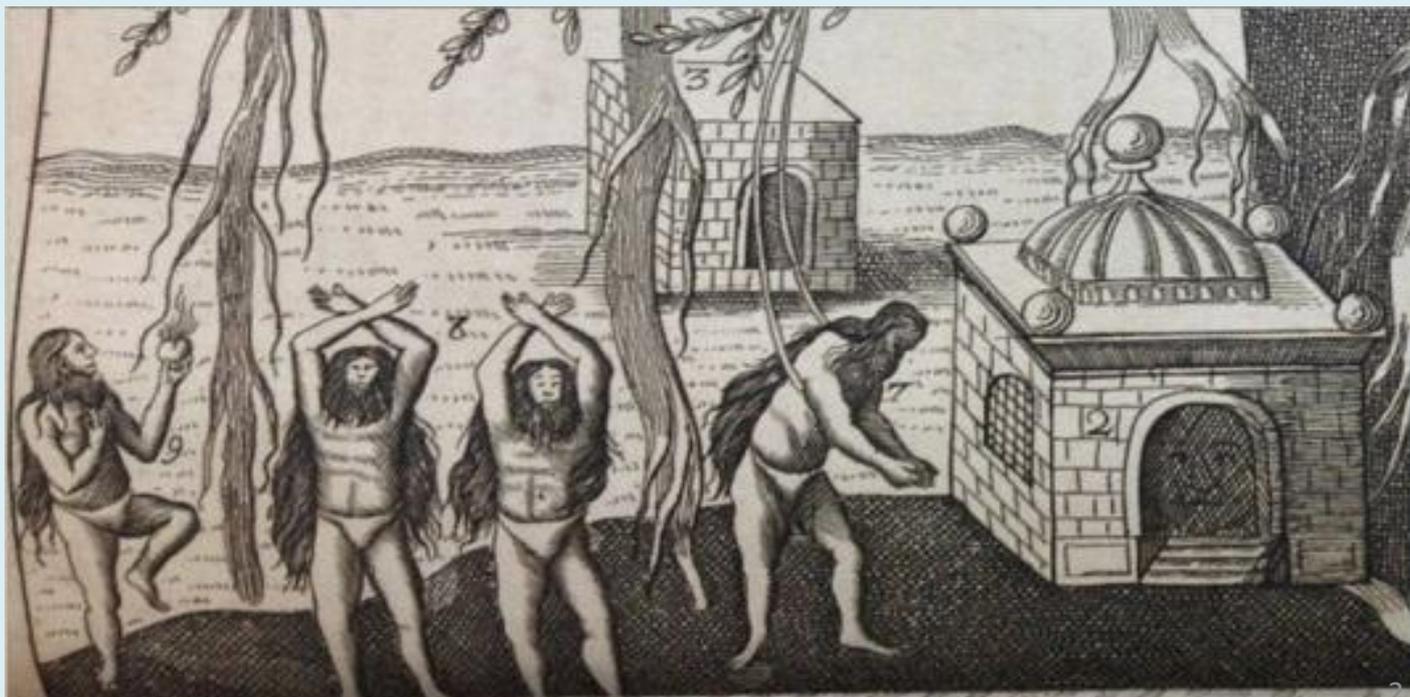
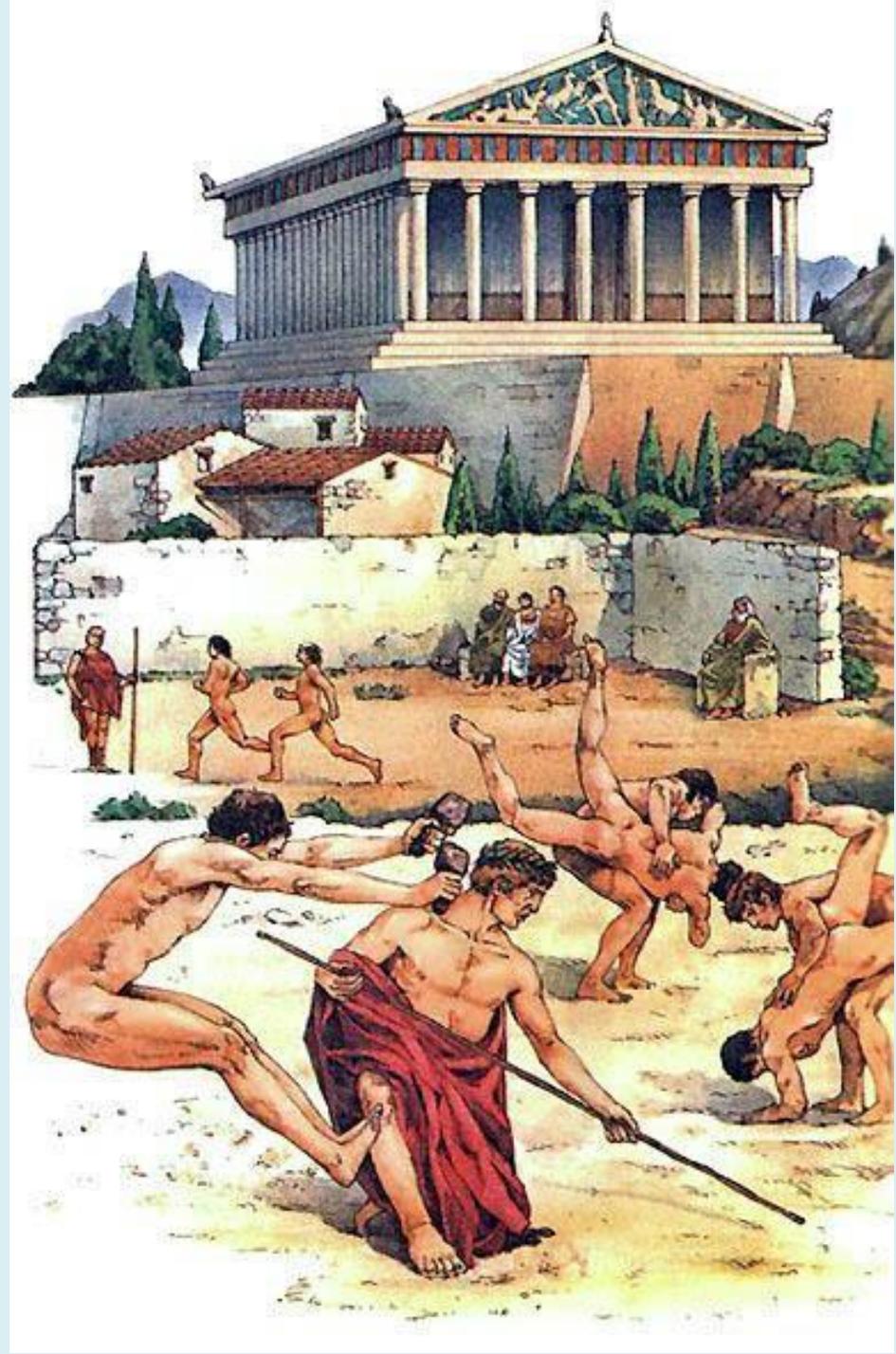


*История возникновения  
и развития физической  
культуры.*

*Ростки физической культуры в виде примитивных игр и физических упражнений относятся к глубокой древности. Физические упражнения древнего человека входили в магический церемониал, обрядовые танцы, посвящения, игры. Чаще всего эти упражнения иллюстрировали трудовые, военные, бытовые и иные действия.*



В период рабовладельческого общества наибольшую известность получила физическая культура в Древней Греции (в городах-полисах Афинах и Спарте) и в Древнем Риме.



# Физическая культура Древней Греции.

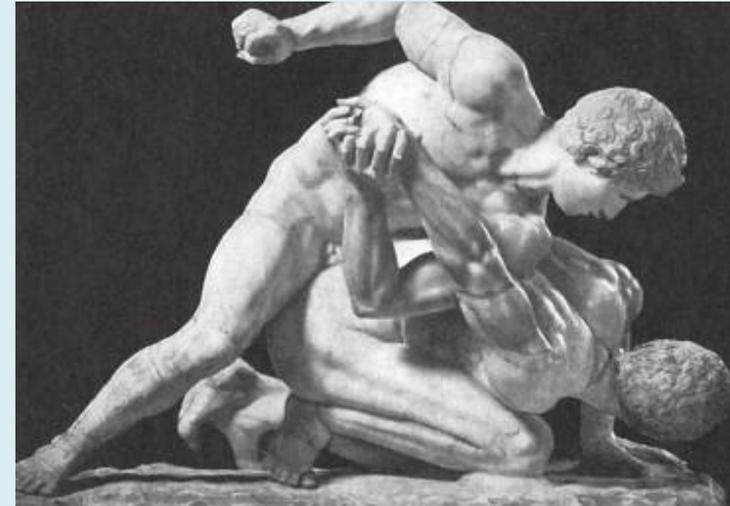


# Гимнастика в Древней Греции.

Телесные упражнения (гимнастика) были для греков уже в глубокой древности национальным элементом культуры, проникавшим во всю их жизнь. И были установлены законом.



- Телесные упражнения, преподаваемые в Древней Греции назывались гимнастикой. Гимнаст-значит «голый», а гимнастика –та работа, которую человек выполняет голым.
- Юношей заставляли раздеваться перед многолюдной толпой для того, чтобы они привыкли заботиться о своем благообразии и не стыдились показываться голыми.
- Гимнастика делилась на два больших отдела – палестрику и архестрику.



# Палестрика

В палестрику (от греческого «поле» – борьба, состязание) входили упражнения, образующие предмет состязания. Эти упражнения назывались Пентатлон (пятиборье).

В состав пентатлона входили: бег, прыжок, метание, метание диска, метание копья и борьба.

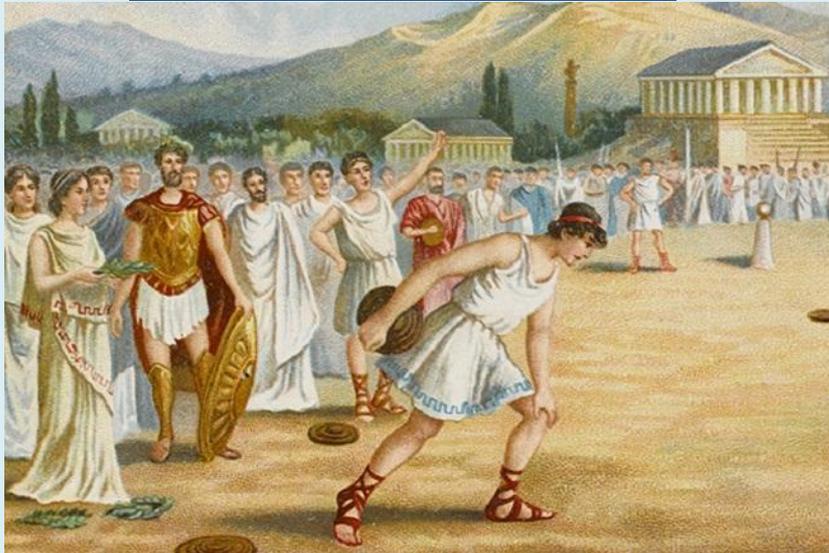
# Бег



# Метание

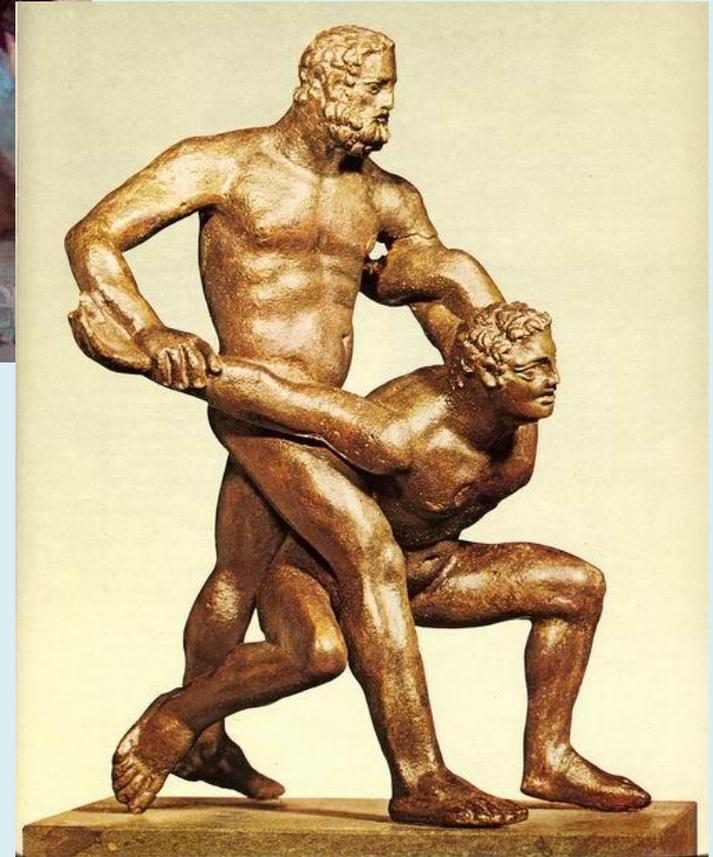


Метание диска



Метание копья

# Борьба



# Архестрика

Главное содержание составляли ритмические движения в форме танца. А так же обширный класс упражнений – сферистика (разнообразные игры в мяч для всех возрастов).



# Физическая культура в Древнем Риме.

- Физическая культура была ориентирована на решение двух задач : укрепление здоровья и военную подготовку.
- Большое распространение получили игры в мяч, в которые римляне играли на открытом воздухе, при банях, в собственных домах у самой «купальни». Игра в мяч всегда предшествовала купанию.
- Необычное развитие получили в Древнем Риме различного рода представления в амфитеатрах и цирках-захватывающие зрелища смертельной борьбы людей с людьми и людей с дикими зверями. Действующими лицами в этих зрелищах были профессиональные атлеты, гладиаторы, рабы и приговоренные к смерти преступники.

# Физическое воспитание в период феодализма.

Физическое воспитание не носило уже выраженного национального характера, как в древности. Это воспитание сословное, почти кастовое. Оно зависело от принадлежности к определенному классу общества. Это духовно-схоластическое воспитание, воспитание в рыцарской среде, воспитание в городской общине.



# Воспитание в рыцарской среде



# Духовно-схоластическое воспитание



# Воспитание в городской общине.



Начиная с XIV века  
развивается  
фехтовальное  
искусство.



# Физическое воспитание в эпоху Возрождения.

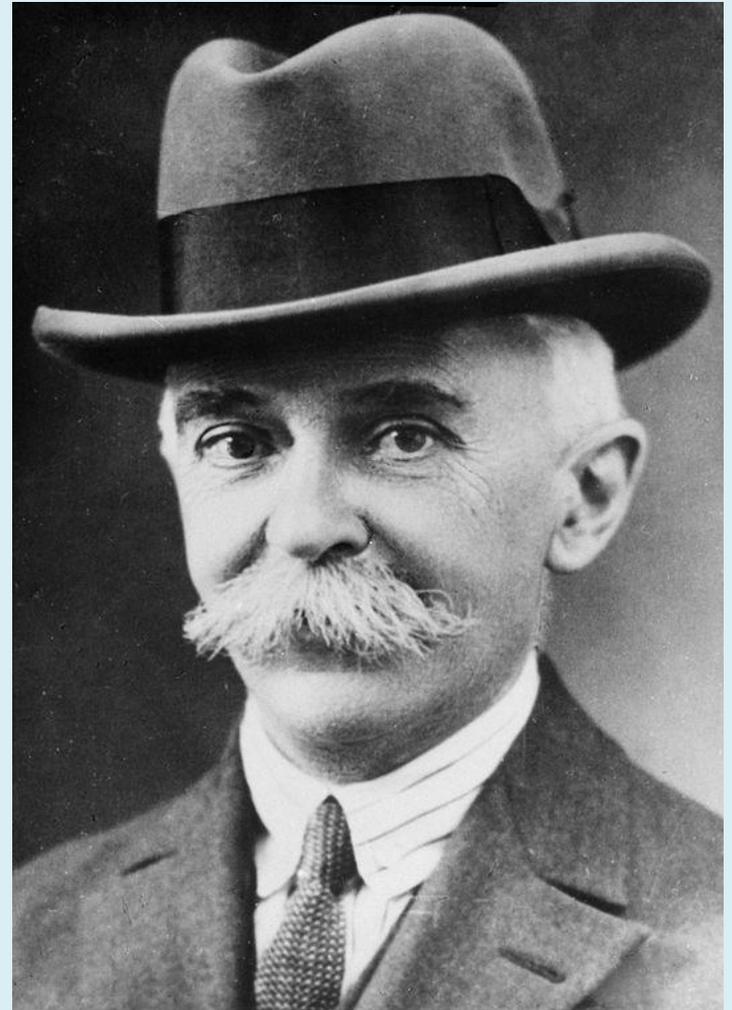
Только в конце XVIII века под влиянием идей Ж.-Ж. Руссо в школьной практике впервые появляется система телесных упражнений – гимнастика. Но новая система имела мало общего с древнегреческой гимнастикой.

Можно выделить несколько направлений: шведское, немецкое, чешское.

Так же большое распространение получило спортивное направление.

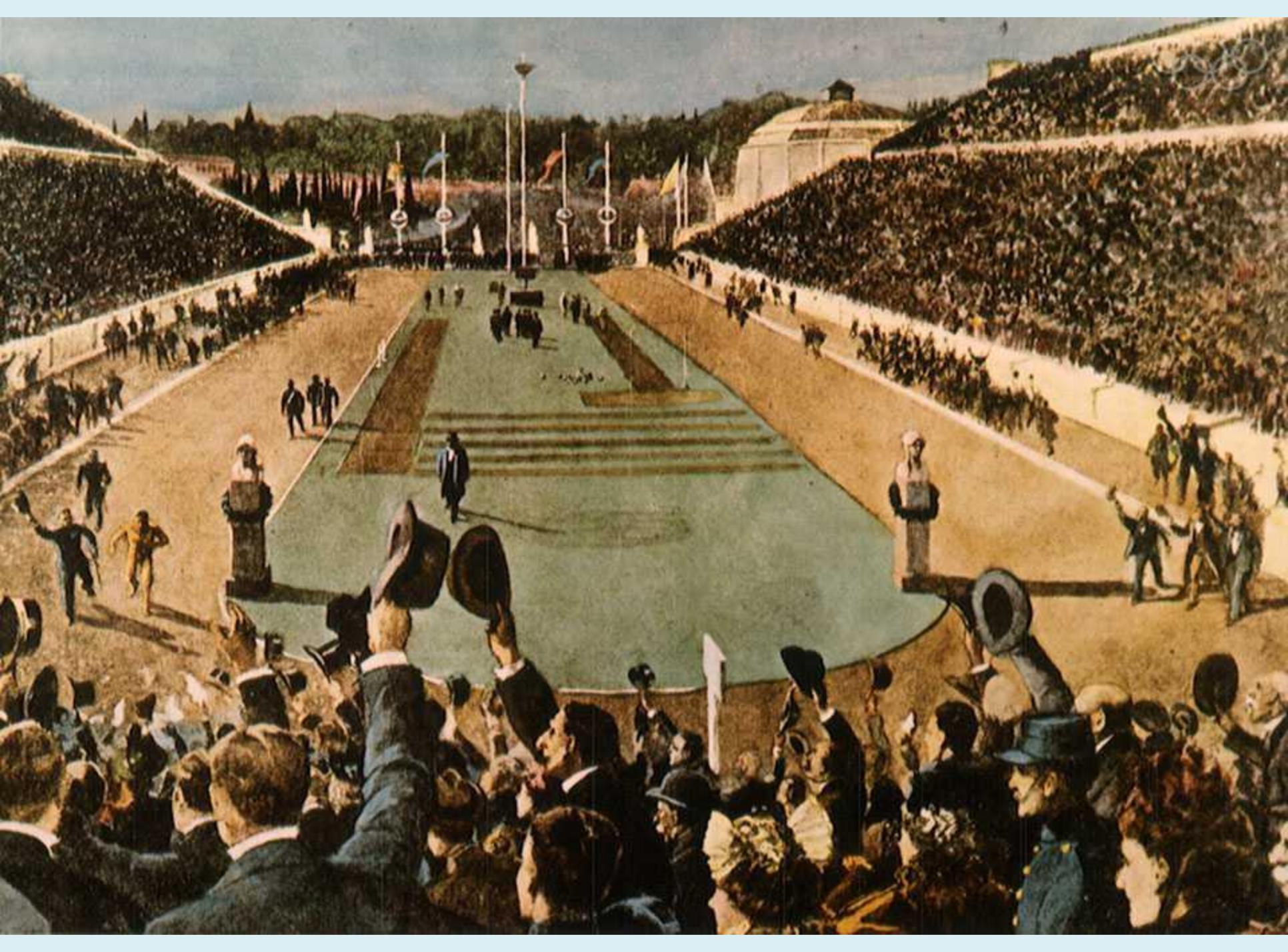
*Много труда и времени затратили последующие поколения , чтобы после 1500-летнего забвения вернуть Олимпийские игры.*

*Барон Пьер де Кубертен  
возродил Олимпийские  
игры в 1896 г.*



*Первые современные Олимпийские игры на земле Эллады состоялись в 1896 году, на них собралось 245 спортсменов из 14 стран. С тех пор Олимпийские игры проходят регулярно один раз в четыре года. Исключения были в 1916, 1940, 1944 годах.*

*Первые зимние Олимпийские игры были проведены в 1924 году во французском городе Шамони. До 1992 года они проходили в один год с летними, а с 1994 года проходят в разные годы.*



*Международное спортивное и олимпийское движение расширяется с каждым годом. Сегодня членами МОК являются более 200 стран и в мире насчитывается свыше 200 международных спортивных объединений. Среди них Международные федерации по всем основным видам спорта, входящим в программу Олимпийских игр, и многие другие.*

