

Физическая культура в Древней Греции: основные особенности.

1. Калокагатия – сочетание в человеке физического и интеллектуального совершенства
2. «Интегративность» физического воспитания (интеллектуальное, музыкальное и собств. физическое)
3. Религиозная направленность
4. Практическая направленность (каждый гражданин – воин)
5. Наличие системы специальных образоват. учреждений и институтов (палестра, гимнасия, эфебия и др.)
6. Агонистика – состязательность, справедливое соревнование
7. Две системы физического воспитания – афинская и спартанская
8. Панэллинские Игры

Физическая культура в Древнем Риме: основные особенности.

- 1. Интеллектуальное развитие личности должно преобладать над физическим**
- 2. Отсутствие системы специальных образовательных учреждений**
- 3. Практическая направленность (профессиональная военная подготовка)**
- 4. Гладиаторские бои как вид «спортивных» состязаний**

Система образования в Афинах.

ВСЕ ШКОЛЫ БЫЛИ ПЛАТНЫМИ

До 7 лет – воспитание в доме под присмотром матери.

7-12 лет – общефизические упражнения, бег, игры с мячом и т.д. в рамках общего образования.

Педагог – спец. раб, сопровождавший ученика в школу

12-16(18) лет – гимнастические занятия в палестре под руководством спец. учителя – педотриба: бег, прыжки, метание копья и диска, борьба, верховая езда (для состоятельных)

18-20 лет – эфебия (НВП) в гимнасии под руководством спец. учителя – дидаскала:

- гогломахия – учебный бой в полном тяжелом вооружении
- гоглодромия – бег в полном вооружении
- управление колесницей
- верховая езда, антипασία – взаимная кавалерийская атака
- плавание, стрельба из лука
- философия, литература, риторика, музыка

С 20 лет – получение гражданства и основные права.

Система образования в Спарте.

ВСЕ ШКОЛЫ БЫЛИ ГОСУДАРСТВЕННЫМИ

До 7 лет – воспитание в доме под присмотром матери.

7-20 лет – воспитание в спец. гимнасиях, в возрастных группах: главное – военная подготовка, музыка, танцы; чтение, письмо, счет – минимально.

Жестокая система воспитания с целью формирования физически ловкого, крепкого, терпеливого воина, не умеющего рассуждать и привыкшего безоговорочно подчиняться приказам.

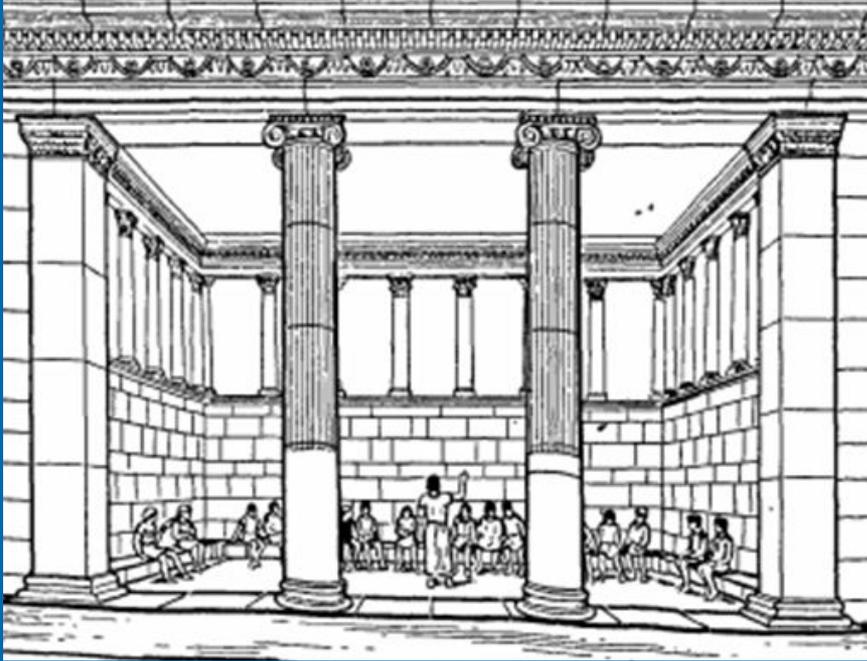
С 14 лет – разрешение носить оружие + различные испытания:

- групповые «бои без правил» около рва с водой
- бичевание на алтаре Артемиды
- криптии – «война» против илотов – госуд. рабов в

Спарте.

ИТОГ: СПАРТАНЦЫ – ЛУЧШИЕ ВОИНЫ ГРЕЦИИ

Гимнасий



Гимнасий – многофункциональное учреждение для отдыха, физических упражнений и занятия науками.

Гимнасий состоял из:

1. Раздевалка
2. Элеотесий – зал, где натираются маслом
3. Конистерий - зал, где натираются песком
4. Эфебион – основное помещение для упражнений со скамейками
5. Корицей – зал, где тренируются кулачные бойцы
6. Бани с горячей и холодной водой, бассейны, парная
7. Комнаты отдыха

При гимнасии были спортивные площадки:

Сферистерийон – для игры в мяч
Дром – для бега.

Гимнасий



Придя в гимнасий, атлеты полностью раздевались, окрывали тело оливковым маслом и посыпали песком. Смесь песка и масла регулировала температуру тела, защищала от солнечных лучей и палки тренера. Для ухода за кожей атлет имел сосуд с маслом, тряпку, которой удалял пот, масло и песок и губку для обмывания водой. Все эти предметы соединялись в ольцон и крепились к поясу.

Во время тренировок и соревнований атлеты были полностью нагими. Считалось, что красота обнаженного тела отражает внутреннюю красоту и иллюстрирует гармонию тела и разума.

Игры с мячом



Игры с мячом (сферистерии) относили к элементарной гимнастике, которая лишь в малой мере ведет к физическому совершенству личности. Эти игры были более демократическими, чем иные соревнования.

Виды игр с мячом:

1. фенинда (эфетинда) - обман игроков
2. урания – подбрасывание в небо
3. тригон – «треугольник»
4. гарпастон – 2 команды пытались отобрать мяч друг и друга.
5. «хоккей с мячом»

Игры с мячом



Игра в мяч (пок та пок) была важным ритуалом, который практиковался в различных частях Мезоамерики. Почти во всех городах майя существовали специальные поля, с поверхностью в форме латинской I и наклонными или вертикальными стенками, на которых укреплялись каменные кольца. Мяч в игре имитировал движение звезд по небу, а противники инсценировали символическую борьбу дня и ночи или богов Нижнего мира с богами Неба. Часто игра была связана с обезглавливанием, что совершалось с целью повышения плодородия земли. Одни исследователи указывают, что обезглавливался капитан группы победителей, другие - что проигравшие, а третьи считают, что в жертву приносились военнопленные.

Одновременно, игра в мяч была одним из развлечений, которое демонстрировало ловкость игроков, так как мяч из цельного каучука надо было отбивать бедром и передавать с одного края поля на другой для набора очков, стараясь, кроме того, попасть в 1 из укрепленных на боковых стенах каменных колец. Попадание в кольцо, ввиду чрезвычайной трудности, приносило моментальную победу. Зрители делали ставки на фаворитов, что свидетельствует и о светском характере игры.

Панэллинские игры

ВСЕ ИГРЫ НОСИЛИ СУГУБО РЕЛИГИОЗНЫЙ ХАРАКТЕР

- Олимпийские игры – атлетические и конные состязания. Награда: оливковая ветвь.
- Истмийские игры (Коринф) – атлетические, конные, музыкальные и поэтические состязания раз в 2 года. Награда: венок из сосновых ветвей, позднее – из сельдерея.
- Немейские игры (Арголида) - атлетические, конные и музыкальные состязания раз в 2 года. Награда: венок из сухого сельдерея
- Пифийские игры (Дельфы) - музыкальные состязания раз в 4 года. Награда: венок из ветвей священного лавра
- Герей – олимпиада для девушек (только бег). Награда: венок из маслины



Олимпийские игры: общие принципы

Игры проходили в Олимпии и были посвящены Зевсу.

Игры проводились 1 раз в 4 года и служили единицей летоисчисления

Игры начинались в 1-е полнолуние после летнего солнцестояния и длились 5 дней.

Во время Игр объявлялась экейхерия – священное перемирие.

К Играм допускались только свободные мужчины греческого происхождения

Зрителями могли быть все желающие, кроме замужних женщин

Атлеты не были профессионалами

Участники соревновались обнаженными

Судьи – элландики (2-12 чел.) – давали 2 клятвы: судить честно и не объяснять своих решений.

Главной наградой победителю – олимпионик – служила оливковая ветвь; кроме того на родине ему воздвигали памятники, одаривали подарками, освобождали от налогов, предоставляли бесплатное место в театре.

Функции Олимпийских игр

1. Религиозная
 2. Консолидирующая
 3. Общекультурная
 4. Воспитательная
 5. Политическая
 6. Экономическая
 7. Зрелищная
- 

Олимпийские игры: версии появления

1. Учредил Зевс после победы над Кроносом
2. Учредил Геракл после победы над царем Авгием
3. Учредил Пелопс после победы в гонке на колесницах, после которой стал царем в Элиде.
4. Восстановил Ифит из царского рода Оксила, заключив договор со спартанским правителем Ликургом

776 г. до н.э. – первые датированные
Олимпийские игры



Олимпийские дисциплины

776 г. до н.э. – бег на 1 стадий (192м)

724 г. до н.э. – двойной бег (на 2 стадия)

720 г. до н.э. – длинный бег (7-24 стадия)

708 г. до н.э. – пентатлон (пятиборье):
бег на стадий, прыжки в
длину, метание копья,
метание диска, борьба

688 г. до н.э. – кулачный бой

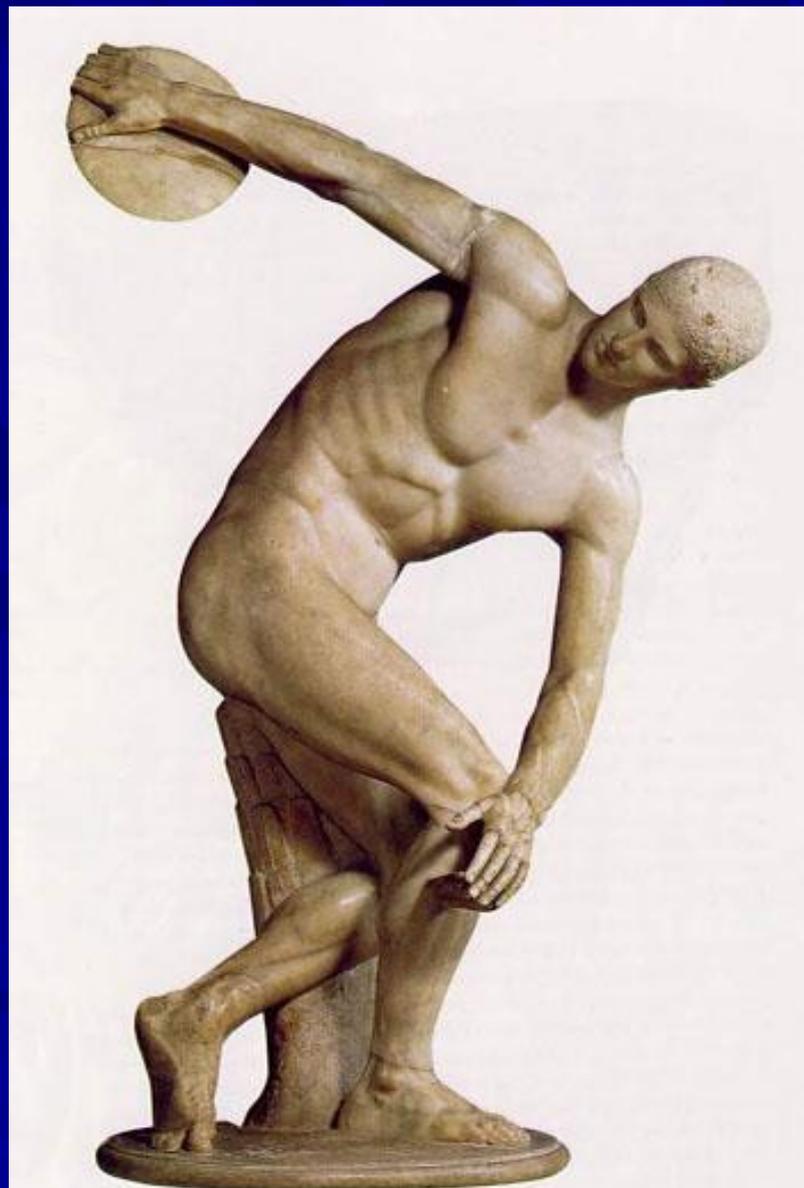
680 г. до н.э. – гонки на колесницах
(квадрига); скачки верхом

648 г. до н.э. – панкратион (смесь борьбы
и кулачного боя)

520 г. до н.э. – гоплитодром (бег на стадий
в боевом снаряжении)

408 г. до н.э. - гонки на колесницах (бига)

632 г. до н.э. – игры для детей: бег, борьба,
пентатлон, кулачный бой



Причины исчезновения Игр

- 1. Профессионализм атлетов.** Игры превратились в состязания между профессионалами, чьей мотивацией было коллекционирование побед путем участия в многочисленных панэллинских и местных соревнованиях.
- 2. Присутствие римских атлетов среди греческих участников.** Для римлян Игры были в первую очередь зрелищем. Дух соревнования им не был интересен, что ставило под угрозу основную идею Игр.
- 3. Язычество Игр.** Христианство активно боролось с язычеством. Император Феодосий I в 394 г. н.э. принял решение об их упразднении.