были впряжены не 4, как у всех, а 10 лошадей. Несмотря на это, Нерону не удалось победить, так как на повороте колесница опрокинулась и незадачливый возница едва остался жив. Тем не менее судьи, нарушив все правила увенчали его лавровым венком победителя. Так впервые был нарушен священный закон Олимпийских игр, гласящий, что победа завоевывается не деньгами и знатностью, а в честной борьбе.

**Вопросы для подготовки к экзамену по предмету
«История физической культуры»**

1. Предмет, задачи истории физической культуры. Источники, используемые при изучении истории физической культуры.
2. Физическая культура в первобытном обществе. Теории возникновения физической культуры.
3. Особенности развития физической культуры в рабовладельческом обществе. Физическая культура в странах Древнего Востока: Вавилоне, Египте, Индии, Китае, Персии.
4. Особенности спартанской и афинской систем физического воспитания рабовладельцев в классический период.
5. Содержание греческой гимнастики и агонистики.
6. Зарождение педагогической мысли в области физического воспитания. Вопросы физического воспитания в трудах Платона и Аристотеля.
7. Олимпийские игры античного мира.
8. Упадок физического воспитания в Древней Греции и запрещение Олимпийских игр. Значение исторического опыта древнегреческих Олимпийских игр.
9. Особенности развития физической культуры в Древнем Риме.
10. Физическая подготовка гладиаторов. Кризис рабовладельческого общества и упадок рабовладельческой системы физического воспитания.
11. Особенности развития физической культуры в средние века.
12. Физическое воспитание светских феодалов (рыцарей), рыцарские турниры.
13. Физические упражнения и игры в быту, трудовой и военной подготовке народа в средние века. Физическая культура горожан в средние века.

14. Причины упадка феодальной системы физического воспитания. Рост буржуазии и зарождение физической культуры буржуа.

15. Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения (Витторино де Фельтре, Иеронима Меркуриалиса, Франсуа Рабле).

16. Взгляды Т. Мора и Т. Кампанеллы на физическое воспитание.

17. Вклад Я.А. Коменского в развитие гуманистических идей физического воспитания.

18. Особенности развитие физической культуры в странах Западной Европы после буржуазных революций XVII – XVIII веков.

19. Развитие теоретических основ физического воспитания в педагогических сочинениях, Д. Локка, Ж.-Ж. Руссо и И. Песталоцци.

20. Место физического воспитания в новых школьных системах (филантропиях). Деятельность Г. Фита, И. Гутс-Мутса.

21. Причины возникновения и развития национальных систем физического воспитания в начале XIX века в Германии, Швеции, Франции.

22. Немецкая система гимнастики.

23. Шведская гимнастическая система.

24. Французская гимнастическая система.

25. Развитие спортивно-игровой системы в Англии и США. Деятельность Т. Арнольда.

26. Сокольское движение, сокольская гимнастика. Деятельность М. Тырша.

27. Гимнастика Ж. Демени.

28. Естественный метод Ж. Эбера.

29. Основная гимнастика Н. Бука.

30. Система средств и методов физического воспитания второй половины Нового времени (Ф. Дельсарт, А. Дункан, Э. Далькроз, Э. Бьеркстен).

31. Развитие спортивного движения во второй период Нового времени.
32. Особенности физической культуры в Новейшее время.
33. Физическая культура в зарубежных странах в период между Первой и Второй мировыми войнами.
34. Развитие физической культуры в странах социализма после Второй мировой войны.
35. Развитие физической культуры в странах Азии и Латинской Америки после Второй мировой войны.
36. Развитие физической культуры в капиталистических странах после Второй мировой войны.
37. Зарождение физической культуры у народов, проживавших на территории России.
38. Военно-физическое воспитание господствующих классов России с древнейших времен до XVIII века.
39. Вопросы физического воспитания в медицинской и педагогической литературе эпохи феодализма в России.
40. Влияние реформ начала XVIII века на развитие физической культуры и спорта в России.
41. Введение физического воспитания в учебные заведения России с XVIII века до первой половины XIX века.
42. Военно-физическая подготовка в русской армии с XVIII века до первой половины XIX века.
43. Физическое воспитание в быту народов нашей страны с XVIII века до первой половины XIX века.
44. Физическое воспитание в быту дворянства с XVIII века до первой половины XIX века.
45. Развитие педагогической и естественнонаучной мысли в области физического воспитания в трудах М.В. Ломоносова, А.П. Протасова, В.Н. Татищева, И.И. Бецкого, А.Н. Радищева, В.Г. Белинского.
46. Развитие капиталистических отношений в России во второй половине XIX в. Подъем общественного движения и его значение для развития системы физического воспитания.

47. Развитие идейно-теоретических и научных основ физического воспитания в трудах Н.Г. Чернышевского, Н.А. Добролюбова, К.Д. Ушинского, Д.И. Писарева.

48. Значение трудов Н.И. Пирогова, И.М. Сеченова, И.П. Павлова для научного обоснования основ физического воспитания.

49. Роль Е.А. Покровского в развитии теории и практики физического воспитания.

50. Деятельность П.Ф. Лесгафта и его система физического образования.

51. Физическое воспитание в учебных заведениях со второй половины XIX в. до начала XX в.

52. Развитие спорта и участие русских спортсменов в международных соревнованиях. Российские Олимпиады. «Канцелярия главного наблюдающего за физическим развитием народонаселения Российской империи».

53. Становление и развитие физической культуры и спорта в СССР.

54. Физическое воспитание в начальной, средней и высшей школах с 1917 по 1941 г. Введение комплекса ГТО.

55. Спортивно-массовая работа с населением с 1971 года до начала Второй мировой войны.

56. Перестройка советского физкультурного движения на военный лад в годы Великой Отечественной войны. Боевые подвиги спортсменов и физкультурников на фронтах Великой Отечественной войны.

57. Физическое воспитание учащейся молодежи в военные годы. Физкультурная работа в тылу страны. Работа физкультурных организаций по восстановлению здоровья и боеспособности раненых солдат и офицеров Советской Армии.

58. Завершение Великой Отечественной войны и переход страны к мирной жизни. Организация и проведение физкультурной работы в СССР в послевоенные годы.

59. Спартакиады народов СССР и их значение для восстановления и развития физического движения в послевоенные годы.

60. Международные спортивные связи СССР в послевоенный период.

61. Физическая культура и спорт в жизни советского народа с 1960 по 1980 г.

62. Комплекс ГТО (1972) и его роль в развитии физкультурного движения.

63. Физкультурное движение на путях перестройки.

64. Анализ выступлений советских спортсменов на летних Олимпийских играх 1961 – 1999 гг.

65. Анализ выступлений советских спортсменов на зимних Олимпийских играх и других соревнованиях 1961 – 1999 гг.

66. Современное состояние и проблемы дальнейшего развития физической культуры и спорта (1990 – 2000 гг.).

67. Законодательная основа развития физической культуры и спорта на современном этапе.

68. Предыстория Олимпийского движения нового времени.

69. Олимпийское движение в период с 1894 по 1918 годы.

70. Олимпийская символика и атрибутика.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ И РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Твой олимпийский учебник: Учеб. пособие для учреждений образования России / В.С. Родниченко и др. – М.: Советский спорт, 1999.

2. Агеевец В.У., Поликарпова Г.М. Олимпийские игры. Из прошлого в будущее. – СПб.: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1996.

3. Цатурова К.А. История физической культуры зарубежных стран: Учеб.-метод. пособие. СПб.: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999.
4. Цатурова К.А. Физическая культура в России с древнейших времен до конца XVIII века: Лекция. СПб.: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999.
5. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. – М.: Радуга, 1982.
6. Столбов В.В. История физической культуры. – М.: Просвещение, 1989.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Часть 1. История физической культуры в зарубежных странах	5
1.1. Физическая культура в Древнем мире	5
Теории возникновения физической культуры	5
Развитие физической культуры на отдельных этапах истории первобытнообщинного строя	7
Физическая культура в рабовладельческом обществе. Особенности ее развития	10
Физическая культура в странах Древнего Востока: Вавилоне, Египте, Индии, Китае, Персии	11
Развитие физической культуры в Древней Греции. Особенности спартанской и афинской систем физического воспитания рабовладельцев в классический период	16
Зарождение педагогической мысли в области физического воспитания. Вопросы физического воспитания в трудах Платона и Аристотеля	23
Развитие физической культуры в Древнем Риме. Особенности ее развития	25
Место спорта в цирковых зрелищах, атлетических состязаниях и играх	29
Физическая подготовка в гладиаторских школах	31
Кризис рабовладельческого общества и упадок рабовладельческой системы физического воспитания	32
2. Физическая культура в средние века	33
Особенности развития физической культуры в этот период	33

Физическое воспитание светских феодалов (рыцарей), рыцарские турниры	34
Физические упражнения и игры в быту, трудовой и военной подготовке народа	36
Физическая культура горожан. Стрелковые и фехтовальные общества	38
Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения	39
3. Физическая культура в Новое время	44
3.1. Физическая культура в первый период Нового времени (с XVII в. До 1871 года)	44
Особенности развития физической культуры в странах Западной Европы после буржуазных революций XVII – XVIII веков	44
Развитие теоретических основ физического воспитания	45
Место физического воспитания в новых школьных системах (филантропиях). Деятельность Г. Фита, И. Гутс-Мутса	48
Причины возникновения и развития национальных систем физического воспитания в начале XIX века в Германии, Швеции, Франции	50
Развитие спортивно-игровой системы в Англии и США. Деятельность Т. Арнольда	55
3.2. Физическая культура во второй период Нового времени (1871- 1917)	57
Возникновение рабочего спортивно-гимнастического движения. Развитие спорта и создание международных спортивных объединений	57
Возникновение новых систем физического воспитания	58

Развитие спортивного движения	60
4. Физическая культура в Новейшее время	70
Физическая культура в зарубежных странах в период между Первой и Второй мировыми войнами	71
Физическая культура и спорт в зарубежных странах после Второй мировой войны	75
Часть II. Физическая культура в России и на территории СССР	83
5. Физическая культура народов России до XVIII в.	83
Зарождение физической культуры у народов, проживавших на территории России и входивших в состав Российской империи	83
Физические упражнения и игры в народном быту ...	84
Военно-физическое воспитание господствующих классов	86
Вопросы физического воспитания в медицинской и педагогической литературе эпохи феодализма	87
6. Физическая культура в России с XVIII в. и первой половине XIX века	88
Влияние реформ начала XVIII века на развитие физической культуры и спорта	88
Введение физического воспитания в учебные заведения	90
Военно-физическая подготовка в русской армии	92
Физическое воспитание и спорт в быту народов нашей страны	94
Физическое воспитание в быту дворянства	96
Развитие педагогической и естественнонаучной мысли в области физического воспитания	97
7. Физическая культура в России со второй половины XIX в. до начала XX в.	101

Развитие идейно-теоретических и научных основ физического воспитания	101
Деятельность П.Ф. Лесгафта и его система физического образования	104
Физическое воспитание в учебных заведениях	106
Развитие спорта и участие русских спортсменов в международных соревнованиях. Российские Олимпиады	109
8. Физкультура и спорт в СССР	111
8.1. Становление и развитие физической культуры и спорта в СССР	111
Физическое воспитание в начальной, средней и высшей школах	114
Спортивно-массовая работа с населением	116
8.2. Физическая культура в годы Великой Отечественной войны	120
Боевые подвиги спортсменов и физкультурников на фронтах Великой Отечественной войны ..	121
Физическое воспитание учащейся молодежи на службе обороны Родины	123
Физкультурная работа в тылу страны	125
Работа физкультурных организаций по восстановлению здоровья и боеспособности раненых солдат и офицеров Советской Армии ...	126
8.3. Развитие физической культуры и спорта в послевоенные годы	127
I и II Спартакиады народов СССР и их значение для восстановления и развития физического движения в послевоенные годы	128
Международные спортивные связи в послевоенный период	129

8.4. Дальнейшее развитие физической культуры в СССР	130
Анализ выступлений советских спортсменов на летних и зимних Олимпийских играх и других соревнованиях 1960 – 1990 гг.	137
9. Современное состояние и проблемы дальнейшего развития физической культуры и спорта в России (1991- 2000 гг.)	145
Участие российских спортсменов в международных соревнованиях	150
Законодательная основа развития физической культуры и спорта на современном этапе	151
Часть 3. История современных Олимпийских игр	154
Предыстория Олимпийского движения нового времени	154
Период укрепления Олимпийского движения (1894 – 1918)	158
Олимпийские символика и атрибутика	160
Приложение. Олимпийский словарь	165
Вопросы для подготовки к экзамену по предмету «История физической культуры»	175
Список использованной и рекомендуемой литературы	179