Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Учебник

ИЗДАТЕЛЬСТВО «СПОРТ»

УДК 796/799
ББК 75.3я73
М48

Издательство «СПОРТ» –
член Международной ассоциации издателей
спортивной литературы

Учебник подготовлен заведующей кафедрой истории физической культуры, спорта и олимпийского образования РГУФКСМиТ профессором, д.п.н. Н.Ю. Мельниковой и профессором, к.п.н. А.В. Трескиным.

Авторы благодарят коллектив кафедры за оказанную помощь и поддержку, а также выражают благодарность сотрудникам Историко-спортивного музея РГУФКСМиТ за помощь в подборке иллюстративного материала для учебника.

В некоторых разделах использованы материалы В.В. Столбова, Ю.П. Симакова, А.Б. Суника, Л.А. Финогеновой.

Мельникова Н. Ю.

М48 История физической культуры и спорта : учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин ; под ред. проф. Н. Ю. Мельниковой. – 2-е изд., с измен. и дополн. – М. : Спорт, 2017. – 432 с. : ил.

ISBN 978-5-906839-97-8

Учебник написан в соответствии с ФГОС высшего образования по направлениям подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (адаптивная физическая культура), 37.03.01 – «Психология», 42.03.01 – «Реклама и связи с общественностью», 49.03.03 – «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», 39.03.03 – «Организация работы с молодежью», 44.03.01 – «Педагогическое образование», 51.03.05 – «Режиссура театрализованных представлений и праздников», 38.03.01 – «Экономика», 38.03.02 – «Менеджмент», 43.03.03 – «Туризм», 43.03.02 – «Гостиничное дело» и другими (уровни «бакалавриат» и «магистратура»), ныне действующей учебной программой дисциплины «История физической культуры и спорта».

Рассматриваются вопросы всеобщей и отечественной истории физической культуры и спорта, истории международного спортивного и олимпийского движения.

УДК 796/799
ББК 75.3я73

© Мельникова Н. Ю.,
Трескин А. В., 2017
© Оформление.
Издательство «Спорт», 2017

ISBN 978-5-906839-97-8

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ В ПРЕДМЕТ 3
Предмет и задачи истории физической культуры и спорта 3
Методология и источники истории физической культуры и спорта 4
Структура и содержание учебника 7
Вопросы для самоконтроля 8

Часть I

ВСЕОБЩАЯ ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Глава 1. ВОЗНИКНОВЕНИЕ И ПЕРВОНАЧАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ В ПЕРВОБЫТНОМ ОБЩЕСТВЕ 9
1.1. Происхождение физических упражнений и игр 9
1.2. Игры и физические упражнения в родовом обществе 11
1.3. Физические упражнения и игры в период разложения первобытного общества (XII–IV тыс. до н.э.) 14
Вопросы для самоконтроля 15

Глава 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ГОСУДАРСТВАХ ДРЕВНЕГО МИРА 16
2.1. Древний Восток 16
2.2. Древняя Греция 21
2.2.1. Олимпийские праздники и другие гимнастические агоны 25
2.2.2. Физическая культура и спорт в период упадка Греции 30
2.3. Древний Рим 31
Вопросы для самоконтроля 34

Глава 3. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СРЕДНИЕ ВЕКА 35
3.1. Европа 35
3.2. Азия, Африка, Америка 39
3.3. Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения 43
3.4. Возвращение к олимпийским традициям 46
Вопросы для самоконтроля 48

Глава 4. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В НОВОЕ ВРЕМЯ (XVIII – начало XX века) 48
4.1. Становление и развитие научно-педагогических основ физического воспитания и спорта 49
4.2. Гимнастические системы 52
4.3. Спортивно-игровые системы 58
4.4. Рекреационное движение и физическое воспитание 62
4.5. Физическое воспитание и спорт в колониальных и зависимых странах 63
4.6. Любительский и профессиональный спорт 65
4.7. Физическое воспитание и спорт накануне и в годы Первой мировой войны 66
Вопросы для самоконтроля 67

Глава 5. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ С НАЧАЛА 20-х ГОДОВ XX ВЕКА И ДО ОКОНЧАНИЯ ВТОРОЙ МИРОВОЙ ВОЙНЫ 67
5.1. Германия, Италия, Япония 68
5.2. США, Франция, Великобритания, Скандинавские и другие страны 72
5.3. Развитие рабочего спорта в странах мира 76

5.4. Новые методы физического воспитания ... 77
5.5. Борьба спортсменов против фашизма в годы Второй мировой войны ... 78
Вопросы для самоконтроля ... 80

Глава 6. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ ПОСЛЕ ВТОРОЙ МИРОВОЙ ВОЙНЫ ... 80
6.1. Развитые страны Запада ... 81
6.1.1. Физическое воспитание и спорт в учебных заведениях ... 81
6.1.2. Самодеятельное спортивно-гимнастическое движение ... 84
6.2. Развивающиеся страны ... 90
6.3. Особенности развития физической культуры и спорта в странах социалистической системы (конец 40-х—конец 80-х гг. XX века) ... 94
6.4. Тенденции развития физической культуры и спорта в конце XX – начале XXI века ... 96
Вопросы для самоконтроля ... 100

Часть II

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА РОССИИ

Глава 7. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ С ДРЕВНЕЙШИХ ВРЕМЕН ДО XVIII ВЕКА ... 102
7.1. Физические упражнения и игры до образования древнерусского государства (до IX в.) ... 102
7.2. Физическое воспитание в Российском государстве (IX–XVII вв.) ... 103
Вопросы для самоконтроля ... 106

Глава 8. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ С XVIII ВЕКА И ДО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЫ XIX ВЕКА ... 106
8.1. Введение физического воспитания в учебных заведениях ... 107
8.2. Военно-физическая подготовка в русской армии ... 108
8.3. Физическое воспитание и спорт в быту народов Российской империи ... 110
8.4. Спорт и игры в быту дворянства ... 111
Вопросы для самоконтроля ... 112

Глава 9. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ВО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЕ XIX ВЕКА ... 112
9.1. Развитие идейно-теоретических и научных основ системы физического воспитания и спорта ... 113
9.2. Учение П.Ф. Лесгафта о физическом образовании и его педагогическая деятельность ... 115
9.3. Физическая подготовка в учебных заведениях и в армии ... 119
9.4. Создание спортивных клубов и развитие спорта ... 120
9.5. Вступление России в олимпийское движение ... 126
Вопросы для самоконтроля ... 131

Глава 10. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В НАЧАЛЕ XX ВЕКА ... 131
10.1. Общественное движение и российский спорт ... 131
10.2. Физическое воспитание и спорт в учебных заведениях ... 133
10.3. Развитие теории и методики физического воспитания и спорта ... 135
10.4. Развитие спорта и участие российских спортсменов в международных соревнованиях ... 137
10.5. Первые олимпийские старты российских спортсменов. Последователи А.Д. Бутовского в МОК ... 138
10.6. Первый государственный орган руководства физическим развитием населения. Российские Олимпиады ... 147
10.7. Спорт в Российской империи в годы Первой мировой войны ... 151
Вопросы для самоконтроля ... 152

Глава 11. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ С 1917 ГОДА И ДО НАЧАЛА 1920-х ГОДОВ ... 153
11.1. Спортивно-гимнастическое движение в период от февраля до октября 1917 г. ... 153
11.2. Установки новой власти по развитию физической культуры и спорта ... 154
11.3. Всевобуч и спорт ... 155
11.4. Преобразования в области физического воспитания в школах ... 157
11.5. Первые успехи советского физкультурного движения ... 158
11.6. Выход из олимпийского движения ... 159
Вопросы для самоконтроля ... 160

Глава 12. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В 20-е ГОДЫ XX ВЕКА ... 161
12.1. Переход на новые формы и методы организации физического воспитания и руководства физкультурным движением ... 161
12.2. Новые формы физкультурно-спортивной работы ... 163
12.3. Трудное начало международных спортивных связей ... 164
Вопросы для самоконтроля ... 166

Глава 13. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СССР В 30-е ГОДЫ XX ВЕКА ... 166
13.1. Основные тенденции развития ... 167
13.2. Новые формы военно-спортивной работы ... 167
13.3. Физическое воспитание и спорт учащейся молодежи ... 170
13.4. Становление и развитие советской школы спорта ... 172
13.5. Годы репрессий ... 174
13.6. Развитие международных спортивных связей ... 175
Вопросы для самоконтроля ... 176

Глава 14. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ГОДЫ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ ... 176
14.1. Военно-физическая подготовка населения ... 177
14.2. Советские спортсмены на фронтах войны ... 178
14.3. Физкультурная работа в тылу ... 180
Вопросы для самоконтроля ... 182

Глава 15. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА СО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЫ 40-х ГОДОВ И ДО НАЧАЛА 90-х ГОДОВ XX ВЕКА ... 182
15.1. Восстановление и дальнейшее развитие физкультурного движения ... 183
15.2. Спартакиады народов СССР ... 190
15.3. Развитие науки о физическом воспитании и спорте ... 192
15.4. Физическое воспитание и спорт в учебных заведениях ... 195
Вопросы для самоконтроля ... 197

Глава 16. МЕЖДУНАРОДНЫЕ СВЯЗИ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ СПОРТСМЕНОВ С СЕРЕДИНЫ 40-х ГОДОВ И ДО КОНЦА 80-х ГОДОВ XX ВЕКА ... 197
16.1. Выход на мировую спортивную арену ... 198
16.2. Возвращение в олимпийское сообщество ... 204
16.3. Советские спортсмены на Олимпийских играх ... 206
Вопросы для самоконтроля ... 216

Глава 17. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В НОВОЙ РОССИИ (конец XX – начало XXI века) ... 217
17.1. Формирование федеральных и общественных структур управления физической культурой и спортом ... 218

17.2. Создание и деятельность Олимпийского комитета России 226
17.3. Физкультура и спорт в России на современном этапе 230
17.4. Развитие адаптивной физической культуры и спорта 242
17.5. Научное и кадровое обеспечение физической культуры и спорта 251
17.6. Подготовка спортивных резервов 255
17.7. Развитие физкультурно-спортивных общественных организаций 260
17.8. Студенческий спорт в современной России 263
17.9. Профессионализация спорта 268
Вопросы для самоконтроля 271

Глава 18. РОССИЙСКИЙ СПОРТ В МЕЖДУНАРОДНОМ СПОРТИВНОМ И ОЛИМПИЙСКОМ ДВИЖЕНИИ 272
18.1. Расширение международных спортивных связей и участие России в международных спортивных объединениях 272
18.2. Спортсмены России на Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх 275
Вопросы для самоконтроля 313

Часть III

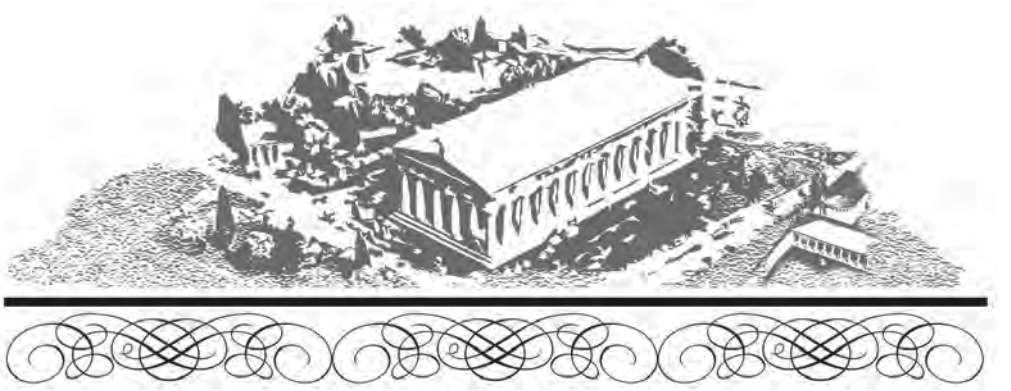
ИСТОРИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО И ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ

Глава 19. ВОЗНИКНОВЕНИЕ И РАЗВИТИЕ МЕЖДУНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО И ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ 314
19.1. Исторические предпосылки возникновения международного спортивного и олимпийского движения 314
19.2. Первый Международный атлетический конгресс 319
19.3. От олимпийской идеи – к практике олимпийского движения 320
Вопросы для самоконтроля 322

Глава 20. МЕЖДУНАРОДНОЕ СПОРТИВНОЕ И ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ В ПЕРВОЙ ПОЛОВИНЕ XX ВЕКА 323
20.1. Расширение международного спортивного движения 323
20.2. Игры Олимпиад и Олимпийские зимние игры 327
20.3. МОК и его президенты. Олимпийские конгрессы 338
Вопросы для самоконтроля 343

Глава 21. МЕЖДУНАРОДНОЕ СПОРТИВНОЕ И ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ ВО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЕ XX – НАЧАЛЕ XXI ВЕКА 344
21.1. Развитие и демократизация международного спортивного и олимпийского движения 344
21.2. Олимпизм, МОК и его президенты во второй половине XX – начале XXI века 354
21.3. Игры Олимпиад 363
21.4. Олимпийские зимние игры 385
21.5. В духе олимпийских традиций 398
21.6. Олимпийские конгрессы и проблемы современного олимпийского движения 407
Вопросы для самоконтроля 413

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 414
Хронологическая таблица 415
Дополнительная литература 424
Приложение. «Ода спорту» 425



ЧАСТЬ I
ВСЕОБЩАЯ ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Всеобщая история рассказывает об общих закономерностях становления и развития физической культуры и спорта в зарубежных странах в период Древнего мира, Средних веков, Нового и Новейшего времени.

В ней отражены наиболее яркие и важные исторические факты и события из многовековой истории народов разных стран и континентов.

Изучая историю физической культуры и спорта различных народов, мы узнаем об их истоках, основных этапах развития и современном состоянии. Этим самым мы обогащаем и углубляем знания, повышаем уровень общей и педагогической подготовки специалистов по физической культуре и спорту.

ГЛАВА 1
Возникновение и первоначальное развитие физической активности в первобытном обществе

1.1. Происхождение физических упражнений и игр

Появление примитивных игр и физических упражнений, по данным археологической и этнографической наук, относится к первому раннему периоду первобытного общества. В научной литературе принято считать, что время эволюции древнейшего «человека умелого» *(homo habilis)* к более позднему «человеку разумному» *(homo sapiens)* занимает в истории человечества несколько миллионов лет.

Ученые называют этот период становления человека и общества периодом антропосоциогенезиса (от греческого слова «антропос» – человек, «генезис» – формирование, происхождение). Он завершился примерно 30–40 тыс.

лет тому назад, когда на смену формирующимся людям (пралюдям) и формирующемуся обществу (праобществу) появляются *homo sapiens* (человек разумный) с его физическим типом, близким к современному, и сформировавшееся человеческое общество. Для него характерно развитие здравого знания и логического образа мышления, складывание определенных норм поведения, зарождение тотемизма, магии и элементов искусства. Это второй период первобытного общества в границах 40–12 тыс. лет до н.э. Именно тогда значительно усложняется техника и хозяйство человеческого коллектива, складывается новая форма человеческой организации – **первобытная родовая община.**

Примечательно, что в этот период игры и примитивные физические упражнения становятся самостоятельным видом человеческой деятельности.

Биологическая, культовая и трудовая теории. Проблема происхождения игр и физических упражнений издавна интересовала ученых многих стран. Они по-разному подходили к ее решению. Одни объясняли происхождение игр и физических упражнений с культовых и биологических позиций. Другие рассматривали происхождение и первоначальное развитие физического воспитания в тесной связи с трудовой деятельностью первобытных людей.

В конце XIX – начале XX в. некоторые ученые – Бюхер и Гросс (Германия), Спенсер (Англия), Летурно (Франция) – утверждали, что трудовые процессы возникли из игр животных, не делая при этом различий между игрой животного и игрой человека. Они говорили, что человек так же, как и животное, играет потому, что у него есть избыток сил. По их мнению, в жизни общества «игра старше труда», а «труд есть дитя игры».

Эти взгляды ученых конца XIX в. тесно переплетаются с утверждениями некоторых современных философов, социологов и историков. Так, немецкий историк К. Дим считал, что все физические упражнения и игры имеют «культовое и животнообразное происхождение». Аналогичного мнения придерживаются В. Кербс (ФРГ), Б. Жиллет (Франция).

Однако большее число последователей приобрела трудовая теория, к представителям которой относятся Ф. Энгельс, В.Г. Плеханов, М.О. Косвен, Н.И. Пономарев и ряд других ученых.

Ф. Энгельс в работе «Роль труда в процессе превращения обезьяны в человека» писал, что «труд создал самого человека». Именно в процессе и в результате труда, и в первую очередь охоты, человек приобретал необходимые навыки и умения в беге, прыжках, метании, лазаньи, развивал физическую силу, выносливость, ловкость, сообразительность.

Русский философ-марксист Г.В. Плеханов в сочинении «Письма без адреса» также утверждал, что в жизни общества труд гораздо старше игры, что «игра есть дитя труда», а не наоборот. Трудовая деятельность человека составляла объективную предпосылку возникновения физического воспитания в обществе.

Важную роль играла также эволюция сознания древнего человека, его духовный мир. Охота и другие жизненно важные занятия требовали специфи-

ческих и сложных умений и навыков. Нередко перед тем, как отправиться на охоту, человек изображал на скале или на земле то животное, на которое ему предстояло охотиться, и наносил по изображению удары или стрелял по нему из лука. Совершая определенный ритуал, человек в то же время закалял волю, вырабатывал точность глаза и меткость руки, приобретал навыки, необходимые в реальной охоте.

Развитие мышления, сознания первобытного человека явилось субъективной предпосылкой возникновения физического воспитания в обществе.

Человек – существо социально-биологическое с присущей ему двигательной активностью. Двигательная деятельность человека способствует упражнению его органов. М.О. Косвен в «Очерках истории первобытной культуры», отмечая стремление человека к движению, писал: «...вечером, отдохнув от утомления трудового дня, первобытный человек имеет естественную физиологическую потребность размять свои члены... Физкультурно-тренировочный или своего рода эмоционально-возбудительный характер имеют распространенные охотничьи и военные танцы, исполняемые перед отправлением на охоту или в поход».

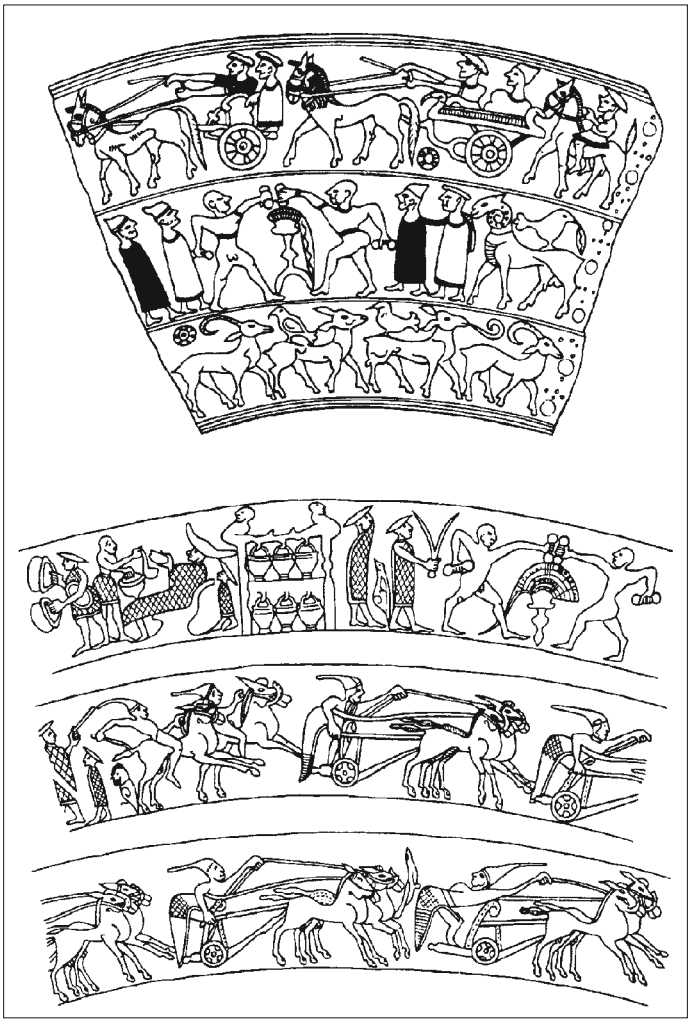
С возникновением религиозных культов элементы физических упражнений нередко связывались с различными обрядами. Так появились культовые танцы, пляски, игры. Однако возникновение физических упражнений, игр, танцевальных движений как действий, производных от труда, относится к дорелигиозному периоду человеческой истории.

В происхождении тех или иных видов физических упражнений и игр важную роль играли географическая среда и климатические условия, в которых жили первобытные люди. У народов Севера с древнейших времен в труде и быту применялись лыжи. Племена, обитавшие по берегам водоемов, адаптировались к окружающей среде – практиковали плавание, греблю, а в зимнее время передвигались по льду на костяных коньках, изготовленных из длинных трубчатых костей животных. Кочевые племена, жившие в степных районах, с ранних лет приучали детей к верховой езде. В процессе совершенствования орудий труда и оружия, под влиянием новых форм ведения хозяйства и по мере развития сознания первобытных людей появлялись новые физические упражнения и игры. В дородовом обществе они почти целиком воспроизводили элементарные трудовые движения, носили натуралистический характер. В условиях родового строя физические упражнения и игры стали самостоятельным видом человеческой деятельности, постепенно приобретая символический и соревновательный характер. Трудовые действия и движения в них отражались уже в условном, творчески обобщенном виде.

1.2. Игры и физические упражнения в родовом обществе

По мере развития первобытного общества возникала родовая община – новая форма общественной организации. Развитие производительных сил и расширение трудового опыта привело к усложнению воспитания вообще и физического воспитания в частности.

Воспитание, как и труд, носило коллективный характер. Это помогало первобытным людям вести тяжелую борьбу с природой за свое существование, преодолевать суровые невзгоды жизни. Наряду с земледелием, скотоводством, ремеслами все большую роль начинала играть военная организация родовой общины. Физическое воспитание в этих условиях выполняло функцию подготовки не только к трудовой деятельности, но и к военному делу. Появлялись зачатки военного воспитания. Так, дети австралийских аборигенов с ранних лет упражнялись в стрельбе из лука, метании различных предметов, ходили вместе со взрослыми на охоту и рыбную ловлю. Первобытным австралийцам были известны разнообразные игры и развлечения. Практиковались метание бумеранга, игра в мяч между племенами.



Изображения упражнений с отягощениями, состязаний на колесницах и скачек на бронзовом котле из Васа и бронзовом ведре из Куфферна (V тыс. до н.э.)

Русский этнограф М.М. Миклухо-Маклай, проживший долгое время среди папуасов Новой Гвинеи, описывает их игры, связанные с бегом, метаниями, стрельбой из лука, прыжками, разнообразными танцевальными движениями. Первобытные народы Америки (индейцы, эскимосы и др.) предпочитали игры с бросанием мяча в цель, бег на большие расстояния, поднимание камней. Первобытные племена Африки обучали детей, подростков и юношей фехтованию на палках, борьбе, играм с бегом и прыжками, стрельбе из лука, упражнениям с раскачиванием на лианах с последующими прыжками. Племена бушменов отличались быстротой и уникальной выносливостью. Мужские игры у них имели соревновательную направленность, а пляски носили атлетический характер.

Обряд инициации (от лат. *initiano* – совершение таинств). У первобытных народов существовали своеобразные обряды с педагогической направленностью – инициации (посвящения) при переходе из одной возрастной группы в другую, при приеме в род или племя и т.д. К инициации молодежь готовили старейшины рода. Цель обряда состояла в том, чтобы принять юношу в общество полноправных членов рода, если он соответствует определенным требованиям. Готовясь к посвящению, юноши усиленно тренировались, закалялись, соблюдали строгую дисциплину, принимали участие в охоте. Во время инициации испытуемые должны были продемонстрировать умения в физических упражнениях и играх (бег, прыжки, метания копья, разные виды борьбы).

В родовом обществе имели место существенные отличия в воспитании мальчиков и девочек. Мальчики и юноши играли в охотничьи и военные игры, устраивали погони, засады. Девочки и девушки занимались играми, танцами, упражнениями, отражающими быт и труд женщин.

Физические упражнения и игры стали важным средством воспитания подрастающего поколения. Физическое воспитание занимало все более заметное место в жизни. Оно было тесно связано с трудом и бытом, доступно для всех членов рода. Физическая культура с элементами физических упражнений являлась важнейшей составной частью общей культуры древнего человека.

В период позднего матриархата физическое воспитание молодежи осуществлялось в процессе игр состязательного характера, причем игры, как правило, отражали специфику образа жизни тех или иных племен. Так, на островах Полинезии была широко распространена игра «Тека», основным элементом которой являлось метание копья, дротика или шеста на дальность и меткость. Весьма популярной среди полинезийцев была борьба под водой. Суть ее заключалась в том, чтобы удержать противника под водой до тех пор, пока тот не признает себя побежденным. У австралийцев получила распространение игра в мяч, сделанный из кожи и набитый шерстью. Мяч, в зависимости от условий игры, бросали и ловили руками или били ногой – кто дальше.

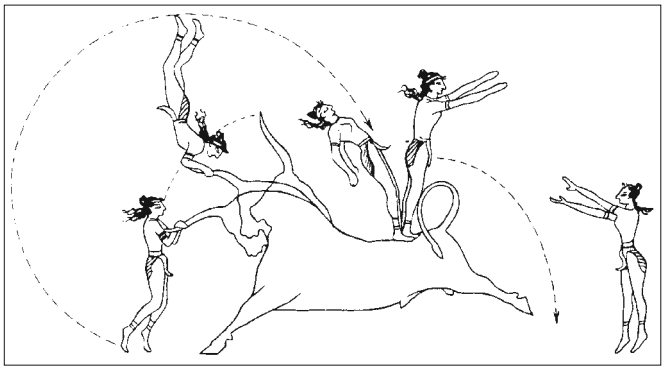
Среди американских индейцев в период позднего матриархата пользовались популярностью игры с каучуковым мячом, несколько напоминающим современный футбол.

Некоторые источники содержат сведения о том, что в родовом обществе были известны различные стили плавания, похожие на кроль и брасс, элементы гимнастических упражнений на перекладине, игры, напоминающие современный хоккей на траве, упражнения в метании диска.

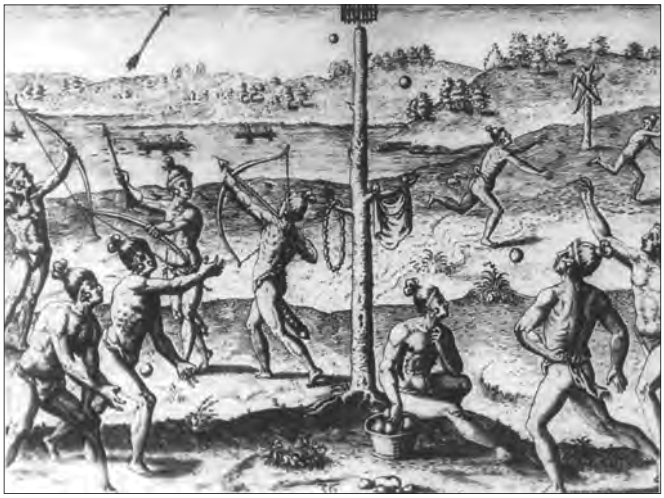
1.3. Физические упражнения и игры в период разложения первобытного общества (XII–IV тыс. до н.э.)

Развитие производительных сил, связанное с освоением металлов, разделением труда между земледельцами и скотоводами, появление частной собственности привели к разложению родового строя. Военные вожди и родовая аристократия стали уделять больше внимания военно-физическому воспитанию в своей среде. По выражению Ф. Энгельса, войне и подготовке к войне придавался характер регулярных функций народной жизни. Физическое воспитание приобретало все большую военную направленность. Общественная жизнь сосредоточилась в «мужских домах», при которых имелись дома молодежи. Эти формы родовой организации создавались с воспитательными целями. Много внимания уделялось военно-физической подготовке юношества. В так называемые «тайные союзы» входили все мужчины племени и рода. Переход из одной возрастной группы в другую по-прежнему сопровождался инициациями. По мере разложения родового строя роль тайных союзов постепенно менялась. Они превращались в религиозные общины, защищающие интересы родовой и племенной знати. Воспитательное значение мужских домов и домов молодежи постепенно уменьшалось. Возникновение военной и родовой аристократии, обеспечение ее более совершенным оружием, а также наличием у знати большего количества свободного времени и игнорирование ею физического труда привели к разделению физического воспитания по сословно-классовому признаку. Свой авторитет и власть знать укрепляла разносторонней военно-физической подготовкой и победами на состязаниях.

Рядовые члены племени и рода постепенно отстранялись от участия в общественной жизни, занятий физическими упражнениями и играми. Их уделом становился тяжелый физический труд и обслуживание аристократии. В этих условиях связь физического воспитания с трудом утрачивалась во все большей степени.



Несколько фаз акробатической игры с быком, изображенной на настенной росписи в Кносе (Крит) (II тыс. до н.э.)



Упражнения индейцев Южной Америки в ловкости, меткости и силе

В период распада родового строя и образования первой классовой рабовладельческой формации физические упражнения и игры как средство военно-физической подготовки аристократии все чаще проводили в форме публичных общественных состязаний. В районе Эгейского моря на острове Крит и на восточном побережье Пелопоннеса в городе Микены в результате раскопок обнаружены изображения различных игр, упражнений, состязаний. В эпических поэмах Гомера «Илиада» и «Одиссея» подробно описаны относящиеся к VII–IX вв. до н.э. состязания греческой родовой аристократии в беге, борьбе, кулачном бою, метании копья и диска, стрельбе из лука, скачках на колесницах. В таком же направлении шло развитие физических упражнений и игр в период распада родовых отношений у древних германцев, жителей Океании, у индейских племен (ацтеки, инки, майя). У племени майя популярностью пользовалась командная игра с каучуковым мячом. Суть ее состояла в том, что одна команда стремилась забросить мяч в кольцо на стене (столбе), а другая – защитить это кольцо. В Древнем Перу физическое воспитание распространялось главным образом на ту часть молодежи, которая в последующем пополняла военное сословие.

Вопросы для самоконтроля

1. *Какие существуют основные концепции происхождения физических упражнений и игр?*
2. *Какова роль культовых обрядов и труда в развитии физической культуры?*
3. *Назовите особенности развития физической культуры в первобытном обществе.*
4. *Какую роль играли инициации в воспитании молодежи?*
5. *Разъясните роль и место игр и физических упражнений в период распада родового строя.*

ГЛАВА 2
Физическая культура и спорт в государствах Древнего мира

Распад первобытного общества, появление частной собственности, рост имущественного неравенства, распространение патриархального рабства привели к разделению общества на богатых собственников, владеющих землей и орудиями труда, крестьян и ремесленников, живущих собственным трудом, и рабов, вынужденных работать на хозяина.

Необходимость управления всеми этими разнородными группами людей (классами) привела к возникновению совершенно новой формы управления, называемой государством. В государстве формировались атрибуты аппарата управления: армия, суд, тюрьма, органы власти. Так постепенно возникли древние государства, основанные на рабовладельческих отношениях.

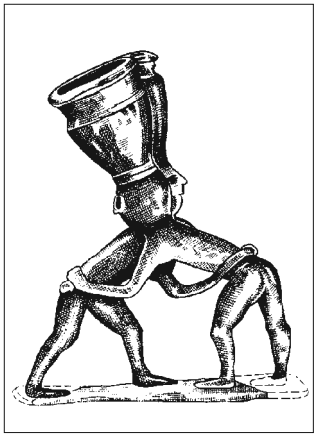
Первые государственные образования возникли в IV–III тыс. до н.э., это явилось важным этапом в развитии человеческого общества.

Изменения в структуре общественных отношений нашли отражение во всех сферах материальной и духовной культуры, в том числе и в области физической активности.

Наиболее ярко это проявилось в странах Древнего Востока и в античных государствах Греции и Рима.

2.1. Древний Восток

О многочисленных видах физических упражнений свидетельствуют памятники материальной культуры и древние рукописи Индии, Китая, Египта, Персии, Вавилона, Ассирии.



Бронзовая скульптура из Месопотамии, увековечившая борьбу на поясах (начало III тыс. до н.э.)

Месопотамия. В конце IV тыс. до н.э. в междуречье Тибра и Эфрата возникло множество небольших шумерских городов-государств, каждое из которых было вполне самостоятельным социально-историческим образованием. Наиболее крупные из них: Ур, Киш, Лагаш, Умма, Урук. В конце III тыс. до н.э. все двуречье было объединено в единую страну – Аккадское государство. Этот регион считается колыбелью человеческой цивилизации, так как народы, населявшие его, впервые начали выращивать злаки, разводить скот, обрабатывать металлы. Именно здесь на службу государственной организации были впервые поставлены не только письменность и искусство, но и физическая культура.

Содержание и характер физической культуры определялись непрестанными войнами. Высоко ценились искусство меткой стрельбы из лука, борьба на поясах, кулачный бой, искусство вождения колесницы, охота.

Культура шумеров продолжала развиваться в дальнейшем и в государствах Вавилоне, Ассирии. Все они

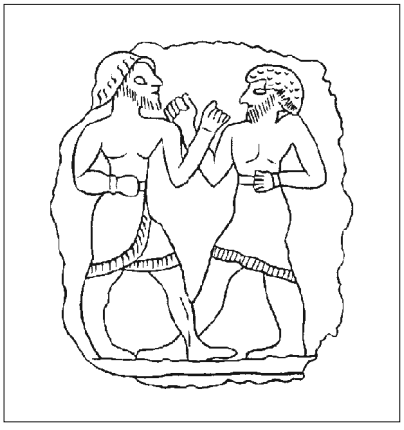
вели продолжительные войны, поэтому физическое воспитание имело военно-прикладной характер. Большое внимание уделялось стрельбе из лука, борьбе, плаванию, ритуальным танцам и элементам акробатики. Важную роль в подготовке воинов Месопотамии, Ближнего Востока и всего Древнего мира сыграло изобретение в начале II тыс. до н.э. колесницы на конной тяге. Использование лошадей в военной практике изменило содержание физического воспитания у народов Ближнего Востока. С раннего возраста ребенка обучали основам верховой езды, стрельбе из лука, приемам борьбы, плаванию, умению охотиться, готовили к военной службе.

Известно также, что в жизни государств, располагавшихся в Месопотамии, были распространены различные состязания, сопровождавшие процесс подготовки воина. Наиболее известные их них – ритуальные игры, проводившиеся в честь бога Мардука, предвосхитившие более чем на тысячу лет древние Олимпийские игры греков.

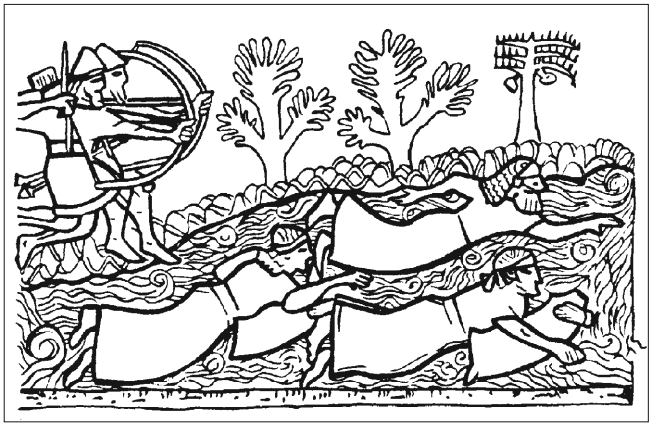
В Месопотамии возникли специальные школы – «воспитательные дома», где юноши обучались профессии воина, пройдя через закаливание, приучаясь к умеренности в пище, самообладанию, тренируясь в метании копий, во владении холодным оружием. Тактическая подготовка совершенствовалась в процессе игры в «Шатрах шахматмах». В Ассирии найден древнейший памятник – бронзовые статуи борцов на поясах в момент схватки, созданные около 2800 г. до н.э.

Обучение будущего воина происходило в государствах Ближнего Востока до 15–16 лет. Поступив на службу в армию, юноши продолжали совершенствовать военное мастерство.

О развитии физической культуры народов Древнего Востока свидетельствуют дошедшие до наших дней многочисленные изображения охоты, стрельбы из лука, кулачного боя, состязаний на колесницах. Интересны наблюдения древнегреческих историков Геродота и Ксенофонта, которые писали о том,



Барельеф, изображающий кулачный бой (Вавилон, II тыс. до н.э.)



Форсирование реки ассирийскими воинами. Первое известное изображение плавания стилем «кроль»

что персы обучали своих детей в возрасте 7–16 лет, используя традиционные средства физического воспитания: бег, борьбу, стрельбу из лука, искусство верховой езды, метание копья. Важное значение в процессе воспитания имели моральные критерии: воспитание правдивости, смелости. В учебных заведениях, созданных при дворцах правителей, существовали «воспитательные дома», где культивировались различные охотничьи испытания, состязания по конному поло, возникшие из популярной в Месопотамии «игры в мяч с битой».

Египет. В долине Нила в конце IV тыс. до н.э. возникло Раннее, а затем Древнее, или Старое, царство Египта. В XXIII в. до н.э. оно распалось, и переходный период длился до XVI в. до н.э., когда образовалось Среднее царство, просуществовавшее до нового распада – в XI в. до н.э.

Во все эти исторические периоды в долине Нила существовала самобытная система физического воспитания.

Первые свидетельства о ней – изображения состязаний по бегу – найдены в гробнице древнеегипетского царя-бога (цари в Египте считались воплощением бога на земле) Джосера (2778–2723 гг. до н.э.).

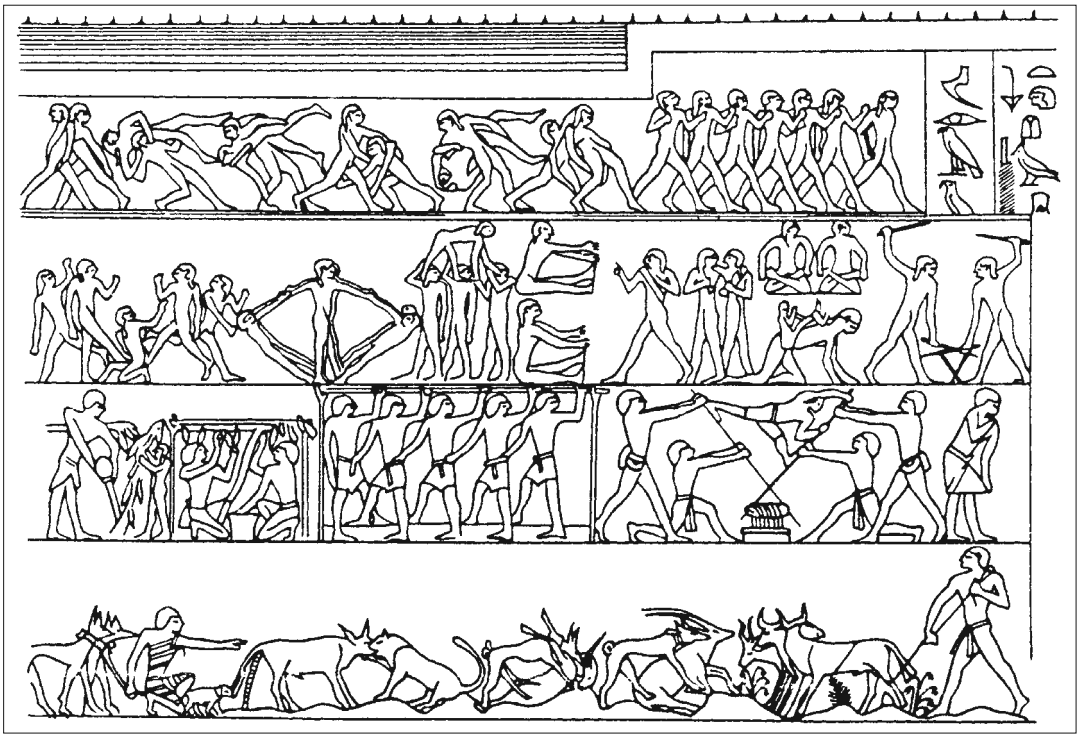
Подобные рисунки археологи обнаружили в гробнице Фиоххотена в Саккаре (серед. III тыс. до н.э.), где царь-бог был изображен в сценах борьбы, акробатики, охоты. Художник стремился показать ловкость, смелость, силу царя, обладавшего безграничной властью. Существовавшая система физического воспитания находилась на службе высшего сословия.

В период Среднего царства физическое воспитание египетского общества значительно расширилось, т.к. фараоны пытались создать новый социальный слой торговцев, военных, ремесленников и мелких чиновников, на которых они могли бы опираться в своей власти. Физическое воспитание стало не только привилегией родовой знати, но и вошло в повседневную жизнь людей более низкого социального происхождения. Появились училища, где физические упражнения и игры использовались при подготовке чиновников, жрецов, храмовых танцовщиц, участников церемоний, посвященных египетским богам.

К периоду Среднего царства относится дошедшее до наших дней описание парных игр с мячом, в которых принимали участие как мужчины, так и женщины. Серьезную физическую подготовку проходили не только знать, но и рабы, участвовавшие в зрелищах и состязаниях, требовавших ловкости, выносливости, искусства выполнения сложных упражнений.

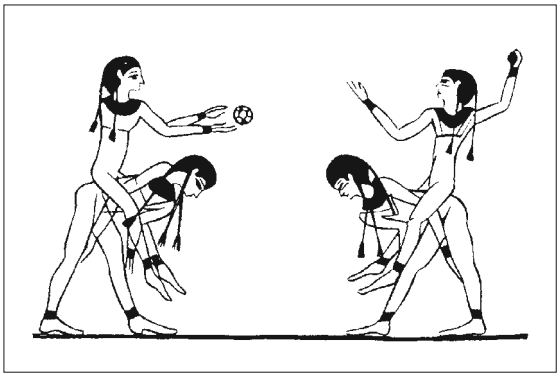
В периоды Нового и Позднего царства (1562–332 гг. до н.э.) физическая культура египтян обогащается новыми элементами. При правлении Аменхотепа II (1426–1400 гг. до н.э.) на скульптурных изображениях стали появляться сцены состязаний гребцов и воинов, участвующих в беге с оружием. К периоду правления наследников Аменхотепа II относятся свидетельства о проведении состязаний лучников и кулачных бойцов.

При царствовании Рамзеса II (1290–1223 гг. до н.э.) распространение приобрели проводимые во время храмовых празднеств соревнования по фехтованию на палицах и по борьбе с участием представителей соседних государств – Нубии, Ливии и др.



Изображение борьбы, бега, игры в салки, акробатики и охоты на стене гробницы фараона Фиоххотена в Саккаре (серед. III тыс. до н.э.)

После завоевания Египта Персией (VI в. до н.э.) получило некоторое распространение конное поло, однако популярным среди египтян оно так и не стало. Завоевание Египта Македонией (IV в. до н.э.) способствовало распространению древнегреческой гимнастики. Однако и она не закрепилась на египетской территории.



Изображение древнеегипетских парных игр с мячом



Боевая колесница в Древнем Египте

Индия. Древнейшая цивилизация на берегах Инда получила название цивилизация Хараппы, или Индская. Она возникла в XXIII в. до н.э. и закончилась в XVIII в. до н.э. Классовое общество на территории Индии возникло вновь в I тыс. до н.э.

Археологические раскопки дали возможность ознакомиться с традициями в области укрепления здоровья – ритуальная оздоровительная гимнастика, самооборона без оружия, танцы, система массажа. Именно в этот период стали закладываться основы системы йоги, появляется «Книга тренинга», написанная миттанийцем Киккули и являвшаяся одним из первых методических пособий по тренингу лошадей.

На территории Индии существовала строгая система каст: священнослужители – брахманы, военное дворянство – кшатрии; ремесленники, торговцы – шудры и неприкасаемые (парии) – бывшие рабы, люди тяжелого физического труда. Для каждой из этих каст существовала определенная система физической подготовки. Так брахманы и кшатрии занимались верховой ездой, упражнениями с оружием, гимнастикой йога. В то же время кшатрии считали для себя неприемлемым занятия танцевальными упражнениями, а также использование различных упражнений с предметами. Для кшатриев главное значение имела обязательная система военной подготовки: стрельба из лука, верховая езда и езда на колесницах, фехтование, гребля, плавание. Представители ведущих каст регулярно участвовали в спортивных соревнованиях, проводимых в честь светских и религиозных праздников. В VII–VI вв. до н.э. в Индии сложились традиции и правила игры на досках, ведущей из которых была игра Чатуранга – прародительница современных шахмат.

Китай. Система военно-физической подготовки в Китае сформировалась под влиянием ряда факторов. Высокий уровень экономического и политического развития общества, стремление к изоляции от внешнего мира, военно-политическая обстановка, особенности культурной и духовной жизни оказали важное влияние на становление и развитие боевых искусств в этой стране.

Боевые искусства являлись важной частью материальной и духовной жизни и общественных отношений китайского этноса в стадии его становления и развития.

Период правления династии Шан (1766–1045 гг. до н.э.), когда появились первые протогосударства в долине реки Хуанхэ, характеризуется значительным ростом численности войска в Китае и появлением усовершенствованного колющего и дальнобойного оружия.

Самыми распространенными видами оружия в то время были алебарда, позднее – копье и лук. Кинжалы и топоры использовались, как правило, в ближнем бою. Вооружение воинов было смешанное, позволявшее как нападать, так и обороняться в ближнем и дальнем бою. Именно в это время формировались основные типы оружия, которые вошли в арсенал ушу нового времени.

Феодализму как общественной формации, характерной для децентрализованных государственных образований, свойственно наличие таких институтов, как иерархия и вассалитет со строгим соблюдением кодекса чести

и принципов аристократической этики, нормы рыцарской доблести, включая культ преданности сюзерену, а также привилегированное положение аристократии.

После завершения крупных реформ в обществе и в армии ко второй половине III в. до н.э. в Китае постепенно начал складываться самобытный комплекс боевых искусств, который называли «уи». Впоследствии «уи» и «ушу» стали употребляться как синонимы.

Процесс формирования ушу происходил в Китае в течение столетий. На первом этапе не существовало ни ярко выраженных школ, ни сформировавшихся направлений боевых искусств. Каждый наставник обучал учеников лишь на основании собственного опыта. Из-за частых войн боевые искусства явились на первом этапе становления скорее способом выживания, нежели методом духовного воспитания, как это произошло после XV в., с появлением сложившихся стилей ушу. Сложная военная обстановка также оказалась решающим фактором того, что совершенствование мастерства владения оружием занимало главенствующее место в боевых искусствах Китая.

Конфуцианство, даосизм и буддизм дали Китаю духовный импульс, повлиявший на развитие всей Восточной Азии, который, по мере слияния боевых искусств с философскими учениями, определил их важную роль в культуре Китая.

2.2. Древняя Греция

Древнегреческая физическая культура и спорт стали складываться в условиях распада родового строя и образования рабовладельческого общества в крито-микенский (III–II тыс. до н.э.) и гомеровский (XII–IX вв. до н.э.) периоды. Однако наивысшего развития физическая культура достигла в VIII–IV вв. до н.э. во время расцвета рабовладельческих отношений. Разделение труда между промышленностью и земледелием, рост торговли привели к изменениям в общественных отношениях и культурной жизни Греции. В зависимости от экономического, политического и культурного развития, военной организации и системы воспитания в греческих государствах-полисах определялись конкретные задачи, средства, формы и методы физического воспитания. Наиболее типичны в этом отношении были Лаконика с главным городом Спарта и Аттика – Афины, в которых возникли два различных подхода к решению задач физического воспитания.

Физическое воспитание в Спарте. Лаконика образовалась в IX в. до н.э. Спарта имела натуральное хозяйство, внешней торговли почти не вела. Здесь жили около 9 тыс. семей рабовладельцев (спартиатов), 30 тыс. ремесленников, торговцев и землевладельцев, 200 тыс. рабов (илотов). Спартиаты как господствующий класс, опасаясь восстаний рабов и ведя многочисленные войны, создали суровую систему воспитания. До 7 лет дети воспитывались в семье. Уже в этом возрасте детей закаляли, приучали не бояться темноты, не плакать, не быть разборчивыми в пище. С 7 до 18 лет молодые спартиаты находились в государственных воспитательных учреждениях, в которых

в основном занимались физическими упражнениями. Их подвергали суровым испытаниям, приучали переносить холод, голод, жажду и боль. В воспитании юношей важное место занимали упражнения в метании копья и диска, в беге и борьбе, прыжках, а также военные игры, охота на диких зверей. На умственное воспитание обращалось не много внимания. Проводились занятия по пению хоровых песен, музыке, танцам. Руководители (педономы) юных спартиатов, назначаемые государством, особое внимание уделяли воспитанию мужества и находчивости, боевого воинственного характера, презрения к рабам, умения вести рукопашные бои и безжалостно убивать противников. В этих целях организовывались ночные облавы на рабов, называемые криптиями.

Юноши 18–20 лет зачислялись в отряды эфебов, где продолжали физическую и военную подготовку. Затем их определяли в разряд воинов, и они были обязаны нести военную службу до старости.

В Спарте большое внимание уделялось физическому воспитанию девушек. Согласно описаниям древних писателей Ксенофонта, Павсания и Плутарха девушки должны были для укрепления тела бегать, бороться, метать диск, копье, чтобы их будущие дети рождались и росли здоровыми. Им запрещалось вести изнеженный образ жизни. Нередко вооруженные спартанские женщины несли охрану наравне с мужчинами. Спартанская государственная воспитательная система и военная организация создали одну из сильнейших армий в Греции, которая долгое время была непобедимой. Атлеты Спарты участвовали во многих Олимпийских, Пифийских и других играх и нередко становились победителями.

Афины. По-иному осуществлялось физическое воспитание в Аттике. В V–IV вв. до н.э. Афины представляли собой типичную рабовладельческую республику с четко выраженным классовым расслоением общества. Бурное развитие ремесел и торговли, культуры и науки сделали Афины центром всей греческой общественной жизни. Каждый свободный гражданин имел право активно заниматься общественной деятельностью. Воспитательная и образовательная системы в этом обществе распространялась на полноправных состоятельных афинских граждан. Они не ограничивались военно-физической подготовкой молодежи, как в Спарте, а давали разностороннее воспитание. Афиняне считали, что гармоничное развитие человека должно состоять из умственного, нравственного, эстетического и физического воспитания.



Рисунок, изображающий виды пятиборья на вазе, найденной во время раскопок в Аттике (VI в. до н.э.)

В Афинах дети до 7 лет воспитывались в семье под наблюдением раба или рабыни.

Много внимания в этом возрасте уделялось играм. Затем мальчиков отправляли в школу, а девочек продолжали воспитывать дома. С 7 до 16 лет юноши посещали государственную и частную школу. Они проходили обучение в мусической (от слова «муза» – богиня-покровительница науки и искусства; мусическая школа давала умственное воспитание в тесной связи с нравственным и эстетическим) и гимнастической школах (от слова «гимнос» – обнаженный; греки занимались физическими упражнениями без одежды).

Гимнастическую школу, называемую палестрой (от слова «пале» – борьба), подростки начинали посещать с 12–14 лет. Начиная с 14 лет занятия в мусической школе отступали на второй план, а на первое место выдвигалась школа гимнастическая.

В возрасте 16 лет юноши обеспеченных родителей после окончания занятий в мусической и гимнастической школах поступали в *гимнасий*. В Афинах насчитывалось три гимнасия, содержавшихся за государственный счет: Академия, Ликей и Киносарг. В гимнасии наряду с занятиями физическими упражнениями молодые афиняне изучали политику, философию, литературу.

С 18 лет юношей определяли в государственную военную организацию – *эфебию*. В отрядах эфебов они в течение двух лет несли военную службу. На первом году эфебы занимались гимнастикой и изучали военное дело. На втором году молодые воины, вооружившись щитом и копьем, охраняли границы страны.



Бег на короткую дистанцию



Метание диска



Кулачный бой

Зарождение педагогической и научной теории физического воспитания. В трудах древних философов и ученых – Платона, Аристотеля и других – высказано немало суждений и ценных мыслей о физическом воспитании как составной части общего воспитания и образования.

Платон (427–347 до н.э.) – представитель афинской аристократии, философ-идеалист – обосновывал теорию гармонического развития духовных

и физических качеств. Платон был сторонником спартанской системы воспитания молодежи со значительным расширением в ее рамках умственного образования. В труде «Государство» он писал: «Хорошая гимнастика тоже будет простой, и прежде всего гимнастикой военной». По системе Платона дети дошкольного возраста занимаются играми на площадках, с 12 до 16 лет посещают школу гимнастики – палестру, последующие два года проходят военно-гимнастическую подготовку в эфебии. Система Платона преследовала цель всестороннего воспитания социальных групп философов и воинов, с презрением относящихся к физическому труду. Их должны были обслуживать ремесленники и землепашцы. Дети рабов в мусические и гимнастические школы не допускались. Платон высказал ценные мысли о дошкольном воспитании, о последовательности государственной системы воспитания. Он считал, что умственное и физическое воспитание дает положительный эффект тогда, когда молодежь будет вести воздержанный образ жизни с соблюдением правил гигиенического характера и т.д.

Аристотель (384–322 до н.э.) – крупнейший ученый и философ, воспитатель Александра Македонского, ученик Платона. Интерес к учению Аристотеля о диалектике сохранился до наших дней. Он выдвинул идею о единстве формы и содержания, о развитии всего сущего. По Аристотелю, тело и душа человека существуют неразрывно. Трем родам души (растительной, волевой и разумной) соответствуют три стороны воспитания: физическое, нравственное и умственное. Физическое воспитание предшествует умственному. В трактате «Политика» Аристотель указывал, что «мальчиков должно (прежде всего) отдавать в руки учителей гимнастики и педотрибов: первые приведут в надлежащее состояние их организмы, а вторые будут направлять соответствующим образом их занятия гимнастикой». Аристотель, в отличие от Платона, порицал спартанскую систему воспитания за ее излишнюю суровость и тяжелые упражнения. Он был против того, чтобы гимнастическому образованию придавали «атлетическое» направление, поскольку это мешает естественному развитию детей. Аристотель справедливо считал, что «слишком усиленное и недостаточное занятие гимнастикой губит телесную силу, точно так же, как недостаточные и излишние пища или питье губят здоровье, в то время как пользование ими в меру рождает, сохраняет и увеличивает здоровье».

Философ-материалист *Демокрит* (460–370 до н.э.) отмечал, что упражнения тела имеют большее значение для формирования человека, чем его природные данные.

Сократ (469–399 до н.э.) указывал на то, что крепкое здоровье оберегает от многих невзгод.

Древнегреческий врач *Гиппократ* (460–377 до н.э.) считал, что занятия физическими упражнениями важны для профилактики и лечения болезней.

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

Греческая гимнастика как система упражнений состояла из трех основных разделов: палестрики, орхестрики и игр. Основную часть палестрики составлял пентатлон (пятиборье): бег, прыжки в длину, метания копья и диска, борьба. Кроме пентатлона в палестрику включались панкратион (комбинация борьбы с кулачным боем), плавание, кулачный бой, верховая езда, стрельба из лука и другие физические упражнения.

Орхестрика состояла в основном из танцевальных упражнений, выполняемых под музыку. Игры составляли раздел гимнастики, куда относились упражнения с палкой, колесом, клюшкой, шаром, мячом и др.

Агонистика включала в себя гимнастические агоны, состязания и мусические соревнования (в области музыки, танцев, поэзии).

Из гимнастических агонов («агон» – состязание, игра, турнир, праздник) наибольшей популярностью пользовались олимпийские агоны.

2.2.1. Олимпийские праздники и другие гимнастические агоны

Родиной олимпийских агонов, как известно, является Древняя Греция. Но место, где они проводились, знают далеко не все. Многие ошибочно полагают, что Игры проводились у подножия горы Олимп и там же происходит церемония зажжения Олимпийского огня.

Однако в действительности Олимпийские игры Древней Эллады проходили совсем в другом месте. Гора Олимп находится на севере Греции. А Игры проводились в 350 км от Олимпа, в западной части Пелопонесского полуострова, на территории города-полиса Элида в местечке Олимпия, у подножия горы Кронос в долине реки Алфей. Именно здесь в преддверии очередных Олимпийских игр современности зажигается олимпийский огонь. Отсюда начинается многодневная факельная эстафета к месту проведения Игр Олимпиад и Олимпийских зимних игр.

Олимпия – центр зарождения Олимпийских игр. Что нам в XXI в. известно об Олимпии, этом святилище древних греков? Люди заселяли плодородную равнину, примыкавшую к Олимпии, еще в III тыс. до н.э., а ритуальные состязания были распространены в Древней Греции с незапамятных времен. Еще Гомер поведал в «Илиаде» о том, как в честь павшего героя Троянской войны Патрокла его друг Ахилл устроил гонки колесниц, кулачные бои, турниры по борьбе, бегу, стрельбе из лука, метанию копья и диска.

Олимпия постепенно становилась одним из крупных культовых центров Греции. Поначалу все ритуальные обряды в Олимпии совершались у алтаря богини Геры. Позже, во второй половине VII в. до н.э., в ее честь был воздвигнут храм. А еще 200 лет спустя в ознаменование победы греков над персами в Олимпии воздвигли величественный храм Зевса. Установленная в храме фигура громовержца, выполненная скульптором Фидием в V в. до н.э., сделанная из дерева, золота и слоновой кости, выглядела столь совершенной, что считалась одним из семи чудес света. Помимо этих храмов в Олимпии были и другие строения: здания, в которых хранились сокровища, привозимые сюда на хранение греческими государствами-полисами после удачных войн;

располагались мастерские лучших греческих скульпторов; здание Высшего Совета Элиды; гостиницы, где жили во время Игр состоятельные и почетные гости Олимпии, судьи, участники, обслуживающий персонал.

Кроме того, в Олимпии располагалось множество алтарей, статуй, памятников в честь различных богов, мифологических героев, олимпийских чемпионов, царей, полководцев.

Наряду с храмами и другими памятниками в Олимпии был построен комплекс спортивных сооружений, где проводились подготовка атлетов и спортивные состязания: стадион, ипподром, гимнасий, палестра. Стадион северной частью примыкал к склону горы Кронос, который и служил естественной трибуной, позволявшей разместить до 50 тыс. зрителей во время празднеств. Другие стороны стадиона были обнесены искусственной насыпью. Гимнасий и палестра предоставлялись участникам олимпийских состязаний для тренировок за месяц до начала Игр. Кроме того, в гимнасии проводились беседы, хранились материалы по организации и проведению олимпийских праздников, списки участников и победителей и статуи выдающихся атлетов.

Мифы и легенды о происхождении Игр. История сохранила письменные свидетельства о зарождении Олимпийских игр в виде многочисленных мифов и легенд. Возникновение Игр связывается в основном с культовыми обрядами, совершавшимися в Олимпии. Игры проводились в связи с различными обстоятельствами: умиротворения богов, в ознаменование великих побед или в честь почетных гостей. Одна из легенд говорит о том, что Олимпийские игры основал бог Зевс в честь победы над своим отцом – богом Кроносом.

Другая легенда рассказывает о подвигах Геракла. Одержав победу над царем Элиды Авгием, Геракл устроил в честь выдающегося подвига Олим-



Реконструкция сооружений Древней Олимпии

пийские игры. Для проведения состязаний по бегу он установил дистанцию – стадий, отмерив его своими стопами. Шестьсот стоп – один стадий, или 192 м 27 см. На первых играх атлеты состязались только в этом виде состязаний. Когда программа расширилась, Геракл принял участие в Олимпийских играх и победил в борьбе и панкратионе. Позднее подобная двойная победа называлась «геракловой победой», а победитель получал титул «Второго Геракла».

Игры и герои древней Олимпии. Возникновение и развитие Олимпийских игр издавна привлекали внимание ученых разных стран. Они установили, что в основе их происхождения лежат не только легенды, но и объективные потребности общества, необходимость совершенствования физической подготовки воинов. В древнегреческом обществе отдельные племена, а затем и города-полисы вели беспрерывные войны за обладание лучшими землями, ради военной добычи. Игры были также призваны способствовать расширению культурных связей между разрозненными территориями и городами Греции. Обращая особое внимание на культуру тела, греки рассматривали Олимпийские игры как важную часть всестороннего развития человека. Оно включало в себя умственное, нравственное, эстетическое и физическое воспитание. О некультурном человеке греки с презрением говорили, что он не умеет ни читать, ни плавать.

В течение многих веков Игры (или как их называли греки – агоны) проводились в разных местах Греции.

Официальной датой проведения первых Олимпийских игр принято считать 776 г. до н.э. Историкам удалось установить, что первым чемпионом стал Короибос из греческого города-полиса Элида. Следует отметить, что некоторые исследователи полагают, что Олимпийские игры имеют более древнее происхождение и что в 776 г. до н.э. Игры состоялись в двадцать восьмой раз.

Участниками Игр могли быть только свободнорожденные греки. Рабы и варвары (чужеземцы), а также женщины к Играм не допускались. Так продолжалось до тех пор, пока Греция не потеряла независимость (II в. до н.э.) в результате завоевания Римской империей.

Участники собирались на Игры раз в четыре года. Промежуток четырехлетия назывался олимпиадой, по которой греки вели летоисчисление. Игры проводились в первый год Олимпиады. С наступлением каждого олимпийского года специальные послы оповещали жителей городов и колоний Греции и приглашали на очередные Игры. С наступлением праздника все враждебные отношения прекращались. Никто с оружием в руках не имел права вступать на территорию Олимпии. На нарушителей налагали огромный штраф. Проклятие богов и штраф были наказанием всякому, кто осмелился оскорбить путника, направлявшегося на олимпийские праздники или возвращавшегося с них.

Каждый участник должен был 10 месяцев готовиться к Играм дома, а затем в течение месяца проходить подготовку в Олимпии. Организацию Игр осуществляли элланодики – судьи-распорядители – знатные люди из Элиды,