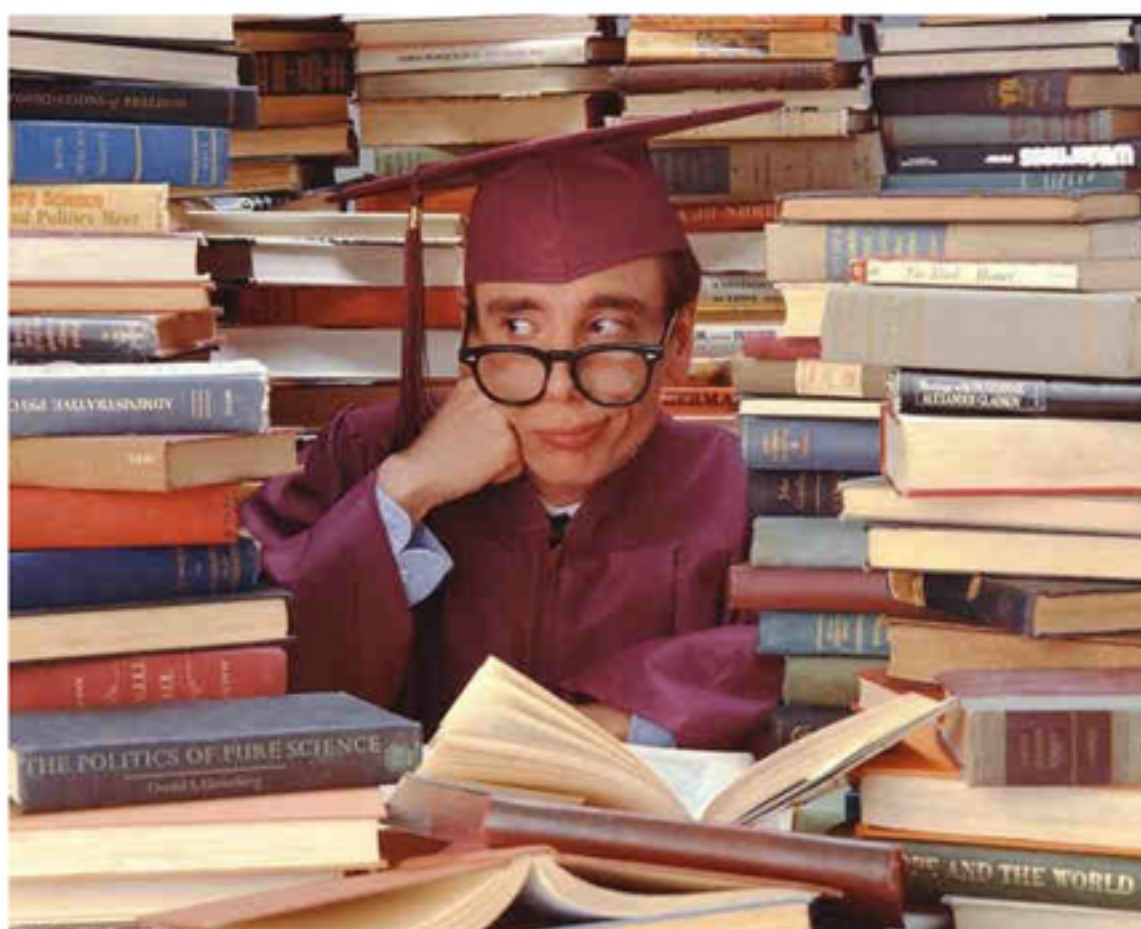


**Дивинская Е. В.**

**КУРС ЛЕКЦИЙ  
И ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ  
СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
«ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
И СПОРТА»**



**Волгоград – 2011**

Елена Дивинская

**Курс лекций и практические  
рекомендации для  
самостоятельной подготовки  
студентов по дисциплине «История  
физической культуры и спорта»**

«БИБКОМ»

2011

УДК 796.0  
ББК 75.3

**Дивинская Е. В.**

Курс лекций и практические рекомендации для самостоятельной подготовки студентов по дисциплине «История физической культуры и спорта» / Е. В. Дивинская — «БИБКОМ», 2011

Учебное пособие по учебной дисциплине «История физической культуры и спорта» цикла общепрофессиональных дисциплин предназначено для студентов заочной формы обучения, обучающихся по специальностям 032101 «Физическая культура и спорт» и 032102 «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья» (адаптивная физическая культура), слушателей курсов повышения квалификации и профессиональной переподготовки руководящих работников и специалистов по физической культуре и спорту.

УДК 796.0  
ББК 75.3

© Дивинская Е. В., 2011  
© БИБКОМ, 2011

## Содержание

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	5
Тематический план учебной дисциплины «История ФКиС»	6
РАЗДЕЛ I. ВСЕОБЩАЯ ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	7
ТЕМА I.1. ВВЕДЕНИЕ В ПРЕДМЕТ. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДРЕВНЕМ МИРЕ И СРЕДНИЕ ВЕКА	7
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# **Елена Дивинская**

## **Курс лекций и практические рекомендации для самостоятельной подготовки студентов по дисциплине «История физической культуры и спорта»**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Учебная дисциплина «История физической культуры и спорта» преподается в рамках цикла общепрофессиональных дисциплин Федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования.

Студентами заочной формы обучения история физической культуры и спорта изучается на I курсе первого семестра. Содержание курса состоит из трех разделов, рассчитанных на шесть лекционных занятий (12 академических часов), носящих установочный или обзорный характер. Систематическое же изучение курса должно проходить в процессе самостоятельной работы студентов. Приступая к изучению курса, студент знакомится с настоящими указаниями, в которых изложены распределение учебного материала, лекционный материал, темы контрольных работ, экзаменационные требования и методические рекомендации по изучению учебной дисциплины и выполнению контрольной работы.

Действенным методом самостоятельной работы является также систематическая самопроверка знаний. Изученный раздел надо себе пересказать, отмечая, какие вопросы остались непонятными для того, чтобы потом уточнить их по дополнительной литературе или на консультации у преподавателя.

Кроме того, студент согласно существующему учебному плану должен выполнить контрольную работу. Контрольная работа является не только одной из форм проверки знаний студентов, но, главным образом, одной из форм самостоятельной работы, выполнение которой помогает студентам приобретать навыки конспектирования литературных источников и формулировать самостоятельные выводы по изучаемому материалу.

В зимнюю экзаменационную сессию 1-го семестра студенты сдают экзамен по всему курсу истории физической культуры и спорта. Требования, предъявляемые к выполнению контрольной работы и подготовке к экзамену, изложены ниже.

## Тематический план учебной дисциплины «История ФКиС»

**(110 часов) для студентов I курса заочной формы обучения по специальностям 032101 «Физическая культура и спорт», 032102 «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»**

№ п/п	Наименование тем	Распределение учебных часов
Раз-дел	<b>I. Всеобщая история физической культуры и спорта</b>	
I.1.	Введение в предмет. Физическая культура в древнем мире и средние века.	2
I.2.	Физическая культура и спорт в периоды новой и новейшей истории (обзор основных положений данного раздела).	2
Раз-дел	<b>II. Физическая культура и спорт в России, СССР и Российской Федерации</b>	
II.3	Физическая культура и спорт в России с древнейших времен до XVIII века	2
II.4	Физическая культура и спорт в России с XVIII до начала XX вв.	2
II.5	Дальнейшее развитие физической культуры и спорта в нашей стране с 1917 года до настоящего времени.	2
Раз-дел	<b>III. История международного спортивного и олимпийского движения</b>	
III.6	История международного спортивного и олимпийского движения	2
	<b>Итого:</b>	<b>12</b>

## **РАЗДЕЛ I. ВСЕОБЩАЯ ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

### **ТЕМА I.1. ВВЕДЕНИЕ В ПРЕДМЕТ. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДРЕВНЕМ МИРЕ И СРЕДНИЕ ВЕКА**

Дисциплина «История физической культуры и спорта» включает в себя три основные дефиниции: историю, физическую культуру и спорт.

Термин история имеет древнегреческое происхождение и означает рассказ или повествование о прошлой жизни человеческого общества. Древние говорили: «*Historia est magistra vita*» – «История – наставник жизни».

Термин «культура» латинского происхождения, первоначально означал возделывание и обработку почвы. Культура – это основная первопричина, определяющая потребности и поведение людей. Основной движущей силой развития культуры являются возрастающие людские потребности. Так, в условиях первобытнообщинного строя первостепенной потребностью людей являлось удаление голода и жажды, в связи с этим физические упражнения представляли собой имитацию охоты.

При рабовладельческом строе у человека возникла необходимость сохранения своей безопасности, в связи с этим появилась физическая культура военной направленности.

Во времена феодального строя, по мере появления у людей духовных потребностей, физическая культура начинает включать в себя рыцарские турниры.

Капиталистический и социалистический строй ознаменовались тем, что человеческим потребностям стало присуще самоутверждение и общественное признание. Физическая культура этого исторического периода, способствовала удовлетворению социальных потребностей людей и их самоутверждению. Победителей в те времена восхваляли, награждали, и они становились объектом всеобщего признания. Роль физической культуры состояла также в удовлетворении потребностей общества в культурно – зрелищных мероприятиях.

В настоящее время спорт способствует саморазвитию и самореализации личности спортсменов и специалистов физической культуры. Кроме того, физическая культура выполняет одну из самых важных социальных функций человечества – укрепление здоровья нации и будущего поколения страны.

Термин физическая культура (иногда её называют телесная культура) был впервые употреблен в Англии и США в 90-х гг. XIX века. В России этот термин стал упоминаться в печати с 1908-1910 гг. Под физической культурой тогда понимали деятельность человека и общества, направленную на физическое воспитание, образование и укрепление здоровья.

Современная наука дает следующее определение понятия физической культуры – это часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

Термин спорт происходит от латинского слова *disportare* – развлекаться. Под этим термином подразумевается сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним. Спорт как часть физической культуры своей специфической направленностью дополняет и углубляет ее.

История физической культуры – наука о закономерностях возникновения и развития идей, организационных форм, средств и методов физической культуры и спорта в связи с экономическими, политическими и культурными условиями жизни общества; она дает научный анализ возникновения и развития физической культуры, как одной из форм общественной жизни и составной части общей культуры общества. История прослеживает эволюцию возникновения и развития физической культуры с древнейших времен и до наших дней.

Этот предмет помогает будущим специалистам лучше узнать свою профессию, с исторической точки зрения повысить свой квалификационный уровень в сфере физической культуры и спорта.

На состояние и развитие физической культуры и спорта оказывают влияние экономические, политические, идеологические, географические факторы, национальные особенности, а также состояние науки и культуры. История физической культуры и спорта взаимосвязана с такими науками, как философия, культурология, социология и общая история. Курс истории физической культуры и спорта состоит из трех разделов:

1. Всеобщая история физической культуры и спорта;

2. История физической культуры и спорта в России, СССР, Российской Федерации; 3.

История международного спортивного и олимпийского движения.

**Истоки возникновения физической культуры в первобытном обществе.**

Несмотря на то, что при первобытнообщинном строе лишь зарождались элементы физической культуры, изучение этой темы имеет большое значение для уяснения студентами важнейших методологических положений. Речь идет об истоках такой отрасли общественной жизни, как физическая культура. Из чего она возникает? Из трудовой деятельности людей или из их религиозных представлений? Физическая культура – общественное явление или она корнями уходит в мир животных и, следовательно, подчиняется законам биологии?

Формирование мировоззрения специалиста в области физического воспитания в значительной мере зависит от правильного изучения этих вопросов.

В трудах, посвященных первобытнообщинному строю, с достаточной убедительностью показано, что в основе происхождения и развития человека и человеческого общества лежит труд.

Физическая культура возникла из материальной потребности общества в подготовке людей к тому или иному роду деятельности при первобытнообщинном строе.

В процессе труда изменялся физический тип человека. Человек становился более ловким, гибким и стройным. Сравнительное изучение костей человека показывает, что изменения в строении его конечностей происходили раньше изменений черепа, что подтверждает решающую роль труда. Постепенно приобретаемые в трудовой деятельности изменения стали передаваться по наследству следующим поколениям.

В процессе труда зародилось и воспитание, существующее с тех пор, как появился человек и человеческое общество. Развитие физических и нравственных сил было существенной частью воспитания при первобытнообщинном строе, так как наряду с познанием окружающей природы, степенью развития этих сил определялась подготовленность человека к жизни.

Возникновение физического воспитания было вызвано как объективными, так и субъективными причинами. Общество не могло бы существовать без достаточной физической подготовки к трудовой деятельности подрастающих поколений, у людей просто не хватило бы физических сил прокормить себя и своих детей (причина объективная). Вместе с тем люди сами старались облегчить свою жизнь тем, что обучали детей добывать себе пропитание (причина субъективная). Известную роль играла и склонность самих детей к подражанию взрослым и к играм, в которых отражалась окружающая их жизнь.

При первобытнообщинном строе физическая культура не являлась еще самостоятельной отраслью общей культуры. Она была неотделима от процесса самого труда. Дети чаще всего

получали физическое развитие, охотясь или собирая плоды вместе с взрослыми. Уже тогда стали зарождаться и специальные приемы обучения, из которых позднее сложились физические упражнения.

Позднее, когда у людей появляются первобытные религиозные представления, физические упражнения часто связываются с мистическими обрядами в виде Магических игр и плясок.

Поскольку первобытнообщинный строй существовал несколько сот тысячелетий, необходимо знать периоды его развития.

Первый, самый ранний – это дородовое состояние общества, когда люди еще не были объединены в прочные общины. В то время отношения между людьми были самыми примитивными, разделения труда не было. Именно в этот период завершается биологическое развитие человека.

Второй период – период первобытных общин, когда устанавливается родовой строй, сначала на основе матриархата, а затем и патриархата. Для матриархата, т.е. для материнского родового строя, характерно разделение труда, но организованного земледелия и скотоводства еще не существует. Развитие земледелия и скотоводства требует большой физической силы и выдвигает мужчину на первое место в трудовой деятельности. Наступает период патриархата. В это же время появляются выплавка металлов, обжигание кирпича и гончарной посуды, характеризующие подъем производительных сил общества.

Физическая культура как общественное явление возникает при первобытнообщинном строе в процессе трудовой деятельности человека. Особенно важной была физическая подготовка к охоте на диких животных, так как на охоте от удачи или неудачи одного броска зависело благополучие, а иногда и жизнь людей. В связи с начавшимся разделением труда по возрастным и половым признакам появляются своеобразные формы проверки физической подготовленности юношей. Это обряды посвящения юношей в число взрослых членов общества (инициации).

Готовя юношей к испытаниям, взрослые обучали их различным приемам трудовой деятельности, развивая одновременно их выносливость и моральную стойкость.

Возникшая из самого раннего дородового состояния общества первобытнородовая община предъявляла к каждому юноше требования в отношении развития его физических сил и моральной стойкости. В связи с этим развиваются и соответствующие средства и методы физического воспитания.

В период патриархата, то есть когда земледелие и скотоводство стали основной формой труда, и физическая сила мужчин стала играть решающую роль в процессе производства, первобытная физическая культура усложняется. Появляются более сложные игры, пляски и физические упражнения, символизирующие приручение зверя, сложные приемы охоты, процесс земледелия. Судя по всему, в этот период появляются и первые самобытные системы физического воспитания.

В конце этого периода и, особенно в период разложения первобытнообщинного строя, когда война стала частой формой отношений между племенами, возникают и развиваются элементы военно-физической подготовки молодежи.

Появление частной собственности, выделение родовой аристократии и образование индивидуальной семьи приводят к появлению в первобытном обществе индивидуального воспитания. Вожди племен и родовая аристократия стремятся теперь дать своим сыновьям лучшее физическое воспитание, чем детям рядовых членов общины, причем теперь оно связано почти исключительно с военной подготовкой, а не с подготовкой к труду. Это объясняется тем, что появление рабов постепенно освобождает верхушку родовой общины от необходимости готовиться к труду.

На последних этапах первобытнообщинного строя физическая культура у некоторых народов достигла высокого уровня развития. До настоящего времени имеются племена, сохранившие общинные отношения.

#### **Выводы:**

1. Физическая культура первобытного общества существовала в виде элементов физического воспитания в общей системе воспитания молодежи, в быту, в трудовых процессах, обрядах и обычаях общественной жизни, являясь тем самым составной частью всей культуры общества, но еще не отделенной от других ее частей,

2. Вплоть до появления рабства физическая культура была творчеством и достоянием всех членов общества.

3. Физическая культура являлась одним из средств подготовки человека главным образом к трудовой деятельности. Лишь на последних стадиях существования первобытнообщинного строя в ней начали появляться элементы военно-физической подготовки.

### **Физическая культура в рабовладельческом обществе**

**Физическая культура в государствах Древнего Востока.** С появлением в обществе антагонистических классов физическая культура, как и вся культура, принимает классовый характер. Хотя нужно иметь в виду, что переход от первобытнообщинных отношений к рабовладельческим происходил в течение довольно длительного времени и изменения в области физической культуры тоже произошли не сразу.

В рабовладельческом обществе физическая культура, прежде всего, была одним из средств военной подготовки молодежи. Лишь на более поздних ступенях развития рабовладельческого общества она использовалась и для других целей.

В странах Древнего Востока, история которых приблизительно до IV в. до н. э. составляет первый период развития рабовладельческого строя, труд рабов применялся главным образом для обслуживания рабовладельцев в домашнем хозяйстве, в строительстве укреплений, храмов, дворцов. Основными видами производительного труда, в частности земледелием, занимались еще сами рабовладельцы. Тем не менее, физическое воспитание уже тогда использовалось рабовладельцами главным образом для военной подготовки. Некоторые элементы физической культуры в виде обрядовых игр, танцев, упражнений являлись средством усиления влияния жрецов на народ. Иногда физическими упражнениями пользовались и во врачебных целях. Так было в Китае, Индии, Вавилоне, Ассирии.

Документальных данных о физической культуре стран Древнего Востока, к сожалению, мало, но, тем не менее, имеющиеся документы позволяют составить общее представление о ее классовом характере и военной направленности. Изображения, найденные в гробницах египетских фараонов, на каменных памятниках Ассирии, статуэтки и мелкие предметы, фигурки борцов, пловцов, воинов, отрывки из некоторых литературных произведений и другие источники указывают на большое значение физической культуры в жизни общества. Так, например, изображение ассирийских воинов, форсирующих водный рубеж различными способами плавания, дает нам основание предполагать, что тогда проводилось специальное обучение плаванию. Большой интерес представляет изображение приемов борьбы и фехтования на стенах одной из египетских гробниц в Бени Гасане.

Из биографий некоторых египетских фараонов известно, что в юности они упражнялись в беге, прыжках, плавании, борьбе. Имеются сведения об обучении фехтованию, борьбе и кулачному бою в Древнем Китае. Охота была одним из важнейших средств подготовки воина. Поэтому большое распространение имели упражнения для подготовки охотника на диких зверей.

Для царей охота на львов, леопардов и других крупных хищников или сильных зверей имела значение и как показатель силы и могущества. Успехи царей на охоте усиленно пропагандировались среди населения в изображениях на стенах дворцов, храмов и специальных строений. Это повышало авторитет правителей в глазах окружающих.

Сведения о военной организации в Древнем Египте, Ассирии, Хорезме, Урарту подкрепляют положение о наличии специальной физической подготовки войск. Большое распространение во всех странах Древнего Востока имели различные игры, в том числе и с мячом.

Однако всеми этими физическими упражнениями занимались, как правило, рабовладельцы (преимущественно знать во главе с царями). Рабам они были почти недоступны. Документы, упоминаящие о рабах, свидетельствуют о том, что они занимались тяжелым физическим трудом или обслуживали рабовладельцев в быту. Оружие рабам обычно не доверялось. Некоторые исключения из этого правила, имевшие место в истории стран Древнего Востока, не существенны и не меняют общей картины.

Таким образом, на основании имеющихся данных можно утверждать, что уже на первой стадии рабовладельческого строя физическая культура носила классовый характер. Еще более очевидным это было в период наивысшего развития рабовладельческого строя в Древней Греции и Древнем Риме или, иначе говоря, в период античного рабства.

### **Физическая культура в Древней Греции**

В Древней Греции рабовладельческая система физического воспитания юношества достигла высокого уровня. Уже на самых ранних ступенях развития древнегреческого общества, в Крито-Микенский и особенно в так называемый Гомеровский период, т. е. в XII–VIII вв. до н. э., еще при разложении родового строя физическая культура занимала важное место в общественной жизни греков.

Позднее в Греции разгорается борьба между прогрессивными и консервативными силами рабовладельческого строя. Это нашло свое отражение и в системах физического воспитания. В то время как афиняне, порывавшие связи с традициями родового строя, стремились воспитать своих юношей не только хорошими воинами, но и активными деятелями в области торговли, мореплавания, строительства, государственной деятельности и т. п., развивая их индивидуальные способности, спартанцы заботились только о подготовке сильных воинов, свято соблюдающих традиции родового строя. Другие греческие государства чаще всего примыкали либо к Афинам, либо к Спарте, входя в соответствующие военные союзы. Эта борьба отразилась и в произведениях греческих философов по вопросам физического воспитания. Прогрессивные для своего времени идеи были высказаны философами Демокритом (V–VI вв.), Аристотелем (IV в.) и другими.

Так, Демокрит считал, что с помощью воспитания можно изменить природу человека, т. е. восполнить то, чего он не получил от рождения. Аристотель говорил о необходимости гармонического развития человека при правильном сочетании духовного и физического воспитания.

В трудах древнегреческих философов и врачей мы уже видим элементы зарождения науки о физическом воспитании.

Так, например, древнегреческий врач Гиппократ считал причиной укрепления мускулатуры у атлетов частое дыхание, которое превращает «соки» тела в мышцы. Это наивное предположение для своего времени было смелым, опровергающим вмешательство сверхъестественных сил.

**Олимпийские игры и другие соревнования в Древней Греции.** Главным образом, все соревнования в Древней Греции посвящались божествам или памяти погибших воинов, они же являлись важной частью религиозных обрядов (игры не входили в эти соревнования).

Такие состязания были внутренними. Они проводились с участием представителей других полисов и назывались агонами, а подготовка к ним агонистикой. Олимпийские агоны имели большое политическое значение, поскольку во время Олимпиад прекращались все войны. На протяжении игр в Греции объявлялся священный мир, который строго соблюдался всеми греческими городами-полисами.

Время греки исчисляли четырехлетними периодами – Олимпиадами, в каждой из которых проводилось традиционное празднество, посвященное богу Зевсу, жившему по представлению греков, высоко на горе Олимп. Празднества эти, в последствии получили название Олимпиады, так как проводились в Олимпии у подножья горы Кронос, на берегу реки Алфей. Всего 293 раза встречались древние атлеты в спортивных поединках. Олимпийские игры древности собирали зрителей до IV в. н. э. Стадион вмещал до 50 тыс. зрителей. В нем имелись специальные места для тренировки и жилья участников игр.

Первоначально игры проводились в беге на один стадий (192, 27 м.). Так возникло хорошо всем знакомое слово «стадион». В последующем бег увеличился до двух стадий (с поворотом) – «диаулос», бег на выносливость – от 7 до 24 стадий – «долихондром». Потом присоединилась борьба, кулачный бой, гонки на колесницах и пятиборье – «пентатлон», в которое входило: бег на один стадий, прыжки в длину, метание копья и диска, борьба.

Участвовать в играх могли только свободнорожденные греки. Рабов и женщин к соревнованиям не допускали. По условиям участники игр должны были, готовясь к соревнованиям, тренироваться 10 месяцев, а затем 1–2 месяца в Олимпии под наблюдением специально назначенных для них элланодиков – жрецов храма Зевса Олимпийского, которому и посещались игры.

Первые сведения об Олимпийских соревнованиях относятся к 776 г. до н. э. Возможно, они проводились и раньше, но с этого года велась запись победителей. Философ Аристотель, ученик царя Александра Македонского, один из первых предложил составлять список победителей Олимпийских игр. Победа на Олимпийских играх была не менее почетной, чем победа на войне. Победителей прославляли, ставили в честь них монументы, избирали на почетные должности. Наградой служил венок из лавра (лавровый венок, или лавровая ветвь).

Помимо Олимпийских игр у древних греков проводились и другие Панэллинские состязания. Например, Пифийские игры, проходившие в честь бога Апполона (582г. до н.э.) посвящались вначале его музам, а затем включали в себя и атлетические состязания. Немейские и Истмийские игры, проходившие в честь бога Посейдона, включали атлетическую и музыкальную программы. Всего существовало около 40 подобных состязаний, по названию мест, где они проводились.

**Причины упадка физической культуры в Древней Греции.** Расцвет игр приходился на V в. до н. э., период, когда греческие города- государства вели напряженную борьбу против персидских завоевателей. Причиной же упадка физической культуры в Древней Греции послужило расслоение общества на бедных и богатых, когда произошел раскол рабовладельческого общества. Богатеющая верхушка начинала отклоняться от несения военных обязанностей. Именно в это время появились наемные войска и спортсмены–профессионалы, стали возникать специализации по видам спорта. Ослаблялось значение традиций физической культуры, посвященных религии. Соревнования атлетов все больше походили на обычные зрелища. Все это отразилось и на проведении Олимпийских игр. В Играх стали принимать участие атлеты их других государств: Сирии, Александрии, Вавилона, жители будущих Франции и Германии. В списках олимпийских чемпионов стоит имя Вараздата из города Артаксаты, древней столицы Армении. В 394 году новой эры римский император Феодосий I олимпийские соревнования запретил. Его наследник Феодосий II приказал разрушить языческие храмы: распространялась новая религия – христианство. Олимпия была разграблена людьми, а позже наводнения и землетрясения на 15 столетий стерли ее с лица земли.

Повсеместный общий кризис приводил к ослаблению развития физической культуры во всех полисах, что дало возможность македонским царям – Филиппу и Александру воспользоваться ситуацией и объединить все полисы в единое государство – Грецию. После смерти Александра Македонского империя опять распалась на множество государств и, не выдержав конкуренции с растущей Римской державой, в конечном счете, присоединилась к ней. Таким образом, в состав Римского государства с середины II-го века до н. э. входила Греция.

**Физическая культура в Древнем Риме.** Разложение родового строя и развитие рабовладельческих отношений в Риме начинается в период расцвета Древней Греции. В это время народы, населявшие Аппенинский полуостров, уже испытывали сильное влияние греческой культуры через греческие города-колонии, расположенные на его берегах.

Вместе с тем эти народы имели и свою высокоразвитую культуру, в значительной степени унаследованную от этрусков, в которой встречаются элементы физической культуры. В это время, по-видимому, уже проводились соревнования юношей в военных упражнениях, появился первый римский цирк и уже существовали бои гладиаторов как остаток древнего обряда жертвоприношений. Известны также некоторые игры, в частности с мячом. Однако своего расцвета физическая культура в Древнем Риме достигает после революции, положившей конец родовому строю, т. е. после V в. до н. э. В этот период начинает создаваться Римская средиземноморская держава, а затем гегемония Рима распространяется и на Восток. Рост Римской державы определялся, прежде всего, ее военными успехами, и поэтому военная подготовка рабовладельческого населения имела исключительно большое значение.

В отличие от Греции Рим был централизованным государством, и поэтому римское правительство могло не очень заботиться о физическом воспитании каждого юноши. Людских резервов у Рима было более чем достаточно. К тому же в огромном государстве трудно было осуществить наблюдение за физическим воспитанием и военной подготовкой каждого. За воспитанием сыновей следил отец семейства. Каждый из богатых и знатных римлян был заинтересован в подготовке своих сыновей к военной службе, открывавшей путь к успехам в государственной деятельности и личному обогащению.

В римской армии молодые воины получали хорошую тренировку в длительных переходах, верховой езде, беге, плавании, преодолении препятствий, в рукопашном бою и т. д. В армии стали применяться некоторые гимнастические снаряды, лестницы для обучения штурму крепостей, деревянная лошадь для обучения всадника, чучело из дерева для нанесения ударов мечом и уколов. Особенно усилилась эта специальная военно-физическая подготовка после создания профессиональной армии во II веке до н. э. Вероятно, этими причинами объясняется тот факт, что государственной системы физического воспитания, как это было в Греции, в Риме не было.

Создание профессиональной армии привело к тому, что военным делом, а, следовательно, и специальной подготовкой перестало интересоваться гражданское население Рима. Вместе с тем среди гражданского населения стало возрастать увлечение всевозможными цирковыми зрелищами, боями гладиаторов. В связи с крупными восстаниями рабов рабовладельцы в Риме осуществляют режим военно-рабовладельческой диктатуры – «империю». С помощью этой диктатуры рабовладельческому Риму удается просуществовать до V в. н. э. В этот период физическая культура находилась полностью в руках правящей верхушки и служила задачам повышения боеспособности войск и отвлечения широких народных масс от классовой борьбы и участия в политической жизни страны.

На примере Древнего Рима можно видеть, как физическая культура становится одним из средств классовой борьбы. По-видимому, рабы пользовались для этого всеми возможными средствами. Так, известно, что некоторая часть рабов, получивших хорошую физическую подготовку (гладиаторы, рабы, привлекаемые в армию), всегда составляла ядро борцов во всех восстаниях рабов. Ярким примером этого является восстание Спартака в Древнем Риме.

### **Выводы:**

1. При рабовладельческом строе физическая культура принимает классовый характер. Уже на первой стадии рабовладельческого строя, в период так называемого патриархального рабства, в основном в странах Древнего Востока физическая культура служит в первую очередь интересам господствующего класса – рабовладельцам, являясь средством их военной подготовки. В период так называемого античного рабства, в основном в Древней Греции и Древнем Риме, подчинение физической культуры интересам господствующего класса становится еще более очевидным. Даже в тех случаях, когда к физической культуре привлекаются рабы, делается это в интересах тех же рабовладельцев.

С тех пор, как в обществе появились классы, системы физического воспитания тоже стали носить классовый характер. Например, в рабовладельческих системах отражались цели рабовладельцев, желавших видеть своих детей сильными и смелыми, способными держать рабов в страхе и повиновении, и защищать с оружием в руках интересы своего государства. Для этого выбирались соответствующие средства и методы. Это были системы, воспитывавшие сильных, но жестоких людей, приученных к постоянной борьбе и не останавливающихся для достижения своей цели, ни перед чем.

У рабов своей физической культуры быть не могло, так как они были приравнены к домашнему имуществу, не имели своей семьи, своих традиций, говорили часто на разных языках и т. п. Даже занимаясь физическими упражнениями, они лишь выполняли волю своих хозяев, (гладиаторы, цирковые атлеты и др.).

2. В то же время при рабовладельческом строе физическая культура становится одним из средств классовой борьбы. Так, аристократия Римской империи, а затем и сами императоры устройством всевозможных зрелищ и соревнований пытаются отвлечь граждан от политической жизни, завоевать их симпатии с тем, чтобы чувствовать их поддержку. В свою очередь, рабы (воины, гладиаторы), получившие физическую подготовку в интересах рабовладельцев, используют ее в борьбе с ними.

3. Физическая культура теряет непосредственную связь с трудовой деятельностью людей, как это было при первобытнообщинном строе.

4. Физическая культура начинает обособляться в относительно самостоятельную отрасль культуры. При рабовладельческом строе зарождается и наука о физическом воспитании.

**Физическая культура в период раннего и развитого феодализма.** Народные формы физического воспитания при феодальном строе. При изучении данной темы нужно также обратить особое внимание на уяснение классового характера физической культуры при феодальном строе и роли народных масс в ее развитии. В отличие от рабовладельческого строя, народные массы при феодализме, несмотря на крепостной гнет и притеснения церкви, имели большие возможности для применения своих сил, особенно в период раннего средневековья, когда феодальные отношения только складывались.

Физическая культура народа развивалась в тесной связи с трудовой деятельностью и участием в боевых действиях. Различные игры и физические упражнения, распространенные в быту народа, отражали элементы труда и военные приемы. В них отражались также обряды и обычаи времен родового строя.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.