

# Теории возникновения физической культуры

## Теория магии



Г. Г. Синак

## Теория войны



Э. Берк

## Теория излишней энергии



Г. Спенсер

## Теория игры



Г.

## Теория труда



© Дмитрий Митрополит

# Развитие физической культуры на отдельных этапах истории первобытнообщинного строя

| Периоды          | Особенности форм физической культуры  |
|------------------|---|
| Раннеродовой     | Коллективные игры, носившие подражательный характер, повторяли трудовой процесс                 |
| Развитый родовой | Игры носили имитационный, символический характер  |
| Позднеродовой    | Игры абстрагировались от трудовой деятельности. Выделение самостоятельных физических упражнений |

# Физическая культура в рабовладельческом обществе

Особенности физической культуры в этот период:

1. физическая культура приобрела классовый характер и служила интересам господствующего класса;
2. физическая культура потеряла связь с трудовой деятельностью и стала средством военно-физической подготовки рабовладельцев;
3. физическая культура выделилась в самостоятельную часть культуры общества. Физическая культура охватывала многие сферы человеческой жизни.

# Развитие физической культуры в Древней Греции

Спарта



Афины



# Особенности спартанской системы физического воспитания

- Центральной задачей физического воспитания было формирование подрастающего поколения, способного победить в любых условиях, отважного, настойчивого и слепо подчиняющегося взрослым.
- Спартанец-отец обязан был показывать новорожденного ребенка совету старейшин.



## Особенности спартанской системы физического воспитания

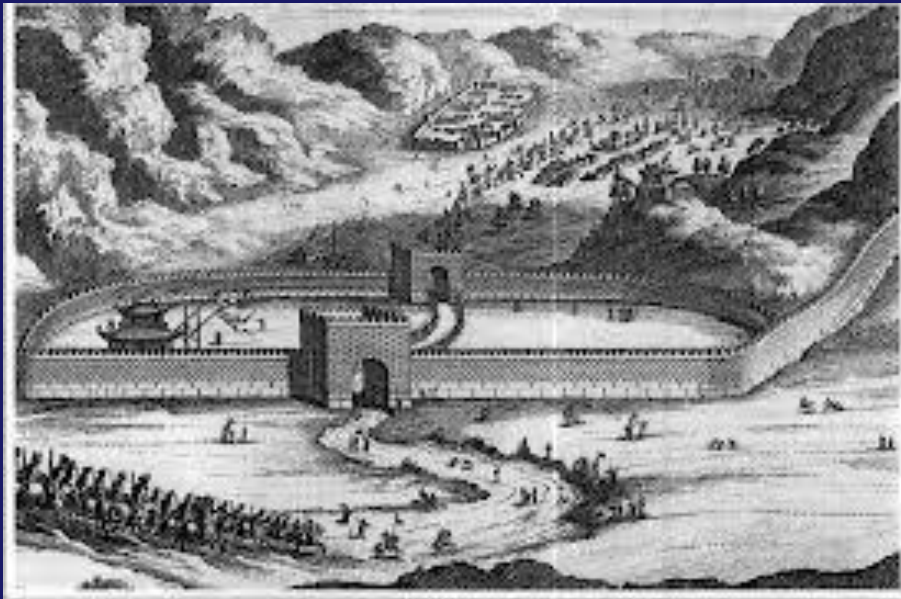
- Детей, достигших 7 лет, отнимали у родителей и передавали в распоряжение государственных воспитателей.





# Особенности спартанской системы физического воспитания

- Криптий – посвящение в подростки (15 лет)



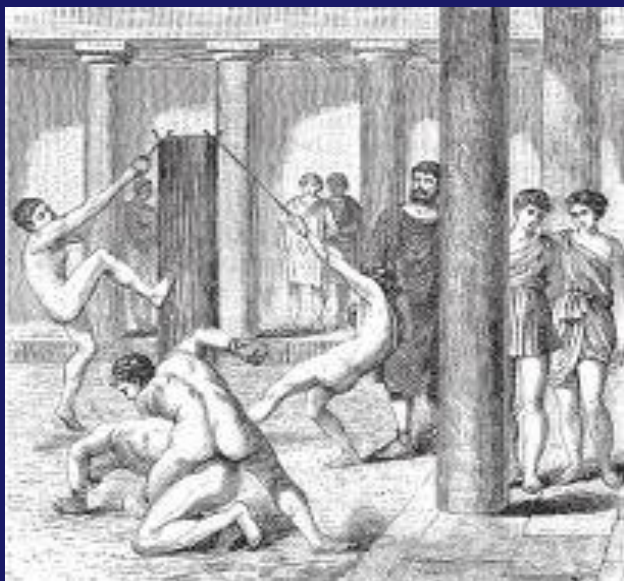
# Особенности спартанской системы физического воспитания

## Группы эйренов.

Обучение: строевым упражнениям, кулачному бою, обращению с оружием, спартанской гимнастике.

## Группы эфебов.

Систематическое военное обучение (20 - 30 лет).





## Особенности афинской системы физического воспитания

Афиняне считали, что гармоничное развитие человека должно состоять из умственного, нравственного, эстетического и физического воспитания.

- Дети до 7 лет воспитывались в семье



# Особенности афинской системы физического воспитания

- После 7 лет девочки продолжали воспитываться дома, а юноши до 16 лет посещали государственную или частную школу. Они проходили обучение в музыкальной и гимнастической школах.



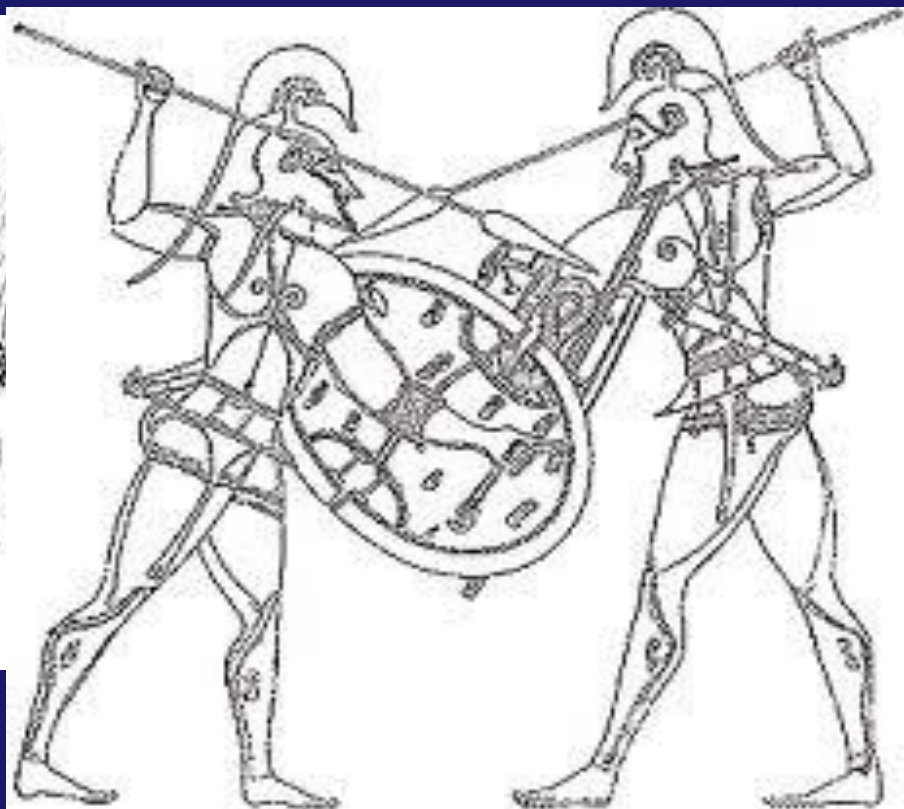
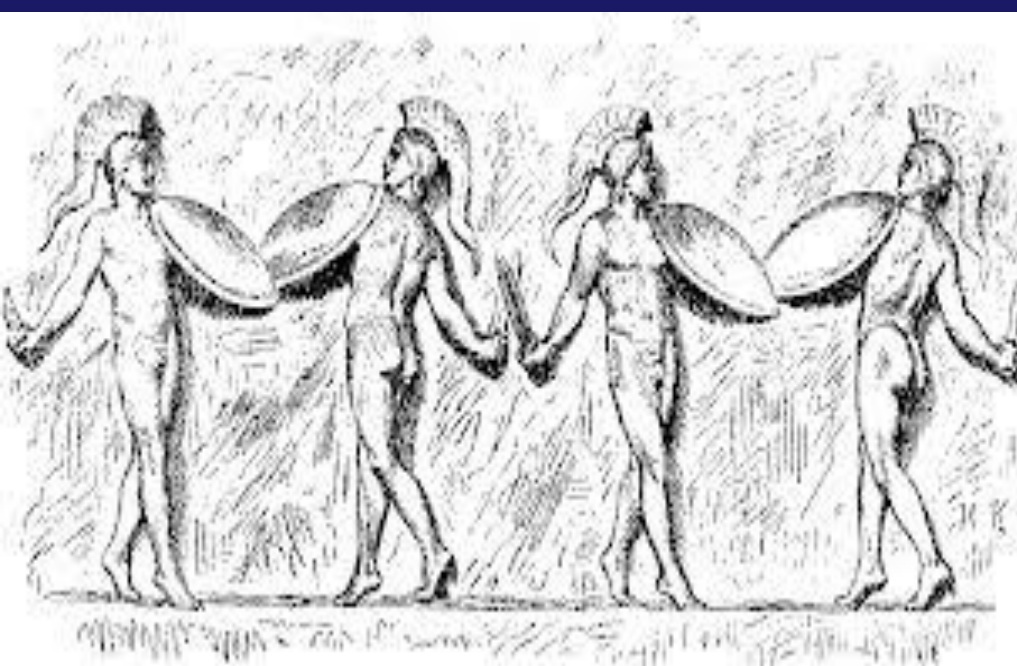
# Особенности афинской системы физического воспитания

- С 16 лет юношей после гимнастических и музыкальных школ определяли в гимнасии.



# Особенности афинской системы физического воспитания

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





# Особенности афинской системы физического воспитания

## Палестрика



## Игры





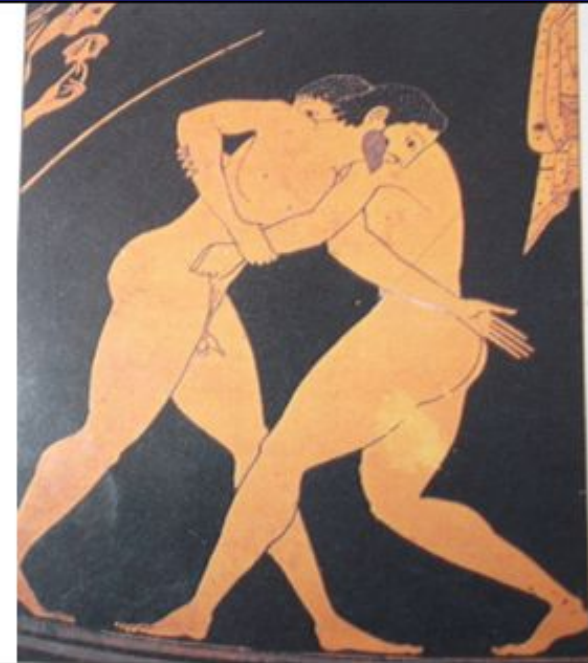
# Особенности афинской системы физического воспитания

## Палестрика:

- пентатлон (бег, прыжки в длину, метание копья и диска, борьба);
- панкратион;
- фехтование;
- плавание;
- кулачный бой;
- верховая езда;
- стрельба из лука.



Кулачный бой



Приём в борьбе

# Особенности афинской системы физического воспитания

## Орхестрика:

- ритуальные упражнения;
- танцы.



# Особенности афинской системы физического воспитания

## Подвижные игры:

- с предметами (сферистика, с палкой, в кости и др)
- коллективные игры (перетягивания, упражнения с партнером)



Агонистика – система соревнований.

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

Программа античных Олимпийских игр:

стадиодром – бег на один стадий (192,27 м);

диаулос – бег на 2 стадия;

долиходром – бег от 7 до 24 стадиев;

пентатлон – борьба, стадиодром, прыжки,

метание копья и диска;

кулачный бой;

гонки на колесницах;

верховые скачки;

панкратион – борьба + кулачный бой.

394 г. н.э. – запрещение Олимпийских игр.

# Элементы физической культуры и спорта в Древнем Риме

| Периоды   | Особенности физической культуры  |
|---|--|
| Царский период<br>(VIII - VI вв. до н.э)          | Традиционные формы физической культуры этрусков  |
| Республиканский период<br>(V - I вв. до н.э.)     | Военно-физическая подготовка, культ пассивного ухода за телом (массаж, бани)   |
| Императорский период<br>(I в. до н.э. - V в. н.э) | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Атлетика бесполезна и вредна</li><li>2. Финансовая поддержка атлетов</li><li>3. Зрелища</li></ol> |

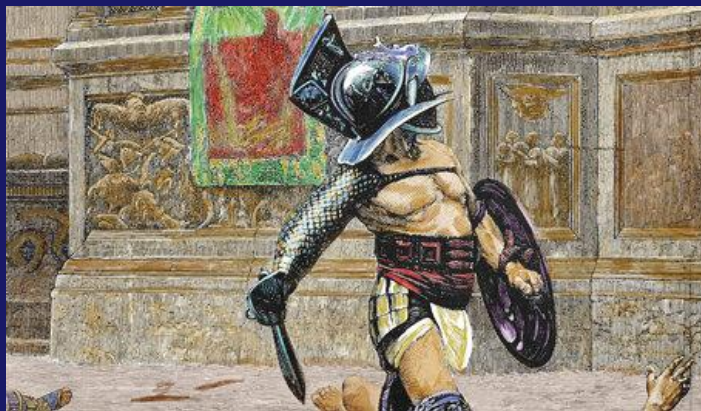


# Гладиаторы в Древнем Риме

самниты



фракийцы



ретиарии



бестиарии



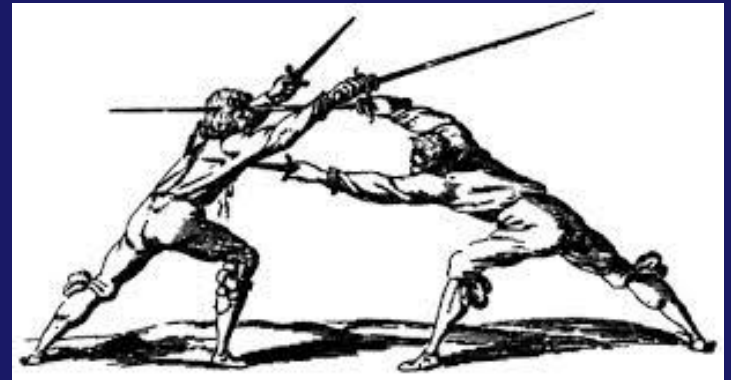
# Физическое воспитание рыцарей в средние века

- до 7 лет воспитание в семье
- 7 - 14 лет - воспитание при дворе сеньора (паж)
- 14 - 21 год - военно-физическое воспитание (оруженосец)
- в 21 год посвящение в рыцари

# Рыцарские умения и доблести

- Верховая езда
- Плавание
- Охота
- Лазанье по канату (шесту)
- Фехтование
- Сражение в турнирах
- Искусство чтения стихов, правила этикета, танцевальные движения, игра в шахматы

- мужество
- верность
- великодушие
- благоразумие
- учтивость
- честь
- свобода



# Прогрессивные идеи физического воспитания эпохи Возрождения (Л. Кун)

1. Возрождение и распространение опыта физического воспитания античности, утверждение идеала гармонично развитого человека.
2. Естественные силы природы способствуют физическому воспитанию.
3. Наличие взаимосвязи между физическим и духовным воспитанием.
4. Впервые обращалось внимание на наличие возрастных особенностей при физическом развитии человека.
5. Компенсация вредного влияния на здоровье некоторых профессий.

# Возникновение спорта в Англии

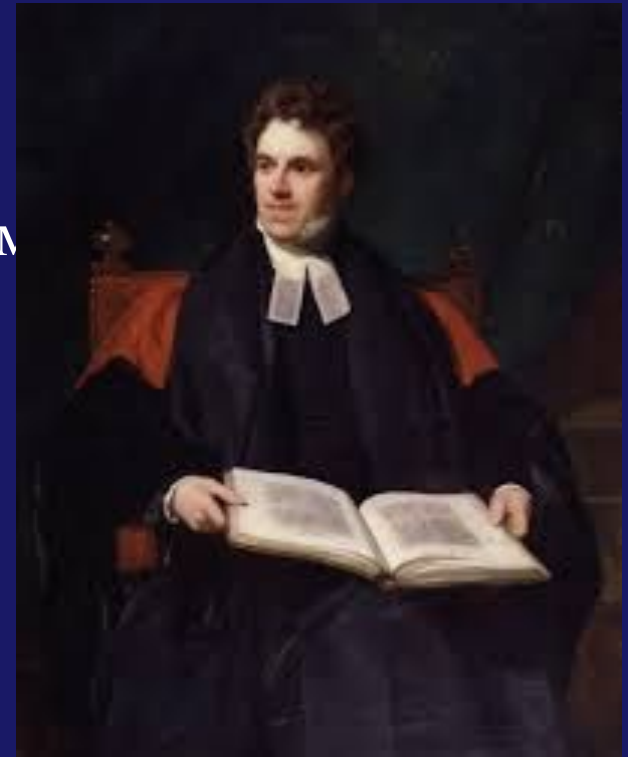
Спорт - desport — «игра», «развлечение».

Предпосылки возникновения современного спорта:

- .зрелищность;
- .воспитательная значимость;
- .коммерческая деятельность;
- .введение физического воспитания в программы школьного образования.



Скачки – «влиятельный» вид спорта



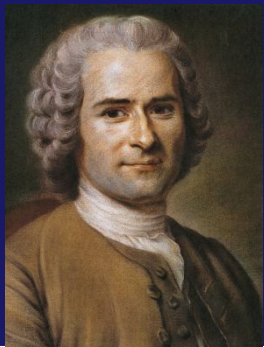
Т. Арнольд  
1795 – 1842



# Мыслители эпохи Просвещения

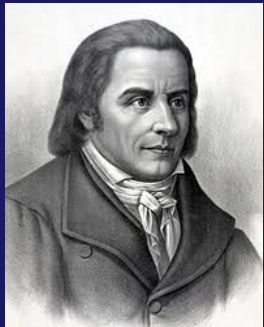
Деятель

Основные идеи и достижения



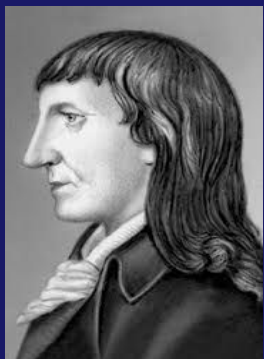
Ж.Ж. Руссо  
1712 - 1778

Принцип природосообразности



И.Г. Песталоцци  
1746 - 1827

«Элементарная гимнастика»  
классификация физических  
упражнений



И.Г. Гутс-Мутс  
1759 - 1839

Создатель комплексной системы  
гимнастики. Новые тренировочные  
снаряды.

# Сокольская гимнастика

Мирослав Тырш  
1832 – 1884 гг.

упражнения без снарядов



групповые упражнения



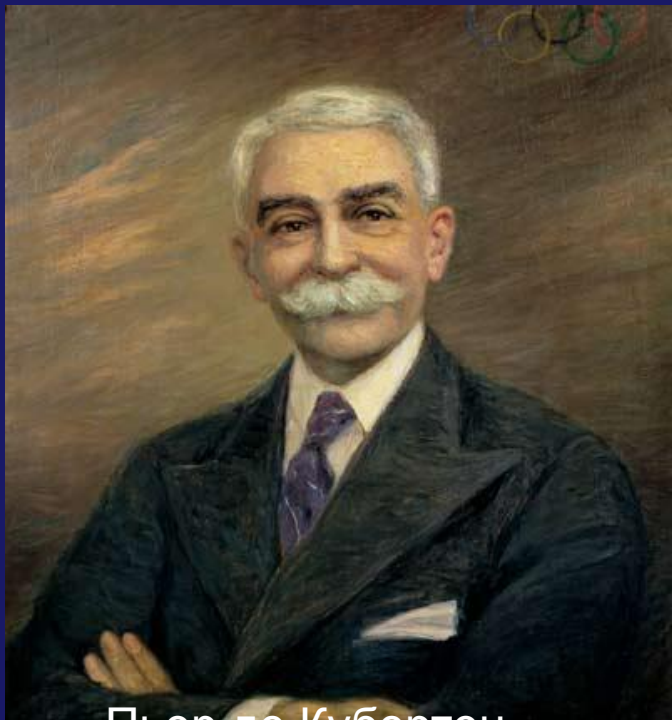
снарядовые упражнения



боевые упражнения



# Возрождение Олимпийских игр



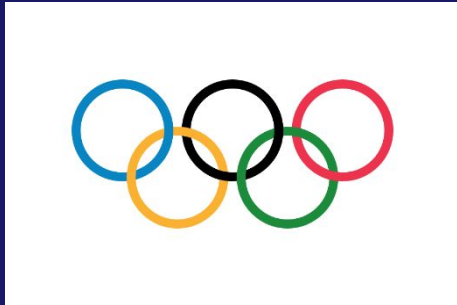
Пьер де Кубертен  
1863 – 1937

- 23 июня 1894 – образование МОК
- I. 1896 – Афины
  - II. 1900 – Париж
  - III. 1904 – Сент-Луис
  - IV. 1908 – Лондон
  - V. 1912 – Стокгольм

Зимние Олимпийские игры проводятся с 1924 г.

Олимпийская хартия (1894 г.) – документ, в котором изложены основные принципы Олимпизма и правила.

# Символика Олимпийских игр



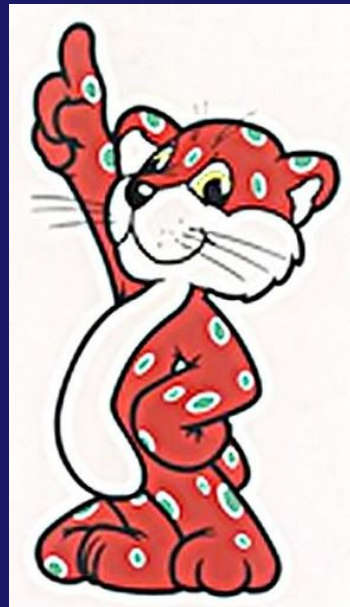
Олимпийский флаг  
(1920 г. Антверпен)

*Citius, Altius, Fortius*  
*«Быстрее, выше, сильнее»*

Олимпийский девиз (1924 г. Париж)



Олимпийский огонь  
1928 г. Амстердам



Олимпийский талисман  
(1968 г. Мексика)



Оливковая ветвь  
(2004 г. Афины)



# Элементы физической культуры и спорта в русской цивилизации

## Игрища



3 – 7 лет – работа по дому  
С 7 лет – работа с отцом и матерью  
С 14 лет – полноправный член семьи

## Кулачные бои



«Гражданство обычаев детских»

Пригодные:  
сила, ловкость,  
смекалка

Непригодные:  
кости, карты

Запретные:  
борьба, плавание, лазанье

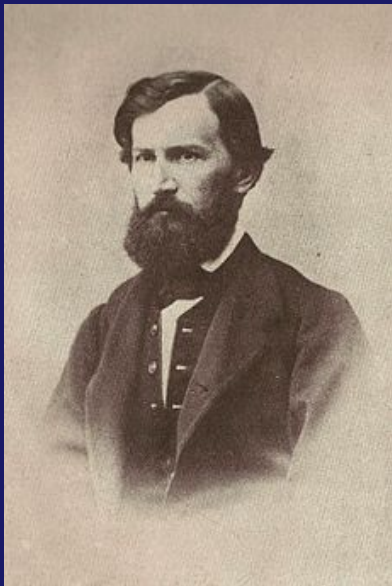


1707 г. – физическая подготовка вводится в качестве обязательного учебного предмета (Школа математических и навигационных наук).

1802 г. – учреждено Министерство народного просвещения.

1804 г. – принят Устав учебных заведений (физическое воспитание необязательный предмет)

1810 г. – постановление о Лицее (Царскосельском), в котором присутствовал раздел «Изящные искусства и гимнастические упражнения».



К.Д. Ушинский  
1823 – 1871

Взаимосвязь физического, умственного  
и эстетического воспитания

# «Инструкция для преподавания гимнастики в мужских учебных заведениях ведомства Министерства народного просвещения»

1889 г.

1. Строевые упражнения проводятся по уставу о строевой пехотной службе.
2. Вольные упражнения, включая и подготовительные к прыжкам, ходьбе, бегу, фехтованию и плаванию.
3. Упражнения с подвижными снарядами: палки, мячи, деревянные шары.
4. Упражнения на неподвижных снарядах: козлы, параллельные брусья и др.
5. Игры.

1902 г. – постановление МНП

Цель физических упражнений:

**«Поддержание достаточного запаса энергии в нервно-мышечной системе, приучение к выносливости, выработка стройности, легкости и изящества всех движений, развитие ловкости, находчивости и разумной уверенности в себе».**

# Система физического образования П.Ф. Лесгафта



П.Ф. Лесгафт  
1837 – 1909 гг.

- 1 ЭТАП. Основные элементарные движения (7-12 лет)
- 2 ЭТАП. Увеличение трудности упражнений (12-15 лет)
- 3 ЭТАП. Управление движениями (15-18 лет)

«Руководство по физическому  
образованию детей школьного  
возраста»



- Возрастной подход
- Классификация физических упражнений
- Связь ФВ с другим видами воспитания
- Образовательная роль двигательных действий
- Физкультурное образование для женщин

# Физическая культура и спорт в СССР

1923 г. – образован ВСФК

1923 – 1924 гг. – обязательный предмет в школах

1927 г. – выпущена программа по физической культуре

1927 – 1928 гг. – физической воспитание включено в учебные планы педагогических и медицинских вузов



# Физическая культура и спорт в СССР

1930 г. – физическое воспитание обязательный предмет во всех вузах

1928 г. – первая всесоюзная спартакиада

1931 г. – введение комплекса ГТО

1935 – 1937 гг. – создание ЕВСК

1951 г. – советский НОК был принят в МОК

1952 (1956) г. первое выступление советских спортсменов на летних (зимних) Олимпийских играх



# 1980 г. XXII летние Олимпийские игры



# 2014 г. XXII зимние Олимпийские игры

**sochi**  
**2014** 

