# 

# Содержание

[1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ДРЕВНЕМ МИРЕ](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804650#_Toc151804650)

[Введение](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804651#_Toc151804651)

1. [Возникновение физической культуры и физического воспитания](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804655#_Toc151804655)
2. [Особенности ФК в странах Древнего Востока](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804660#_Toc151804660)
3. [Физическая культура и физическое воспитание в античном мире](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804661#_Toc151804661)

[2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ЗАПАДНОЙ ЕВРОПЕ И США](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804670#_Toc151804670)

[Введение](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804671#_Toc151804671)

1. [Средние века - V - XIV вв. - рассматриваются как самостоятельная цивилизация](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804672#_Toc151804672)
2. [Эпоха Возрождения. XV-XVI века](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804682#_Toc151804682)
3. [Новое время. XVII-XVIII века](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804685#_Toc151804685)
4. [Новое время. XIX в.](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804690#_Toc151804690)
5. [На рубеже веков](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804698#_Toc151804698)
6. [Возникновение международного спортивного движения](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804709#_Toc151804709)

[3. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РОССИИ](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804719#_Toc151804719)

[Введение](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804720#_Toc151804720)

1. [Осуществление модернизации и переход к новой системе](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804726#_Toc151804726)
2. [XIX век](http://www.e-biblio.ru/book/bib/Fizra/fizra.html#_Toc151804736#_Toc151804736)

# Тема 1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ДРЕВНЕМ МИРЕ

# Введение

1. Возникновение физической культуры. ФК и ФВ в первобытном обществе.

2. Особенности физической культуры в странах Древнего Востока.

3. Физическая культура и физическое воспитание в античном мире.

а) Древняя Греция,

б) Древний Рим.

# Вопрос 1. Возникновение физической культуры и физического воспитания

Возникновение ФК и ФВ относят к первобытному обществу на стадии позднего палеолита как составную часть антропосоциогенеза.

ФК как составная часть общей культуры возникла в условиях первобытного общества.

Объективные предпосылки - трудовая деятельность первобытного человека, потребности общества, и условия существования.

Субъективные предпосылки - развитие мышления человека, формирование системы символов и знаков.

Биологическая основа - потребность человека в двигательной деятельности.

**ФК и ФВ в первобытном обществе.**

Первобытное общество 2.000.000 лет до н.э. - 5.000 лет до н.э.

Характерные особенности первобытного общества определяют и особенности физической культуры и физического воспитания в это время.

1) Отсутствие врожденных программ поведения, необходимость соперничать с природой → основные требования к человеку: выносливость, физическая сила, навыки добывания пищи → необходимость обучения, ФВ и закалки → их обязательность для всех членов сообщества.

2) Синкретичность, неразделенность сфер деятельности, мифологичность сознания → тесная связь ФВ с обрядами и прежде всего инициаций - обрядов посвящения, при переходе из одной возрастной группы в другую, где демонстрировалось и доказывалось владение ЗУНами и выносливость.

3) Жёсткая поло-возрастная иерархия общества → раздельное физическое воспитание мальчиков и девочек.

4) ФВ возникает и развивается как обучение навыкам охоты, собирательства, рыболовства, позднее земледелия и скотоводства → прикладной характер ФК и ФВ.

**Древнейшей формой организации ФВ были игры.**

Классификации игр:

**1. По социальным функциям:**

а) воспроизводство трудового процесса,

б) обучение навыкам,

в) магический обряд.

**2. По двигательным навыкам:**

а) манипуляционные - владение, манипулирование предметом,

б) локомоционные - владение собственным телом,

в) трофейные - владение навыками захвата и удержания предмета,

г) социальные прежде всего иерархические - владение навыками совместной деятельности, доминирования и подчинения.

**3. По характеру:**

а) натуралистический,

б) символический,

в) состязательный.

(*особенно наглядно изменение характера в единоборствах, например, в фехтовании*)

Спортивные игры (вобрали признаки и элементы всех видов игр).

Уже в родовом обществе игры и физические упражнения выделяются в самостоятельные виды деятельности, превращаясь в средство воспитания подрастающего поколения и развлечения взрослых (тренировка и самоутверждение).

Для ФК первобытного общества характерны: тесная и непосредственная связь с трудом, бытом и магией, бесклассовый характер, доступность и обязательность для всех членов рода или племени. Спорт как самостоятельная сфера деятельности отсутствует.

# Вопрос 2. Особенности ФК в странах Древнего Востока

В IV - III тысячелетии до н.э. складываются древнейшие цивилизации. Рабовладельческие общества в отличие от первобытного не едины, раскалываются и сферы деятельности человека. Меняются социальные роли человека, меняются и требования к нему → ФК и ФВ, сохраняя прикладной характер - обучения, формирования навыков и закалки,- дифференцируются уже по социальному признаку.

**Особенности:**

1) Разделение ФВ:

а) военная подготовка: стрельба из лука, верховая езда, фехтование на мечах и т.п., сосредоточена в правящем (военном) сословии, целенаправленна и относительно систематизирована;

б) трудовая подготовка: формирование трудовых навыков, сосредоточена в общинах и сохраняет традиционное содержание и методику.

При этом культивируются именно военные упражнения, как наиболее престижные.

2) Сохраняется тесная связь с магией и обрядами, выделяются ритуальные игры *(например, в Центральной Америке ритуальная игра в мяч)*.

3) Возникновение и развитие игр-развлечений. Имитация трудовой деятельности, военных действий; ролевые игры.

# Вопрос 3. Физическая культура и физическое воспитание в античном мире

**Древняя Греция.**

Цивилизация Древней Греции занимает особое место в истории ФК. (см.материалы по ИМЦ).

ФК в Древней Греции начала складываться в глубокой древности. Почитание богов сопровождалось торжественными процессиями, состязаниями атлетов, а иногда и музыкантов.

Особенно большое значение имели состязания атлетов, что связано с военным делом, т.к. войско представляло собою ополчение полноправных граждан полиса → обязательность ФК для всех мужчин полиса: гражданин = воин = атлет.

Воинские потребности определяли культивировавшиеся виды:

1) бег: простой на короткую дистанцию:

- долгий на длинную дистанцию,

- без вооружения,

- в полном вооружении.

2) прыжки (в длину);

3) метание: диска:

- копья,

- дротиков.

4) борьба;

5) кулачный бой;

6) панкратион;

7) езда на колесницах и верховая езда;

8) плавание (Степень крайнего невежества: он не умеет ни читать, ни плавать);

9) стрельба из лука.

Древнейшие описания состязаний атлетов в "Илиаде" ок.3.600 лет назад как развлечение, демонстрация наилучших качеств личности, как обрядовые действия и в то же время все элементы спортивного состязания: правила, призы, конфликты и т.д.

Прикладное (военное и магическое) назначение физического воспитания и физической культуры традиционно, но в Древней Греции была особенность, выделяющая её из других древних цивилизаций. Это система ценностей, в которую входили равноправие и справедливость, доблесть (мужество в сражении и в жизни), патриотизм (слава гражданина - это слава его города), умение умерять страсти рассудком и слава - общественное признание - как важнейшая социальная ориентация, цель жизни человека. → важно не только одержать победу, но и убедить в ней свидетелей, т.е. победить прилюдно и по правилам }→ появление спорта как особой сферы человеческой деятельности и создание особой сложной и многогранной системы физического воспитания и соревнований.

**ФВ в Древней Греции.**

В целом:

Общая система ФВ называлась гимнастикой (*от греч. гимнос - обнажённый, т.к. занимались обнаженными*) и включала:

- палестрика - упражнения (пятиборья): бег, прыжки, метания, борьба, панкратион, плавание, кулачный бой, верховая езда, стрельба из лука, езда на колеснице, игра в мяч;

- орхестрика - танцевальные упражнения под музыку;

- игры (в основном для детей) - с палкой, колесом, клюшкой, шаром и др.

2 метода применения:

- гимнастика - общее физическое развитие;

- агонистика - специальные тренировки к выступлениям.

Складывается 2 цивилизационных центра → 2 системы ФВ.

1) Спартанская система. ФВ как военно-физическая подготовка, цель - воспитание воина.

До 7 лет ребенок в семье и ответственность за его воспитание несут родители.

С 7 до 17 лет занятия и жизнь в казармах.

С 17 до 21 года физическая и военная подготовка в отрядах эфебов (юношей).

Воспитатели-педономы назначаются и контролируются государством. Главная цель - не допускать слабости и изнеженности. → Суровые условия жизни, приучение к голоду, холоду, большим физическим нагрузкам.

Основные виды: метания копья и диска, борьба и кулачный бой, бег и прыжки, военные игры, пляски и хоровое пение, необходимые для совершения обрядов и подбадривания в бою, охота на диких зверей, для всех возрастов + криптии (*истребление рабов-илотов, военные, а по сути карательные операции*) для эфебов.

Система распространяется и на девочек.

2) Афинская система.

ФВ как основа и часть гармонического воспитания гражданина.

До 7 лет ребенок в семье.

С 7 до 16 лет посещение мусической школы - обучение чтению, письму, счёту, музыке и пению *(умственное воспитание).*

С 13 до 16 лет гимнастическая школа (*физическое воспитание*).

С 16 до 18 занятия в гимнасии: физические упражнения + занятия философией, политикой, литературой; регулярное посещение гимнасия и постоянные физические упражнения и тренировки обязательны для всех граждан.

С 18 до 20 лет занятия в отрядах эфебов - изучение военного дела, физическая подготовка, охрана границ.

Виды - те же что и в Спарте, кроме криптий.

На девочек система не распространяется.

**Соревнования Древней Греции.**

В каждом полисе ежегодные игры в честь богов-покровителей.

Всеэллинские:

- в Олимпии - олимпийские игры,

- в Дельфах – пифийские,

- в Немее и около Коринфа – истмийские.

Олимпийские - самые значимые, раз в 4 года, с обязательным перемирием (настолько регулярны, что являлись основой отсчета времени - олимпиада - 4-хлетний перерыв между играми).

Победители получали вначале ценные призы, потом венки (из ветвей священного дерева Аполлона лавра, отсюда лауреат), пальмовые ветви, право на сооружение статуи, занесение имени в особые списки т.е. славу.

I олимпийские игры 776 г. до н.э.

До II века до н.э. участвуют только свободнорожденные граждане, только мужчины.

Каждый участник 10 месяцев готовился дома и 1 месяц в Олимпии (под контролем судей, решающих вопрос о допуске к участию).

С XXXVII Олимпиады (632 г. до н.э.) участвуют дети.

В начале бег на стадию (192 м.), позднее все виды.

Запрещены в 394 г. н.э. как враждебные христианству.

**Древний Рим.**

Римское общество начинает формироваться в VIII-VI веках до н.э. и просуществовало до IV в. н.э.

Своеобразие римской цивилизации определяет и своеобразие ФК и ФВ.

Иные по сравнению с Древней Грецией ценности: патриотизм как подчинение личности интересам государства, мужество как дисциплинированность, обесцененность труда. Общество военизировано и специализированно, прагматично.

ФВ проводится в школах, но более специализированно и не имеет такого формирующего личность значения.

Основное внимание уделяется ФВ воинов:

- бег, прыжки, скачки, лазанье, борьба, плавание - без одежды и в полном вооружении, пешие марши с грузом (40-60 фунтов) со скоростью 4 мили в час в течение светового дня, обращение с инструментом (топор, лопата и т.д.), тренировки постоянны и обязательны для всех, включая ветеранов.

И параллельно с этим формируется система состязаний как зрелищ.

Соревнования по фехтованию, кулачному бою, борьбе, езде на колесницах (азарт, пари, состязаются профессионалы, зачастую рабы). Проводятся "Императорские игры", в которых участвуют, кроме атлетов, артисты, певцы, танцоры, музыканты.

Особенностью римской культуры являются гладиаторские бои - поединки натуралистического характера с настоящим оружием, до смерти противника. Возникают как магические обряды жертвоприношения при погребениях и со временем развиваются в зрелище, сохраняя и даже усиливая кровавый характер. Известны с 264 г. до н.э., запрещены в 404 г.н.э.

появляются профессиональные спортсмены, те для кого атлетическое состязание - труд, источник заработка. Но в Риме любой труд - удел раба → социальное положение спортсмена невысоко.

# Тема 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ЗАПАДНОЙ ЕВРОПЕ И США

# Введение

1. ФК в средние века.

2. ФК в эпоху Возрождения.

3. Развитие ФК в XVIII веке.

4. ФК и спорт в XIX веке.

5. Развитие ФК и спорта на рубеже XIX - XX вв.

6. Возникновение международного спортивного движения.

Первые олимпийские игры современности.

# Вопрос 1. Средние века - V - XIV вв. - рассматриваются как самостоятельная цивилизация

Особенности средневековой цивилизации:

1) 2 источника - римский и варварский → соединение традиций античного мира и полупервобытного общества,

2) феодальный строй,

3) сословная социальная структура,

4) монархия,

5) идеологическое господство католической церкви.

**Особенности ФК и ФВ.**

1) Физическое воспитание имеет ярко-выраженный сословный характер т.е. каждое сословие: феодалы, крестьяне, горожане, духовенство - имеет свою систему ФК и ФВ.

Феодалы.

Разработанная целенаправленная система подчеркнуто военной направленности.

Цель воспитания - "7 рыцарских доблестей":

- верховая езда,

- фехтование,

- стрельба из лука,

- плавание,

- охота,

- игра в шахматы или шашки,

- умение слагать стихи.

Упражнения:

- бег,

- прыжки,

- поднимание тяжестей (← вес доспехов 50кг + оружие),

- метание камней и молота,

- борьба.

Игры:

-ножной мяч,

-гольф,

-взятие крепости, осада замка,

-конные скачки,

-охота.

Соревнования = рыцарские турниры (форма конно-спортивных состязаний) - одиночные или групповые схватки на специальных площадках (ристалищах), где предусмотрены места для зрителей.

Они же - смотры военно-физической подготовки. Проверка умений: держаться в седле, фехтовать, наносить удары копьем на скаку. Цель схватки - выбить противника из седла ударом копья. Увечья и даже смерть возможны, но не являются целью. Т.е. сохраняется натуралистический характер, но основной мотив - стремление к победе, а не к смерти противника. Победа, как правило, очевидна. Победитель получает латы побежденного, иногда награду от сюзерена и всегда славу. Сюзерен - организатор, судья и "спонсор". Со временем разрабатывается сложный специальный ритуал с представлением участников герольдами и т.д.

Феодал пирует, воюет, охотится и сражается на турнире. Другие занятия для него постыдны или запретны → физические упражнения необходимы и обязательны.

Мальчики учатся необходимым навыкам с детства в семье, с 12 лет продолжают обучение как пажи, как правило, при дворе сюзерена, ~ с 14 лет оруженосцы, в 16-18 лет посвящение в рыцари и получение права участвовать в турнирах.

Девочки из этой системы исключались, но дама должна была уметь ездить верхом, участвовать в охоте, играть в мяч, танцевать, что требовало определенной физической подготовки и закалки. Навыки владения оружием не предписывались, но не запрещались.

Крестьяне.

Основная цель - формирование трудовых навыков и закалка.

Сохраняются традиционные формы ФВ.

Распространены традиционные виды борьбы, бег, верховая езда, кулачный бой, различные игры.

Горожане.

В IX - XII веках города нуждаются в самообороне от феодалов → создание объединений горожан - братств: стрелковых (лук, ружья, пистолеты) и фехтовальные (копья, мечи, позднее шпаги) в Италии и Франции возникновение школ фехтования.

Духовенство.

ФК и ФВ официально запрещены.

2) Католическая церковь выдвигает идею отказа от радостей жизни, идею телесной греховности. Но идеологическое требование телесного аскетизма вступает в противоречие с практическими потребностями → прагматичность физического воспитания, занятия необходимы, но радость от них греховна.

3) Получает развитие акробатика как народное искусство (зрелища на ярмарках и т.п.) т.е. сохраняются элементы профессионального спорта, но социальный престиж этих занятий крайне низок.

Система складывалась в раннем средневековье и существует до XV века. Изобретение огнестрельного оружия меняет формы и методы ведения войны, кризис феодального производства → разложение феодальной культуры и системы феодального воспитания в целом.

# Вопрос 2. Эпоха Возрождения. XV-XVI века

Зарождение новых капиталистических отношений и возрождение элементов античной культуры с ее культом человека и восхищением красотой человеческого тела ==> формирование новой системы ФК и ФВ.

Стрелковые и фехтовальные братства становятся замкнутыми объединениями городской аристократии, строятся специальные помещения для физических упражнений и игр, для соревнований по стрельбе из пистолетов, ружей и луков. Занятия физическими упражнениями теперь рассматриваются как свидетельство принадлежности к определенному социальному слою, это почетно и престижно.

Формирование идеологии гуманизма → новое направление в воспитании: готовить жизнерадостных здоровых людей с разносторонними интересами и практически приспособленных к жизни → сочетание умственного, физического и нравственного воспитания. Но в основе мировоззренческой системы принцип: "Каждый за себя и для себя",→ стремление выделиться, самореализоваться, стремление к победе любой ценой. Воспитание остается сословным и классовым. За основу (как пример и идеал) взята афинская система.

Два направления: гуманисты и утописты.

**Гуманисты: человек как высшая ценность.**

Витторино да Фельтре (1378 - 1446) Соединение умственного образования с физическим воспитанием как средство формирования личности.

Создание школы "Дом радости"; в программу которой входили: литература, математика, естествознание, пение, музыка, языки, верховая езда, фехтование, борьба, различные физические упражнения; исключались физические наказания.

Франсуа Рабле (1494 - 1553).

*"Гаргантюа и Пантагрюэль" - воспитание Гаргантюа, Телемская обитель - идеальная модель воспитания*

Идеи использования народных упражнений, чередования умственных и физических нагрузок, напряжения и расслабления, необходимость массажа, навыков гигиены, необходимость постоянного повышения сложности и трудности физических упражнений.

Утописты: создание моделей совершенного общества, идеалы равенства

Томас Мор (1478 - 1535), «Утопия» Томмазо Кампанелла (1568 - 1639) «Город Солнца».

Физическое воспитание как необходимое условие гармонического развития духовных и физических возможностей всех членов общества, физическое развитие и укрепление здоровья людей - государственная обязанность.

# Вопрос 3. Новое время. XVII-XVIII века

Это период формирования нового социально-экономического и общественно-политического строя. Изменения охватили все сферы жизни общества. Переход от феодализма к капитализму сопровождался быстрым ростом городского населения и сосредоточением культурной жизни в городах. При этом скученность населения, антисанитарные условия быта, массовое обнищание и усиление эксплуатации → ухудшение здоровья и физического развития людей.

Создаются проекты реформ системы образования, в которых подчеркивалась необходимость физического и морального воспитания. Выдвигаются идеи использования физических упражнений и игр в начальной и средней школах и во время народных праздников. Создаются новые, передовые для своего времени средства, формы и методы физического воспитания, поскольку существует общественная необходимость в сильных, настойчивых, предприимчивых людях, способных преодолевать различные трудности.

Создание педагогических основ физического воспитания. Ян Амос Коменский (1592-1670).

Занятия физическими упражнениями и играми должны проводиться на основе трудовых умений ребенка и способствовать его подготовке к жизни. Физические упражнения и игры как средство нравственного воспитания детей. Попытка педагогического анализа физических упражнений.

Все дети, независимо от имущественного положения родителей, при умелом воспитании могут стать образованными.

Джон Локк (1632-1704).

Физическое воспитание необходимо для джентльмена, т.к. именно оно поможет достичь личного благополучия. Необходимо укреплять тело и волю плаванием, фехтованием, верховой ездой. Обязательна гигиена одежды, питания, быта. Ранний подъем, физические упражнения и игры на воздухе.

"Джентльмен должен быть воспитан так, чтобы во всякое время быть готовым надеть оружие и стать солдатом".

К народу это не относилось.

Жан-Жак Руссо (1712-1748).

Воспитание идеально лишь в том случае, если оно естественное и проходит на лоне природы. Борьба с изнеженностью и развращенностью высших классов. С малых лет закалять, купать в холодной воде и приучать к играм. Физические упражнения и игры как средство развития физической силы и воспитания воли. Крепкое здоровье необходимо для мудрости и разума.

Юношам - бег, прыжки, метания, плавание, верховая езда, охота и различные игры.

Девушкам - упражнения и игры для развития легкости, изящности и грациозности, без развития самостоятельности и активности.

Для народа воспитание и образование необязательны.

Иоган Генрих Песталоцци (1746-1827).

Практическая деятельность по воспитанию бедняков и крестьянских детей. Развитие физических, умственных и нравственных способностей. Связь простейших видов трудовой и бытовой деятельности ребенка с физическими упражнениями и играми.

"Азбука умений" - ряд упражнений, которые бы научили детей бороться, толкать, носить, бросать и поднимать тяжести → постепенная подготовка к трудовой и военной деятельности. Стремясь систематизировать физические упражнения, делил их на элементарные движения (движения в суставах шеи, плеча, бедра и т.д.) и сложные (бег, прыжки, метания, плавание, лазанье, верховая езда, танцы и игры).

Стремление помочь всем получить такое воспитание, которое давало бы гармоничное развитие.

# Вопрос 4. Новое время. XIX в.

На рубеже XVIII-XIX веков складываются новые системы ФК и ФВ.

Формирование новых социальных групп → новых отношений между ними → новых сфер видов человеческой деятельности.

Создаются гимнастические системы. В основе их становления и развития лежали новые общественно-экономические отношения.

а) бурный рост промышленности формирование и развитие

- науки спорта, гимнастики и игр,

- техники,

- организации соревнований,

- развитие военного дела проведение массовых спортивных зрелищ.

б) поддержка всего, что приносит доход: в том числе азартные игры, пари, тотализатор → встречи профессиональных боксеров, борцов, фехтовальщиков, гребцов

в) борьба за рынки сырья и сбыта → возрастание роли армий → повышение требований к физической подготовке ее кадрового и резервного контингента

г) исследования врачей, гигиенистов, физиологов → научное доказательства необходимости физических упражнений, чистого воздуха и закаливания (гимнастика, спорт и игры - составная часть культурной жизни городов).

В основе - традиционные виды спорта (сохраняется социальная дифференциация).

Городская буржуазия и дворянство - верховая езда, фехтование, гольф, крокет, стрельба, охота.

Массы населения (крестьяне, ремесленники, рабочие и т.д.)- борьба, кулачный бой, фехтование, акробатика, бег (в зависимости от региона - лыжи и коньки), прыжки, метания, поднятие тяжестей.

Системы ФК и ФВ в разных странах различаются.

*Англия.*

Спорт как метод подготовки для войны в колониях и за колонии → часть учебной программы в колледжах и университетах. Развитие силы, выносливости, быстроты и ловкости. Формирование нравственных качеств - настойчивости, стремления к победе, чувство команды и т.д. Разработка системы соревнований, единых правил, создание спортивных клубов.

1775 г. I соревнования по гребному спорту студенческих команд университетов Оксфорда и Кембриджа.

1848 г. I легкоатлетический клуб в Лондоне.

1861 г. Объединение любителей легкой атлетики.

1863 г. Английская футбольная лига.

Популярны кегли, гольф, регби.

Навыки бокса считаются обязательными для джентльмена с I половины XVIII века.

*США.*

ФК и ФВ развиваются на основе и в традициях английского.

20-30-е гг. XIX века - введение в школах занятий по физическому воспитанию (под влиянием Песталоцци).

1860 г. в университете Амхерста открыта кафедра ФВ и гигиены, затем аналогичные в других университетах. Тогда же открыт колледж по подготовке преподавателей ФВ. Во всех колледжах и университетах регулярные занятия играми и спортом.

50-70-е гг. создание атлетических и игровых клубов, развитие любительского спорта. Появление деления на любителей и профессионалов.

Профессиональные соревнования как зрелища по бегу, прыжкам, подниманию тяжестей и боксу.

*Германия, Франция, Швеция и т.д.*

Не спорт и игры, а гимнастика, как основа подготовки к армии и воспитания молодежи.

В гимнастику входили: упражнения со снарядами и без них, бег, прыжки, борьба, катание на лыжах и коньках. В каждой стране создается своя система гимнастики.

*Немецкая система* складывается с конца XVIII века.

Создание школ-филантропин на основе сочетания умственного и физического воспитания (1774 г Дессау).

Г.Фит (1765-1836 гг.). "Опыт энциклопедии физического воспитания".

Упражнения на полу без снарядов, горизонтальных брусьях, перекладине.

Методика упражнений в верховой езде. Анализ физических упражнений с биомеханической точки зрения.

И.Х. Гутс-Мутс (1759-1839 гг.). "Гимнастика для сынов отечества", "Гимнастика для юношества". Разделение на гимнастику, игры и ручной труд. Бег, прыжки, метания, борьба, лазание, упражнения в равновесии, плавание, переноска тяжестей. Дифференциация упражнений на легкие и тяжелые, активные и пассивные. Индивидуальный подход, соревновательность, выработка нормативов для определения степени физического развития.

Широкое развитие гимнастики с XIX века. Раздробленность, наполеоновское нашествие и спорт как форма организации сопротивления. 1808 г. "Туген-бунд" ("Союз добродетели"), запрещен французами. 1810 г турнерское гимнастическое движение.

Ф.Ян (1778-1852 гг.) идеолог объединения "Немецкая народность", турнфатер, воспитание немецкого национализма и преданности королю.

Турнерское движение то запрещали, то поддерживали. 1860-62 гг. общегерманские праздники турнеров. 1868 г объединение турнферейнов в "Общегерманский гимнастический союз" ("Дойчетурнершафт"). Туризм и экскурсии, военно-игровые упражнения, развитие воли, физической силы и выносливости, воспитание дисциплины. Методика проведения занятий и классификация упражнений не имели научного обоснования, классифицированы по внешней форме движения, не разработаны вопросы физической нагрузки и дозировки, педагогического и врачебного контроля.

*Шведская система.*

Пер Линг (1776-1839) и Ялмар Линг.

1813 г. в Стокгольме гимнастический институт. Гимнастика рассчитана на детей и взрослых, цели - развивать силу и ловкость, укреплять здоровье и способствовать гармоническому развитию физических качеств.

В сочетании с занятиями спортом и играми воспитывала мужество, смелость и отвагу (подготовка к армии).

Систематизация и классификация упражнений:

1) педагогическая гимнастика - гармоническое развитие здоровых детей школьного возраста,

2) военная гимнастика - специально подобранные упражнения,

3) врачебная гимнастика - упражнения корректирующего характера и при лечении различных заболеваний,

4) эстетическая гимнастика - развитие совершенных форм человеческого тела и воспитание чувства прекрасного посредством пластических движений.

Стремление дать научное обоснование → классификация и построение занятий по анатомическому принципу, например:

- упражнения для ног,

- спины,

- рук,

- брюшного пресса,

- грудной клетки,

- равновесия,

- ходьба,

- бег,

- прыжки,

- дыхательные.

Если в немецкой гимнастике предпочтение упражнениям на брусьях и коне, то в шведской на стенке, скамье и бревне.

Недостатки: отсутствие индивидуального подхода, угловатость, прямолинейность и статичность упражнений.

Помимо гимнастики развитие лыжного и конькобежного спорта и борьбы.

*Французская гимнастика.*

Система складывается после наполеоновских войн с целью возрождения армии.

Франциско Аморос (1770 - 1848).

Последователь Песталоцци.

1817 г. частное гимнастическое заведение.

1820 г. государственная гимнастическая школа по подготовке офицеров-учителей гимнастики для армии и военных учебных заведений.

С 30-х годов государственная система наблюдения за физической подготовкой во всех гражданских и военных учебных заведениях Франции.

Основное внимание упражнениям, характерным для естественных движений тела (ходьба, бег, прыжки, метание, плавание, лазание, переползание, борьба). Значительное место уделялось нравственному воспитанию.

По-прежнему популярно фехтование, готовятся учителя и проводятся состязания.

С 60-х годов велосипедный спорт, гольф, крокет, лаун-теннис. Сохраняют популярность охота, стрельба из лука, пистолетов, ружей.

# Вопрос 5. На рубеже веков

В к. XIX - н. XX веков происходит дальнейшее развитие различных спортивных соревнований и матчей.

Значительное влияние на физическую культуру оказало развитие военного дела и сокращение сроков службы в армии до 4-6 лет, что потребовало улучшения физической подготовки регулярных частей, а также молодежи допризывного возраста → организация физического воспитания в школах, университетах и самодеятельных спортивных организациях.

Значительную роль в распространении гимнастики, спорта и игр сыграло общественное движение врачей и педагогов за улучшение физического развития молодежи → создание обществ, ассоциаций и союзов, ставивших своей задачей организацию площадок и залов для проведения занятий физическими упражнениями и играми.

Возникновение рабочего спортивно-гимнастического движения т.о. сохраняется социальная дифференциация физической культуры, но уже не сословная, а классовая.

Начиная со II половины XIX века в странах Европы все шире распространяется спортивно-игровой метод физического развития и воспитания молодежи.

*Франция.*

Пьер де Кубертен (1863-1937 гг.).

Введение спорта и игр в систему школьного образования.

Жорж Демени (1850-1917 гг.) сначала последователь, а затем критик шведской системы.

Считал:

1. Упражнения должны быть динамичными.

2. Посредством физических упражнений следует добиваться улучшения функциональных возможностей организма и его систем и научиться координировать свои движения.

3. Необходимо умение расслаблять те группы мышц, которые не участвуют в данный момент в работе.

4. Упражнения должны выполняться с соблюдением гигиенических условий, легко и непринужденно и одновременно воспитывать силу, ловкость, красоту и мужество.

*Чехия.*

Сокольская гимнастическая система основатель Мирослав Тырш (1832-1884 гг.)

Чешская гимнастическая организация "Сокол" создавалась с целью сплочения и объединения чешского народа для освободительной борьбы против иностранного владычества.

Сокольское движение способствовало возрождению и развитию чешской национальной культуры, пропагандировало освободительные идеи и поднимало национальный дух чешского народа. Пропагандировались идеи равенства внутри "Сокола" независимо от имущественного положения (обращение на "ты", "брат" и "сестра").

Методика сокольской гимнастики оригинальна особенно в организации и проведении занятий, массовых выступлений, в разработке терминологии, использовании снарядов, в подготовке общественных инструкторов.

Классификация физических упражнений:

1) снарядовые упражнения (перекладина, брусья, конь, кольца, булав**ы**, палки, мячи, флажки, гири, гантели),

2) упражнения без снарядов (приседания, стойки, наклоны, ходьба, бег, строевые упражнения),

3) групповые упражнения (пирамиды, массовые выступления, гимнастические игры),

4) боевые упражнения (борьба, фехтование, преодоление сопротивления).

Недостатки: лишена научного обоснования и строится по принципу внешней формы движения, мало учитывается влияние упражнений на функциональную деятельность организма.

*Англия.*

Скаутская система.

На рубеже веков создаются отряды скаутов ("разведчиков") - военно-спортивные молодежные организации детей и подростков до 17 лет. Сочетание военно-физической подготовки и идеологическое воздействие.

Умения "читать" следы, наблюдать за птицами и животными, управлять лодкой, охотиться, ловить рыбу (навыки выживания в природных условиях). Походы, экскурсии, занятия различными видами спорта, игры.

*США.*

1850 г. Союз христианской молодежи (цели аналогичны скаутским).

Занятия спортом, гимнастикой и играми с 1870 г. Заимствования из немецкой (упражнения на снарядах) и шведской (корригирующие упражнения) систем. Основное внимание спорту и играм. Единые программы по легкой атлетике, борьбе, боксу, бейсболу, футболу, волейболу, баскетболу, плаванию, гребле, парусному спорту. Система гимнастических и атлетических соревнований.

*Предпринимательские клубы*, организуемые хозяевами, дирекциями, правлениями на предприятиях. Простейшие площадки, залы, необходимый инвентарь.

*Рабочее спортивно-гимнастическое движение.*

Возникновение самостоятельных рабочих спортивных организаций как часть рабочего движения, непосредственно связано с ростом промышленного производства и концентрацией пролетариата на заводах и фабриках, созданием самостоятельных политических рабочих партий, ростом профсоюзов → политизированность, борьба между политическими течениями за влияние на рабочее спортивное движение.

1892-1893 гг. образование "Германского рабочего спортивного союза". В момент создания 9.000 человек, в 1908 г. - 124.000, в 1913 - 187.000.

В начале XX века рабочие спортивные организации созданы во Франции, Бельгии, Венгрии и других странах.

В 1913 г. в Генте (Бельгия) попытка создать международную организацию по руководству рабочим спортом.

Накануне I Мировой войны.

Задолго до начала военных действий принимаются меры к усилению боеспособности армий, улучшению военно-физической подготовки резервов.

*Германия.*

Гимнастические и спортивные организации в 1915 г. - 1.800.000 членов.

С 1911 г. требования программ и инструкций усилить идеологическую и физическую подготовку в милитаристском духе: военно-спортивные игры, форсированные марши, создание стрелковых и моторизованных клубов. В школах вводится военно-физическая подготовка (3 часа в неделю), ежедневная 10-минутная гимнастика и 30-минутная маршировка.

*Франция.*

Ж.Эбер (1875-1957 гг.) - новый метод физической подготовки, основанный на естественных движениях человеческого тела.

Подбор упражнений по ускоренной физической подготовке солдат: ходьба, бег, прыжки, метания, переползания, лазание, плавание, борьба, нападение и защита.

"Кодекс силы" для молодежи: нормы + правила гигиены + закаливание → преодоление усталости, развитие мускулатуры, выполнение естественных и прикладных упражнений, воспитание храбрости и мужества.

В подготовку солдат вводятся: владение винтовкой, шпагой, пистолетом, умение ездить верхом, править запряженной лошадью, управлять мотоциклом или автомобилем, грести на лодке и ставить парус, пользоваться топором, лопатой, ломом, пилой и молотком.

Клубы стрелкового спорта, фехтования, плавания, бокса, велосипедного, авто- и мотоспорта, аэроклубы > 500.000 членов. Военное ведомство предоставляет бесплатно помещения для занятий и плацы для маршировок.

*Англия и США.*

Стрелковые союзы и клубы, введение военной подготовки в школах.

В 1916 г. физическое воспитание в школах, колледжах и университетах США заменено военной подготовкой, приняты законы в отдельных штатах о физической подготовке молодежи.

# Вопрос 6. Возникновение международного спортивного движения

В конце XIX века возникают тенденции интернационального сотрудничества в различных областях экономической, культурной и научной деятельности. Эти тенденции находят выражение в организации всемирных выставок, конгрессов, международных объединений в том числе и спортивных.

Гимнастические методы все чаще заменяются спортивно-игровым методом, которому присущи движения, соответствующие более высокому темпу труда, военному делу и требующие более высокой точности и ловкости движений. Гимнастика же приобретает спортивную направленность. Приобретают популярность велосипедный спорт, мото-, авиа- и автоспорт, баскетбол, прыжки в воду, прыжки на лыжах с трамплина.

С конца XIX века в связи с тем, что стали проводиться не только национальные, но и международные соревнования, создаются международные спортивные федерации.

1881г. Европейский союз гимнастики.

1892г. Международная федерация академической гребли (ФИСА), Международный союз конькобежцев (ИСУ).

1897г. Международная федерация гимнастики (ФИЖ).

1900г. Международный союз велосипедистов (УСИ).

1904г. Международная федерация футбола (ФИФА).

1907г. Международный союз стрелкового спорта (УИТ).

1908г. Международная лига хоккея на льду (ЛИХГ), Международная любительская федерация плавания (ФИНА).

1912г. Международная легкоатлетическая федерация (ИААФ).

1913г. Международная федерация фехтования (ФИЕ).

Международное олимпийское движение.

Причины возрождения олимпийских игр:

1) разработка новых методов физического воспитания, поиск более совершенных методов и форм физического развития и воспитания молодежи

2) развитие спорта в международном масштабе, организация международных спортивных объединений, разработка единых правил, положений и регламентации спортивной жизни

3) археологические находки 1887г. на территории Древней Олимпии.

Выдающуюся роль в возрождении олимпийских игр сыграл Пьер де Кубертен (1863-1937гг) - противник милитаризма, религиозной и расовой дискриминации. Заложил организационные, теоретические и идейные принципы современного олимпийского движения.

1894г. Международный спортивный конгресс в Париже. 13 стран участниц и 21 страна поддержки. Решение о возрождении олимпийских игр и создании МОК, принята Олимпийская Хартия (устав), в которой определены: принципы и правила проведения игр, цель, задачи и функции МОК.

*I Олимпийские игры 1896г. Афины (Греция).*

285 человек из 13 стран (Греция - 200 человек).

Женщины не участвуют, 9 видов спорта: легкая атлетика, гимнастика, борьба, поднятие тяжестей, плавание, фехтование, стрельба, велосипед, лаун-теннис. Нет весовых категорий, в гимнастике отдельные снаряды. Рекорды: 100м - 12 сек, марафон 40км200м - 2 часа 58 мин 50 сек - Спирос Луис (Греция).

*II Олимпийские игры 1900г. Париж (Франция).*

1066 человек из 20 стран, растянуты на 3 месяца (самые продолжительные) одновременно Всемирная выставка в Париже.

+ академическая гребля, парусный спорт, водное поло, регби, футбол, верховая езда, стрельба из лука, лаун-теннис для женщин, бег на 200м, метание молота.

*III Олимпийские игры 1904г. Сент-Луис (США).*

496 человек из 11 стран (Европа - 53 человека)

+ бокс, вольная борьба, прыжки с вышки

Отдельные дни для темнокожих спортсменов

*IV Олимпийские игры 1908г. Лондон (Англия).*

2059 человек из 22 стран

+ хоккей на траве, метание копья, фигурное катание

Россия: Н.А.Панин-Коломенкин, фигурное катание, специальные фигуры - золото, Н.Орлов и А.Петров, борьба – серебро

*V Олимпийские игры 1912г. Стокгольм (Швеция).*

2541 человек из 28 стран

+ современное пятиборье, бег на 5.000 и 10.000 м, эстафеты 4\*100 и 4\*400 м.

По полной программе: Россия (169 человек, ни одной золотой медали), Дания, Швеция (больше всего медалей), Норвегия.

*VI Олимпийские игры 1916г. Берлин (Германия).*

Не состоялись

# Тема 3. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РОССИИ

# Введение

1. ФК и ФВ в России в средние века.

2. ФК и ФВ в России в XVIII в.

3. ФК, ФВ и спорт в XIX в.

4. ФК, ФВ и спорт в России на рубеже XIX-XX веков.

Особенностью российской цивилизации является затянувшийся до конца XVII в. период средневековья.

ФК и ФВ в России в период средневековья развиваются аналогично Западной Европе.

Особенности:

1) Сохранение ранних, характерных для первобытного общества форм:

а) физические упражнения и игры, прямо связанные с трудовой деятельностью и военным делом,

б) "игрища" как культовые обряды (Купала, Перун, Ярило, Велес),

в) игры - бабки, буй, взятие городка, чур, игры в мяч, лапта, состязания в борьбе, кулачном бою, беге, прыжках через костер, "медвежья борьба" с имитацией движений зверя.

2) Наличие системы военно-физической подготовки (былины о богатырях дают сведения об элементах).

3) Повсеместно распространен кулачный бой: одиночный (сам на сам) и групповой (стенка на стенку) по правилам: "Биться лицом к лицу, грудь с грудью", "В схватку не браться, подножек не ставить", "Лежачего не бить и на чужую сторону не переходить", "Заначку в рукавицу не класть".

4) На Севере особое распространение получили лыжи.

5) Специфическая казачья подготовка: стрельба, верховая езда, гребля.

6) Князья и княжеская дружина - целенаправленная физическая подготовка к войне → охота и ристания (состязания в стрельбе и верховой езде), ФВ носило организованный характер, хотя и не сложилось в такую стройную систему как в Западной Европе (отсутствие турниров и т.п.)

7) Православная церковь занимала строго отрицательную позицию по отношению к ФК и ФВ. (Крестьянские игры впрямую запрещала, военную тренировку терпела с большими оговорками) Физические упражнения и игры - греховны, "еллинское беснование", видит в них проявление язычества, добивается в 1648 г. запрета кулачных боев. ФВ в княжеской среде сохраняется как необходимое условие (замаливаемый грех).

8) Аналогичные процессы протекают у других народов на территории России и по мере расширения государства и контактов практикуются заимствования в разных сферах в том числе и в ФК.

Вопросы ФВ в медицинской и педагогической литературе.

*Авиценна (Ибн-Сина)* 980-1037 гг.

"Книга исцеления" и "Канон врачебной науки": необходимость строго режима, умеренности в еде и питье, чистоте тела и жилища и физических упражнений: длительная и умеренная ходьба, бег, плавание, стрельба, метания, прыжки.

*"Домострой"* XVI в.

Запрещает любые игры, включая шахматы, и развлечения, физические упражнения как отвлекающий от бога, т.к. цель воспитания - страх перед богом.

*Епифаний Славинецкий* XVII в.

"Гражданство обычаев детских" - противопоставление "Домострою".

Необходимость ФВ, деление игр на "пригодные": игры в мяч, бег, прыжки и "непригодные": игры в кости и карты т.к.развивают лукавство и тщеславие, так же непригодны купания, единоборства, лазанье, танцы.

# Вопрос 1. Осуществление модернизации и переход к новой системе

Реформы, связанные с организацией и обучением в армии, просвещением и развитием наук, оказали влияние и на развитие ФК. Впервые в учебных заведениях было введено ФВ в качестве самостоятельного предмета. Наряду с системой ФВ господствующего класса развивается и ранее сложившаяся самобытная система ФВ трудового народа.

Народная ФК.

Плавание, кулачный бой, катание на санях и лыжах, борьба, игры в мяч, свайку, бабки и городки.

Кулачные бои в XVIII веке носят более организованный характер, складываются определенные правила. С 1726 государственная регламентация.

Для катания строятся специальные горы.

В Тверской и Новгородской губерниях распространены игры в ножной мяч.

На Кавказе и Средней Азии – распространены верховая езда, стрельба из лука, национальная борьба.

Сохраняется специфическая казачья подготовка - верховая езда, джигитовка, стрельба, борьба.

Дворянская ФК.

Начиная с Петра I в школах и училищах ФВ прикладного характера.

Навигацкая школа (1701г) - парусный и гребной спорт, плавание, фехтование.

Частная гимназия Глюка (1703 г) - верховая езда, фехтование.

Морская Академия (1715 г) - фехтование, плавание, парусный и гребной спорт.

Требования к дворянину включали умения: верховой езды, фехтования и танцев → основные средства ФВ в учебных заведениях: фехтование (рапиры, эспадроны) и танцы.

Издается специальная литература и открываются школы фехтования.

В конце XVIII века приобретают популярность стрельба, плавание.

Кроме этого в быту у дворян охота, игры в мяч и шашки.

Система военно-физической подготовки русской армии.

С введением регулярной армии и флота формируется система ФВ.

Упражнения на развитие силы, выносливости, быстроты, смелости, решительности, умения быстро выполнять приемы стрельбы и штыкового боя, совершать длительные марши, преодолевать водные и другие препятствия.

Основная форма: занятия в лагерях и двусторонние учения, муштр**а** и строевая подготовка.

*Система А.В.Суворова:* основные средства физической тренировки - бег, прыжки, лазанье, переноска предметов и т.д.(Проверкой системы стал Итальянский поход - пеший марш в зной с полной выкладкой 80 км за 36 часов).

Флот: бег по корабельным снастям (вантам и реям), гребля, плавание, парусное дело.

Теоретики:

*В.Н.Татищев (1686-1775).*

Классификация наук на нужные, полезные, щегольские, любопытные и вредительские. Нужные: домоводство, медицина, законоучение, фехтование и стрельба из пистолетов.

*И.И.Бецкий (1704-1795).*

Требование закаливания, соблюдения правил гигиены, "забавы", способствующие физическому развитию детей, учет возрастных особенностей в процессе воспитания.

*Н.И.Новиков (1774-1818).*

ФВ как часть общего воспитания. Важнейшие средства ФВ: подвижные игры, особенно с мячом, борьба, ходьба, умеренный бег, соблюдение режима питания и отдыха, активное применение физических упражнений наряду с разъяснением их пользы, русские народные танцы.

*А.Н.Радищев (1749-1802).*

Требование всестороннего развития человека: сочетание умственного, физического и нравственного воспитания. ФВ: труд, игры, бег, метания, прыжки, верховая езда, стрельба, закаливание, выполнение правил гигиены, избегать излишеств в питании.

# Вопрос 2. XIX век

В I половине XIX века продолжались процессы развития ФК и ФВ, заложенные в XVIII веке.

Сохранялась сословная дифференциация.

Народные массы.

Сохраняются традиционные формы и содержание ФВ.

В дворянском ФВ преобладали:

- фехтование - выход учебных пособий 1843 и 1852 гг. - изложение техники и тактики фехтования, разработка и обоснование методики обучения:

- стрельба из пистолетов,

- верховая езда,

- плавание - 1827г школа плавания,

- гребля и парусный спорт - 1846г в СПб открытие яхт-клуба,

- охота,

- игры в мяч,

- шашки и шахматы,

- танцы.

В армии:

- фехтование - с 1830г введено в кадетских корпусах,

- с 1838 г. введено в гвардейских полках,

- гимнастика - обязательна во всей армии, 1850г "Правила для обучения войск гимнастике".

II половина XIX века стала в России эпохой модернизации и реформ, затронувших и ФК и ФВ.

В крупных промышленных центрах России наибольшее развитие получили бокс, борьба, плавание, лыжный, конькобежный, парусный, гребной и велосипедный спорт.

Новые клубы и кружки были более демократичными, чем появившиеся в I половине XIX века.

1860г - Петербургский речной яхт-клуб.

1860г - первая гребная гонка на Неве.

1867г - Московский речной яхт-клуб.

1886г - Свешников выиграл международные гонки на Темзе.

1890г - "Интернациональный приз" в Петербурге, победил Свешников.

1898г - образование Всероссийского союза гребных и парусных обществ и клубов.

1860г - С.-Петербург, лаун-теннисный кружок "Нева".

1868г - С.-Петербургский теннисный и крикетный клуб, теннисные клубы в Москве, Киеве, Одессе, Ростове-на-Дону, Воронеже, Саратове, Н.Новгороде, Таганроге и т.д.

1853-60гг - Петербургский шахматный клуб, в1862г - возрождение, но использовался для политической деятельности и был закрыт.

1870-е гг. - усиленное развитие шахмат.

1899г - в Москве Всероссийский шахматный турнир, победитель М.И. Чигорин.

1885г - Петербургский кружок тяжелой атлетики, (доктор Краевский).

1896г - тяжелоатлетическое общ-во "Геркулес", клуб "Санитас" (Лебедев), атлетические кружки и платные школы.

1897г - Всероссийский чемпионат по борьбе и поднятию тяжестей.

1889г - "Петербургский кружок любителей спорта" (Москвин) - легкая атлетика, футбол, плавание и др.виды спорта.

1897г - I официальные соревнования по легкой атлетике: бег, прыжки в длину и с шестом, толкание ядра, метания копья и диска, бег с препятствиями.

с 1895г - регулярные футбольные матчи.

1901г - Петербургская футбольная лига.

1883г - I соревнования велосипедистов, строительство велотреков (в Москве использовался Манеж).

1864г - Петербург, клуб конькобежцев.

с 1881г - соревнования по конькобежному спорту и фигурному катанию.

1851г - Петербург "Императорский фехтовальный зал".

1860г - I соревнования на звание чемпиона России (эспадроны и рапиры).

1863г - Петербургское гимнастическое общество "Пальма".

1868г - Московское гимнастическое общество - турнерская система.

1883г - Москва "Русское гимнастическое общество" шведская и сокольская система.

1885г - Первое соревнование по гимнастике.

ФВ в школах.

Осуществление школьной реформы привело к пересмотру и системы ФВ.

Гимнастика и игры в гражданских учебных заведениях либо не предусматривались, либо считались необязательными.

1889г - "Инструкция и программа преподавания гимнастики в мужских учебных заведениях" - определялись задачи ФВ, методика обучения, давался перечень физических упражнений. Гимнастику дополняли подвижные игры. К преподаванию привлекались офицеры и унтер-офицеры, т.к. физическая подготовка в армии имела б**о**льшие традиции и была лучше развита.

В женских учебных заведениях - танцы (обязательный предмет)

Система военно-физической подготовки.

Поражение в Крымской войне и военные реформы 1860-70-х годов имели большое и в целом прогрессивное значение для постановки боевой и физической подготовки войск.

1859г - "Правила для обучения гимнастике в войсках" – определена цель гимнастики: развитие у солдат физических и волевых качеств, приобретение навыков. Включают: бег, прыжки в высоту и в длину, с шестом, упражнения в равновесии на бревне, лазание по лестнице, шесту, канату, упражнения на коне и брусьях.

- "Правила для обучения употребления в бою штыка".

Т.о. гимнастика и штыковой бой стали основными дисциплинами обучения в армии.

1879г - "Наставление для обучения войск гимнастике"

Оборудование гимнастических площадок и полосы препятствий

Открытие учебно-гимнастических курсов для офицеров и унтер-офицеров.

Ведущую роль в формировании системы сыграли:

*П.Ф. Лесгафт (1837-1909).*

Разработал программу ФВ для военных гимназий и кадетских корпусов, готовивших офицерские кадры. Обосновал необходимость подбора упражнений в зависимости от профессии солдат и необходимость специальной физической подготовки войск. Классификация упражнений на общие, подготовительные и специально применяемые к военным занятиям. В физическую подготовку войск включал бег, прыжки, метания, борьбу, игры, упражнения на снарядах, плавание.

*Генерал А.Д. Бутовский (1838-1917).*

Разработка документов и программ по физической подготовке. Руководил курсами офицеров-воспитателей. Преподавал историю, теорию и методику физических упражнений. Делил упражнения на общеразвивающие и прикладные.

*Генерал М.И.Драгомиров (1830-1905).*

Рассматривал физическую подготовку как средство воспитания у солдат необходимых физических и морально-волевых качеств, различия в физической подготовке у пехотинцев, кавалеристов и артиллеристов.

Гимнастика: бег, ходьба, прыжки, лазание, преодоление препятствий, штыковой бой. В штыковом бою использование подвижных чучел.

Разработал тренировочную полосу по преодолению препятствий. Для кавалеристов - вольтижировка, гимнастика, упражнения с препятствиями и холодным оружием.

Развитие научно-теоретических основ ФВ.

Во II половине XIX века вопросы воспитания в том числе и физического стояли очень остро и были предметом ожесточенных споров либералов, консерваторов и демократов (революционеров).

*Н.Г.Чернышевский (1828-1889).*

Цель воспитания - гармоническое развитие человека. ФВ его составная часть, против искусственных средств и методов. Средства ФВ - бег, гребля, плавание, прыжки, метания, лазанье, катание на коньках и санях } полезны как для детей так и для взрослых. Особое значение вопросам гигиены.

*Н.А.Добролюбов (1836-1861).*

ФВ в единстве с умственным и нравственным. "Нельзя назвать совершенно здоровым такой организм, в котором какая-нибудь сторона развивается в ущерб другой". Основные средства ФВ: народные игры и физические упражнения, которые наиболее эффективны при выработке трудовых и военных навыков. Выступал противником повсеместного и чрезмерного увлечения немецкой гимнастикой, противопоставляя ей народные виды физических упражнений в том числе и народов России (Киргизия, Башкирия).

*Е.А.Покровский (1834-1895)* детский врач, редактор журнала"Вестник воспитания".

"Физическое воспитание детей у разных народов, преимущественно России" (1884г) очень подробно описал быт русского народа, его игры и методы закаливания. В ФВ отдавал предпочтение народным играм, которые способствуют укреплению организма ребенка и воспитывают у него самостоятельность. Рекомендовал занятия греблей, плаванием, лыжным спортом. К гимнастике относился отрицательно, считая, что гимнастические упражнения не оказывают такого широкого воздействия на организм детей как игры.

*Е.М. Дементьев (1850-1918)* санитарный врач.

"Гимнастика или игры", "ФВ юношества в отношении к современной системе школьного воспитания".

Противник чрезмерного увлечения и насаждения немецкой и шведской гимнастик, пропагандировал широкое использование в практике ФВ детей народных игр и естественных упражнений. Опубликовал сборник игр, который способствовал развитию в России футбола, тенниса и хоккея. Солидарен с Покровским в отрицании гимнастики.

*П.Ф. Лесгафт.*

Разработка основ теории развития человеческого организма, влияния естественной гимнастики на организм. 2 года изучал ФВ в Европе. Критиковал немецкую и шведскую системы за не научность и считал их вредными для школы.

Создал свою систему ФВ:

а) ФВ как составная часть гармонического развития,

б) строгий учет возрастных и половых особенностей,

в) основное средство - естественные упражнения: бег, прыжки, метания, борьба, игры, экскурсии и простые гимнастические упражнения,

г) избегать показа физических упражнений, чтобы заставить тем самым учащихся анализировать свои движения, сравнивать и различать их между собой,

д) процесс физического образования состоит из этапов обучения, физические упражнения используются в соответствии с задачами обучения и учетом возрастных особенностей детей,

е) подготовка специалистов.

Воплощение:

1883г - "Санкт-Петербургское общество содействия физическому развитию учащейся молодежи" (экскурсии, прогулки, игры для детей).

1896г - Временные курсы для подготовления руководительниц физических упражнений и игр.

1905г - Высшая вольная школа по подготовке педагогов по физическому воспитанию.