

Содержание.

Введение	3
1. История становления системы физического воспитания	4
2. Развитие физической культуры в России	11
Заключение	25
Библиографический список	26

Введение.

В ходе исторического процесса люди обратили внимание на то, что подвижный образ жизни, проявление физических усилий, многократные повторения тех или иных физических действий делает человека более сильным, ловким, выносливым, работоспособным, т.е. более успешным в жизни.

Это привело к осознанному пониманию явления **упражняемости** (повторяемости действий). Человек начал имитировать необходимые в трудовой деятельности движения вне реального трудового процесса – например, бросать дротик в изображение животного. В этом случае трудовые действия, применяемые вне реального трудового процесса, превратились в физические упражнения.

Понимание пользы процесса занятий физическими упражнениями привело к ...
возникновению первых форм организованного физического воспитания

Система физического воспитания — это обусловленный исторически тип социальной практики физического воспитания, который включает в себя мировоззренческие, теоретико-методические, организационные и программно-нормативные основы, которые обеспечивают физическое самосовершенствование людей и оказывают положительное влияние на формирование здорового образа жизни.

1. История становления системы физического воспитания.

Хотя игровые и юношеские виды спорта и физические упражнения и были стихийными всплесками энергии юности, но греки первыми свели их в систему физического воспитания. Следы спортивных занятий можно найти у древних египтян, евреев и многих других азиатских народов. Однако «мы должны отправиться на маленький, но священный кусочек земли, чтобы отыскать ростки всей нашей науки, искусства и поэзии». Ибо «именно в Греции культура спорта впервые получила то систематическое внимание, которое возвело ее в истинный ряд свободных видов творчества».

В ранний период греки в южной Европе и Малой Азии осознали, что с развитием цивилизации и цивилизованного образа жизни утрачиваемые возможности для физических упражнений, которые Природа так щедро предоставляет своим детям в их повседневной дикой жизни, должны смениться системой регулярных физических упражнений и физического воспитания. Человек по своей конструкции не создан для вялой, безвольной деятельности или безделья, сидячего, расслабленного стиля существования. С точки зрения греков древности, тренировка тела имела первенствующее значение (как логически, так и исторически, хронологически). Поэтому они и ввели в общую систему обучения и просвещения в качестве первоочередной физическую тренировку и поддерживали ее в первую очередь. В одном из первых изданий «Британской Энциклопедии» говорится: «Греки уделяли физическому воспитанию юношей больше времени, чем всем другим дисциплинам, вместе взятым».

Греческое воспитание состояло из двух частей, которые образовывали цельный системный подход как для юношества, так и для

зрелого возраста: а) физические занятия для тела, б) музыка для разума и духа. Музыка относилась к культуре ума и охватывала все виды свободного творчества и науки, все пять муз, такие, как история, поэзия, красноречие, философия, математика и искусство, включавшее архитектуру, ваяние и живопись.

Гимнастика касалась телесного воспитания, а гимназиум был школой, и не один греческий город имел по одной и нескольку таких школ. Они располагались в окрестностях городов или в самых красивых и здоровых их частях, занимая до десяти и более акров территории, где помимо зданий находились часто и рощицы для занятий философией, площадки для физических упражнений на открытом воздухе в хорошую погоду. Часто эти места украшали искусно сделанные прогулочные дорожки, сады и разного рода места для отдыха, а также для теплых и холодных ванн, для занятий боксом, борьбой, играми в мяч, бега, раздевалки, трибуны для зрителей. В помещениях имелись комнаты для лекций по философии, частных уроков, для принятия ванн, смазывания тела маслами, осыпания тела песком и т. д. Во главе гимназиума - школы стоял так называемый «гимназиарх», который надзирал не только над самой школой, но и ее учениками, учителями, самими лекциями. Он наблюдал за соблюдением законов и правил и увольнял любого педагога, которого считал недостойным занимать это высокое положение. Нанимались воспитатели, одни для проведения физических занятий, другие — для их адаптации к разным возрастам и потребностям юношества, их разъяснения. Академия Платона и Лицей Аристотеля — оба были такими учреждениями, где патриции Афин проводили свое свободное время и часто присоединялись к занятиям спортсменов.

Греки считали, что некоторые из богов были покровителями гимназиумов. Сами греческие государства одобряли и поддерживали

занятия спортом. Солон ввел в свой кодекс специальную серию законов в защиту спортивных занятий. Ликург предоставил бесплатные спортивные школы для серьезной тренировки лиц обоего пола. Но всей Греции спортивное искусство пользовалось самым большим уважением, оно освящалось религией, литературой, домом. Законы Ликурга предупреждали родителей против выдачи дочерей замуж прежде, чем те не достигнут определенной степени умения в ряде видов физических упражнений, которые, похоже, были менее красивыми и менее популярными, нежели те, которые сегодня мы называем гимнастикой.

Греция не была однородной страной, и системы физического воспитания в разных ее частях были различными. В Спарте главная цель такого воспитания состояла в подготовке воинов. Там особенно ценили сильных и храбрых мужчин, умевших воевать. В своем описании греческого воспитания доктор Гроут пишет о спартанцах: «С раннего, семилетнего возраста спартанские мужчины жили открыто, занимаясь всю жизнь физической и военной подготовкой. Или были критичными зрителями таких же, как они сами».

В Римской империи начального периода гимнастика, или культура тела, как и в Спарте, рассматривалась как «более важная цель обучения, нежели изучение литературы и науки». Эта гимнастика носила жесткий характер и имела главным предназначением дисциплинирование рекрутов, а также удовлетворение потребностей определенных видов спортивных игр типа «консуалий». Римские императоры импортировали греческие спортивные игры, как и греческие идеалы. Говорят, первый гимназиум в Риме был построен Мироном. Но, к сожалению, греческая спортивная система там так и не была полностью натурализована и воспринималась учеными-схоластами и знатью как некоторая временная цель. Это искусство казалось им достаточно экзотично и потому быстро

деградировало, превратившись в Риме в жестокие кулачные бои и гладиаторство, и, в конце концов, исчезло вместе с исчезновением самой Римской империи.

Однако там физическое воспитание погибло не столько даже вследствие гибели империи, сколько из-за появления в это время антинатуралистических догм Востока, которым удалось овладеть европейским мировоззрением. И действительно, упадок физического воспитания там начался еще до падения Римской империи. Так, святой Павел объявил, что «телесные упражнения не приносят никакой пользы». И в 394 году н. э. Олимпийские игры были запрещены указом христианского императора. Новый порядок, писал доктор Ф. Освальд, проповедовал, что спорт и другие развлечения на свежем воздухе являются вредными, что «плоть надо умерщвлять, бунтарский дух укрощать, дабы делать его угодным Богу», что «все земные радости тщетны, ибо вся земля — это юдоль слез», и что «наш настоящий дом» — это небеса еврейского фанатика.

На протяжении нескольких столетий господства догм антинатурализма не только игнорировали телесные потребности бедных монастырских учеников, но и злонамеренно унижали их. Мрачное тоскливое монастырское рабство было перенесено на управление всеми образовательными и воспитательными учреждениями, чье влияние стало главной причиной физической деградации людей. И поверхностность наших нынешних реформаторских мер доказывает, что мы все еще не осознали корней этого зла. «История науки, — пишет Освальд, — это история дня с ярким утром и солнечным вечером, но прерванная в полуденный час полным затмением здравого смысла и разума. Те, кто внедрял веру в возможность колдовства и дьявольского обладания, отвечают за мучения трех миллионов людей, заживо сгоревших в пламени

инквизиторских костров. Догма тотального антинатурализма водила рукой, направлявшей кинжалы в сердца общественных, политических и научных реформаторов. И ужаснейшим из пороков, сделавшим правление «чудотворцев самым несчастным временем всей земной истории, было, в конечном итоге, полное пренебрежение физическим воспитанием человека — логический финал их антинатуралистического безумия»

Мы все еще продолжаем очень сильно страдать от ненужных беспокойств и утрачиваем многие естественные радости жизни из-за ложной жизненной философии, совершаем множество ошибок, теряем в своем развитии, продиктованном естественной жизнью - и все из-за того, что запуганы антинатуралистами, стоящими «выше» Природы, боимся применить собственный разум и суждение. Когда мы принимаем заклинания «святых отцов», что «пути Господни скрыты и неисповедимы», и что не дано людям с «конечным разумом» постичь творения Бесконечного, мы тем самым закрываем «окна» нашего Разума и отключаем Свет. Так мы вместе с этим получаем стандарт мышления дикаря, жившего тысячи лет назад.

Трус, боящийся думать, не осмеливающийся мыслить ради самого себя и судить ради самого себя, жить собственными суждениями, что правильно и что нет, проявляя личную смелость, и фанатик, делающий из такого труса жалкого пресмыкающегося раба обветшалых догм, говорят: «Возможно, вы правы. А, возможно, и нет. Если правы вы, я в безопасности, как и вы. Но если прав я, чем тогда становитесь вы?» Возможность будущего пребывания в аду так пугает этих фанатов и трусов, что они кладут здоровье и счастье теперешнего бытия в качестве жертвы на алтарь устаревших догм и верований.

Вместо того, чтобы раболепствовать перед тираническим, диким и капризным божеством, мы должны научиться стоять прямо перед Вселенной, которая вся прекрасна и вся упорядочена. Мы должны осознать, что мы — часть этого великолепного космического пространства, красота которого восхищает нас днем и видение движущихся миров которого волнует нас ночью. Мы должны понять, что являемся частичкой красоты и совершенства природы, а не «ползающими во прахе червями», мы должны учиться любить и уважать себя, ибо только тогда мы в состоянии создать наилучшие условия нашего роста, развития, культуры и счастья.

После того, как Ренессанс и тевтонская (немецкая) Реформация прорвали завесу «над натурализмом», история науки стала историей триумфального прогресса. Белые нации пробудились до осознания того, что этот наш мир управляется не кучкой капризных призраков-фантомов, а строгими законами. Все больше и больше до нашего сознания доходило, что познание и применение этих законов и есть настоящий путь к полному знанию и счастью, кои мы в состоянии обрести. «Мы нашли, — писал Освальд, — что солнце Природы взрастит больше истины за год, чем свет мистики за столетие. Ветви науки, завядшие в корне, вновь дали листья и цветы и начинают приносить обильные плоды».

Физическое воспитание в нашей жизни не получило такого распространения, которое должно было бы иметь. Но, по крайней мере, его важность уже признают, хотя медленно, но ему стали уделять то место, которое оно заслуживает. Были возрождены Олимпийские игры и спортсмены-герои вновь привлекают общественное внимание. В систему нашего образования медленно, но включается и физическое воспитание. Даже школы с вероисповеданиями не полностью игнорируют его — Бог снова признал потребности тела, которое Он сотворил. После нескольких

сонных веков средневековья утраченное было искусство физических упражнений вновь стало возрождаться во времена Рыцарства. В этот период принцы, аристократы, поэты, художники увлекались фехтованием, борьбой, боксом, танцами, верховой ездой. Эти занятия были спортом праздных слоев общества, а не частью всеобщей системы образования.

Но после эпохи Рыцарства в XVI—XVIII веках физические упражнения начали исчезать, некоторые из них становились вовсе устарелыми. В мемуарах авторов того времени оставались упоминания лишь о фехтовании да кулачных боях. В этот период некоторые просветители пытались включить теоретические основы физической культуры в общую программу образования. В 1651 году известный ученый Дж. Скалиджер опубликовал в Лионе книгу «Искусство физических упражнений». Через четыре года Леонард Фуч из Тюбингена выпустил книгу «Движение и отдых». Спустя 10 лет в Париже вышла книга Амбруаза Парэ «Искусство сохранения здоровья». В последующее столетие литература на эту тему пополнялась работами Борели, Бриссо, Полин, Огаля, Хоффмана, Бьюретта и других. Монтень, утверждая потребность физического воспитания, писал: «Мы тренируем не тело и не разум, а человека, и мы не должны делить его на части». Томас Фуллер (1654—1734) отстаивал необходимость возвращения к древнегреческим методам воспитания. В книге «Эмиль» Руссо возбудил общественный интерес к физическому воспитанию. Однако упорные старания Монтеня и Локка расширить образование за счет физического воспитания потерпели провал.

На английском языке первая книга на эту тему была работа Николаса Бекона «Физическое воспитание» (1540). Его прославленный сын лорд Бекон также подчеркивал важность физического воспитания в книге «Прогресс обучения». Поэт Реформации Мильтон тоже указывал на

необходимость физического воспитания, призывая возродить методы Афин и Спарты с некоторыми их улучшениями. Джон Локк, Гораций Манн, Герберт Спенсер — все они в разной форме, но звали к физическому воспитанию народа.

2. Развитие физической культуры в России

Историю развития физической культуры в России можно условно разделить на три этапа: с древнейших времен до 1917 г., развитие физической культуры в СССР и в Российской Федерации после 1991 г.

Возникновение физических упражнений у восточных славян было обусловлено теми же причинами, что и во всем мире в целом. Олицетворением гармонично развитой личности в древности является образ былинного богатыря. Основной формой физической подготовки были игрища. Целью физического воспитания вплоть до XVIII в. была военно-физическая подготовка, что объясняется тем, что Русь вынуждена была вести много войн. Основными источниками о физической культуре на Руси, являются былины, летописи, сказания и сказки, картины и т.д. Первый письменный источник - "Повесть временных лет" (начало XII в). Первое изображение борцовской схватки датируется 1197 годом.

При практически отсутствующих государственных формах физического воспитания в феодальной России решающую роль в физической подготовке населения играли народные формы. Среди них можно выделить национальные виды борьбы, кулачные бои, военно-физическую подготовку российского казачества, национальные игры и развлечения (забавы), связанные с двигательной деятельностью.

Вторая половина XIX в. - 1917 г. - небольшой по времени, но насыщенный важными историческими свершениями период в области физического воспитания и спорта. Среди них следует выделить: становление педагогических и естественнонаучных основ физического воспитания, создание системы физического воспитания (образования), развитие современных видов спорта и становление практики физического воспитания в образовательных учреждениях.

Появляются фундаментальные работы по научному обоснованию педагогических и естественно-научных основ физического воспитания. Создается одна из лучших для того времени система физического образования - система, разработанная П.Ф. Лесгафтом. Им были сформулированы и научно обоснованы основные компоненты системы физического воспитания: цель, задачи, основы, принципы, направления, подготовка специалистов для работы по физическому воспитанию, начинают складываться организационные формы физического образования, материально-техническое и финансовое обеспечение физического воспитания. Им создается и начинает функционировать специальное учебное заведение, по сути высшее педагогическое, по подготовке преподавателей по физическому воспитанию.

Спортивная история России, официальная зафиксированная в протоколах начинается с воскресного дня 19 февраля 1889 года, когда на льду "Петровки" состоялся первый в истории России чемпионат по конькобежному спорту. В программе был забег всего на одну дистанцию - 3 версты (3200 метров). Победителем стал Александр Паншин. За соревнованиями наблюдали, как сообщал тогда журнал "К спорту" 1,5 тысячи человек. В 1891 году на Ходынском велотреке состоялся первый всероссийский чемпионат по велосипедным гонкам на 7,5 верст (8000 метров). До этого времени велосипедисты соревновались на Московском

ипподроме. В конце прошлого века в Москве начали проводить чемпионаты по фигурному катанию, тяжелой атлетике, теннису, лыжным гонкам.

В это же время в России начинают создаваться опытные частные школы для детей - новый тип учебных заведений, где нашли свое отражение прогрессивные идеи в области физического воспитания детей. Большое значение для развития физической культуры имело возникновение в это время нового типа физкультурных организаций - общественных физкультурно-спортивных организаций. Они пропагандировали здоровый образ жизни, занятия гимнастикой, спортом и туризмом для широкого круга населения, готовили актив энтузиастов, преподавателей.

Зарождаются и начинают свое развитие многие современные виды спорта, по которым проводятся национальные первенства, создаются Всероссийские спортивные организации. Россия начинает активно участвовать в работе международных спортивных объединений. Физическое воспитание и спорт в России развиваются в основном благодаря общественным физкультурно-спортивным организациям. Однако в 1911 и 1913 годах создаются два крупных государственных органа управления физическим воспитанием и спортом. Первый из них - Российский олимпийский комитет - был создан в связи с началом участия России в Международном олимпийском движении, а создание второго - Канцелярии главного наблюдателя за физическим развитием народонаселения Российской империи - было обусловлено плохой физической подготовкой молодежи.

К 1910 году были созданы московские футбольная, конькобежная, лыжная, и другие лиги. Русские спортсмены стали выезжать на

международные соревнования и проводить их у себя в стране, они уже завоевали звание чемпионов Европы и мира. Россия, в основном представленная московскими и петербургскими спортсменами, постепенно становилась спортивной державой.

В первое десятилетие XX века, когда русский спорт стал выходить на международную арену, происходило еще одно явление - может, не яркое, как победа на крупных состязаниях, но чрезвычайно значительное: спорт уходил из рук одиночек, переставал быть забавой для избранных.

7 февраля 1910 года в Москве впервые в России разыгрывался чемпионат по лыжным гонкам. Тридцать километров по Петровскому парку, Ходынскому полю, Москве-реке быстрее всех пробежал Павел Бычков.

В I Олимпийских турнирах 1896 года спортсмены царской России не участвовали, так как не имели средств на поездку в Грецию. По той же причине они не участвовали во II и III Олимпиадах. Впервые русские спортсмены приехали на Олимпийские игры 1908 года в Лондон. Их было всего пятеро, и трое из них завоевали медали - одну золотую и две серебряные. Николай Панин-Коломенкин одержал победу в соревнованиях фигуристов, а борцы классического стиля А. Петров и Н. Орлов были вторыми в своих весовых категориях.

В 1912 году в Стокгольм, на V Олимпийские игры, приехали уже 178 русских спортсменов. Однако из-за недостаточной подготовки команда России заняла лишь 15 место. Многие способные спортсмены не могли полностью раскрыть свои таланты в условиях царской власти. Многим не были доступны яхты, финские гоночные лыжи "хааповеси", "норвежские" беговые коньки, ракетки "Максплэй"! Еще меньше возможностей имели жители провинциальных городов страны. В условиях, когда царское

правительство не оказывало спортсменам ни материальной, ни моральной поддержки, когда руководители частных клубов заботились лишь о своих интересах, для большинства любителей большой спорт был недоступен!

После Великой Октябрьской социалистической революции положение в корне изменилось. Коммунистическая партия, Советское государство приняли на себя заботу о массовом развитии физкультуры и спорта в стране. Народная власть сделала спорт всеобщим достоянием, открыла к нему дорогу всем, кто стремился к всестороннему физическому развитию. Уже в 1920 году, несмотря на трудности, переживаемые молодой Советской Республикой был открыт институт физической культуры.

В начале XX в. создаются предпосылки для дальнейшего развития отечественной системы физического воспитания: теоретические, естественно-научные, методические и организационные. Однако вся дореволюционная история развития спорта в России была эпохой одиночек, и спорт как общественное явление в ее жизни занимал более чем скромное место. Физическое воспитание и спорт практически были лишены государственной поддержки, существовали и совершенствовались они лишь благодаря энтузиазму и меценатству прогрессивных слоев русской интеллигенции, сделавшей очень много полезного для его развития.

Становление отечественного физического воспитания и спорта в советский период происходило на базе того, что уже было достигнуто в дореволюционной России. В СССР была разработана система физического воспитания, определились принципы, направления, средства и методы физического воспитания и спортивной тренировки, сформировались организационные формы и с функционирования, частично были решены

вопросы материально-технического и финансового обеспечения. Процесс становления и развития советской системы физического воспитания, несмотря на общий прогрессивный характер, можно охарактеризовать как сложный и противоречивый.

Создание основ советской системы физического воспитания началось с введения в ней государственных органов управления, деятельность которых была подчинена принципу вертикальной подчиненности нижестоящих организаций вышестоящим. В 1920-е гг. развитие физической культуры и спорта отличалось разнонаправленностью: медицинское направление, пролетарская физическая культура, скаутская система воспитания, концепции сторонников национально-буржуазных систем физического воспитания и др.

Важной вехой в развитии физкультуры и спорта в Республике Советов стал Всевобуч, Составной частью которого явилась физическая подготовка. Это был новый взгляд на физкультурное движение - с классовой точки зрения, он ставил спорт в один ряд с такими понятиями, как патриотизм, ответственность за судьбу революции. Инструкторами Всевобуча стали в основном спортсменами, передавшие допризывникам свои навыки и опыт. С молодежью занимались лучшие лыжники, гимнасты, конькобежцы. Они и составили ядро Высшего совета физической культуры. В день годовщины Всевобуча состоялся парад его частей. на Красной площади, который показывает огромные возможности, таящиеся в спорте. С удивлением смотрела Москва на ладных, крепких молодых людей, не только сохранивших, но и укрепивших свои силы в тяжелое военное время, готовых в любую минуту встать на защиту Родины.

В 1923 году основано первое в стране добровольное спортивное общество - "Динамо. Впервые выехавшая за рубеж сборная футбольная команда РСФСР успешно выступила в Швеции, Норвегии, Германии... В те годы еще медленно, но уже начинался штурм секунд, сантиметров, без которого жизнь спортсмена немыслима. И рождался еще один рекорд - рекорд массовости. Повсюду в стране строились спортивные площадки, создавались физкультурные ячейки на фабриках и заводах. Во многих городах действовало общество "Муравей", созданное по инициативе комсомола.

Популярными стали в те годы и различные сверхдлинные дистанции, стартом или финишем которых была Москва. Так в 1927 году московские лыжники совершили переход из Москвы в Осло за 35 дней. А летом 1932 года туркменские спортсмены преодолели на конях путь от Ашхабада до Москвы за 85 дней. Во всех школах и вузах было введено преподавание физической культуры. Перед советской молодежью открылись широкие возможности для занятий самыми различными видами спорта.

17 августа 1928 года парадом на Красной площади открылась первая всесоюзная Спартакиада. Знаменательно, что это происходило в тот день, когда в Амстердаме завершились IX Олимпийские игры. Буржуазные спортивные деятели предсказывали провал Спартакиады, но первый ее рекорд был установлен еще до начала стартов: в Москву со всех концов нашей страны приехали соревноваться 7225 спортсменов - больше, чем в Амстердам, куда собралось лишь 3015 представителей из 46 стран мира.

Много замечательных достижений, рекордов было зарегистрировано в эти 12 дней Спартакиады. По накалу страстей, по техническим результатам соревнования не уступали Олимпийским играм. Финал Спартакиады украсили футбольные матчи. Только что открытый стадион

"Динамо" испытывался на предварительных нагрузках - казалось, весь город хотел посмотреть игры сборных Москвы, Ленинграда и Украины.

Первая всесоюзная Спартакиада стала важной вехой в развитии физической культуры в России. Страна готовилась шагнуть в первую рабочую пятилетку. В Москве появлялись новые спортивные сооружения.

Процесс развития научно-методических основ физического воспитания и спорта во многом тормозили их чрезмерная идеологизация и политизация. В 30 - 50-е гг. советская физическая культура и спорт становятся частью идеологии тоталитарного режима, их методологической основой провозглашается философия марксизма-ленинизма. Основные усилия науки в СССР были направлены на развитие спорта высших достижений, так как он рассматривался как средство демонстрации преимущества социалистической системы над капиталистической.

В основу системы физического воспитания юношей и девушек был положен комплекс ГТО - "Готов к труду и обороне СССР". Историки московского спорта, рассказывая о комплексе ГТО, обязательно вспоминают братьев Знаменских: самые первые шаги по беговой дорожке у них совпали со сдачей норм этого комплекса. И начались их удивительные победы над опытными, признанными бегунами! В спорт пришли талантливые самородки, и это было главной особенностью тех лет. Поистине всенародный, массовый размах физкультурного движения в нашей стране начинал приносить плоды рекордами, громкими победами, прославившими на весь мир имена многих спортсменов.

В 1936 году в Москве и Ноттингеме (Англия) на крупных международных шахматных турнирах блестящими победами заставил говорить о себе советский шахматист Михаил Ботвинник. Тогда ему было 25 лет. Ботвинник был одним из самых ярких представителей российской

шахматной школы, получившей международное признание еще в 30-е годы.

Еще в 20-х годах вышел на международную арену советский футбол. В 1934 году сборная Москвы выиграла Кубок мира рабочих спортивных организаций, в том же году встретились с лидером профессионального футбола - чехословацкой командой "Жиденице" и победили со счетом 3: 2. В 1935 году в Москве были сформированы команды новых, только что созданных спортивных обществ - "Спартак", "Локомотив", "Буревестник"; игра приобрела огромную популярность.

С прежнем накалом шли состязания по зимним вида спорта, но теперь лыжники и конькобежцы стремились уже к лучшим в мире секундам. Спортсмены демонстрировали свое мастерство не только в традиционных видах спорта. В 1935 году впервые состоялся турнир регбистов. Развивался альпинизм, и столичные горвосходители под руководством братьев Абалаковых штурмовали одну за одной горные вершины. В начале 30-х годов в Москве, в ЦПКиО имени М. Горького, была открыта школа инструкторов по прыжкам на лыжах с трамплина. На Тушинском аэродроме, у западной границы Москвы, тренировались планеристы и парашютисты. Летчики Осоавиахима осваивали высший пилотаж, совершали сверхдальние перелеты - в одном из таких В. Коккинаки установил три международных рекорда в полете по трассе Москва - Севастополь-Москва. В 1937 году в Москве впервые начали проводиться водно-моторные соревнования, массовыми становился автомобильный и мотоциклетный спорт.

В 1936 году ВЦСПС принял решение о создании добровольных спортивных обществ. Опыт работы московских обществ "Динамо", "Спартак" показывал, что такая централизация усилий укрепляет

коллективы физической культуры на предприятиях, в учреждениях. 21 июня 1936 года при совете Народных Комиссаров СССР был образован Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта. Советские спортсмены получили официальное представительство в руководящем органе страны. Как свидетельство всенародного признания заслуг спортсменов в 1934 году было установлено почетное звание - заслуженный мастер спорта СССР.

Физкультура и спорт уже прочно вошли в быт народа России. И неудивительно, что в 1939 году был учрежден Всесоюзный день Физкультурника - праздник, ставший для российских людей ежегодным. Победное шествие по стране прервала Великая Отечественная война.

В годы Великой Отечественной войны усилия советской системы физического воспитания были направлены на организацию военно-физической подготовки и лечебной физической культуры. Содержание программ по физической культуре всех учебных заведений, комплекса ГТО, "Единой всесоюзной спортивной классификации", деятельность всех физкультурно-спортивных организаций служили решению задач всеобщего военного обучения населения страны. Нормативной основой физической подготовленности в СССР являлась ЕВСК, которая регламентировала выполнение спортивных разрядов и званий по отдельным видам спорта.

В стране, охваченной войной, спортивные традиции не угасали даже в те суровые годы. И если в июне 1941-го не удалось провести намеченные матчи, то в декабре 1941 года в Москве был разыгран кубок по хоккею с мячом, состоялись конькобежные соревнования на Пионерских прудах, прошел шахматный чемпионат на первенство города. В тяжелую весну 1942 года состоялась и традиционная эстафета по Садовому кольцу.

В первое послевоенное лето на улице Горького порой невозможно было войти в троллейбус: болельщики спешили на "Динамо"... Уже в победном 1945 году спортивный календарь Москвы предусматривал состязания по всем видам спорта. Такое внимание, конечно, стало могучим стимулом роста спортивных результатов: за 1945 год было установлено 108 всесоюзных рекордов, из них 13 оказались выше официальных мировых достижений.

Приоритетное развитие после Великой Отечественной войны получил спорт высших достижений, в который вкладывались основные материально-технические и финансовые средства. Он стал своеобразным полигоном соперничества двух идеологических систем - социалистической и капиталистической. В СССР сложилась стройная и хорошо отлаженная система подготовки спортсменов высокого класса, подкрепленная организационно-материальной, методической и научной базой. Противоречие массовой и оздоровительной физической культуры и спорта высоких достижений - основная проблема послевоенного физкультурного движения в СССР.

С 1930 года в СССР работу по физической культуре и спорту на предприятиях, в учреждениях, вузах, школах проводили коллективы физической культуры (КФК) или спортивные клубы (СК). Такая организационная форма, основанная на производственном принципе, оправдала себя и показала целесообразность существования и в дальнейшем. В 60 - 80-е гг. в нашей стране имели место многие массовые формы работы с детьми по физической культуре и спорту. Они дали толчок развитию физической культуры и спорта среди детей.

В период 1932-1988 гг. содержание средств физического воспитания в общеобразовательных школах и других учебных заведениях тесно

увязывалось с перечнем контрольных упражнений, входящих в комплекс ГТО. Он был провозглашен программной и нормативной основой советской системы физического воспитания. Школьные программы предвоенного и военного времени (1932-1945) были полностью сориентированы на военно-физическую подготовку школьников.

В конце 1940-х - начале 1950-х гг. школьное физическое воспитание было переориентировано на спортивную подготовку, так как советские спортсмены начинают выступать на чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх.

Триумфальным было турне динамовцев на родине футбола - Англии в 1945 году. Победы над сильнейшими клубами этой страны показали готовность наших спортсменов проводить состязания на любом уровне. В следующем, 1946 году у футбола появился соперник: хоккей с шайбой. 22 декабря в Москве, на малом поле стадиона "Динамо", открылся первый чемпионат СССР по "канадскому хоккею", как его тогда называли. Новая игра полюбилась - года через три ею уже "болела" вся страна. Как и прежде, большой популярностью пользовался также хоккей с мячом - в 1948 году, по самым скромным подсчетам, этот вид спорта насчитывал в столице 40 тысяч игроков!

Советский Союз вступил во многие международные спортивные федерации. Весной 1951 года с СССР был создан Олимпийский комитет. Лучшие спортсмены страны готовились к Олимпийским играм 1952 года в Хельсинки. До начала Игр западная пресса предсказывала безоговорочную победу в неофициальном олимпийском зачете американским спортсменам - фаворитам многих прошедших Олимпиад. Но произошло неожиданное: первое место команде США пришлось поделить с "олимпийским

новичком" - командой СССР. "Боевая ничья" с опытными соперниками была равноценна победе.

Эти и последующие Игры стали для наших спортсменов не только смотром мастерства, но и школой новых побед, прекрасным средством для дальнейшего развития физического движения. И каждая Олимпиада, входившая незабываемой вехой в историю мирового спорта, открывала все новые и новые имена победителей.

23 октября 1974 года Международный олимпийский комитет (МОК) на своей сессии в Вене избрал Москву местом проведения Игр XXII Олимпиады. Москва стала олимпийской столицей по праву: 60 крупных стадионов, 30 бассейнов, свыше 1300 спортивных залов, почти 400 футбольных полей, более 2000 баскетбольных и волейбольных площадок, 200 с лишним кортов и еще много других спортивных баз. В пользу нашей столицы говорил огромный авторитет советского спорта, завоеванный победами на международной арене, весомым вкладом дальнейшее развитие олимпийского движения.

С 1970-х гг. началась меняться направленность и школьной физической культуры. Особенно остро эти вопросы были поставлены после принятия постановления "Основные направления реформы общеобразовательной и профессиональной школы". Специалисты однозначно констатировали, что два урока физкультуры в неделю не могут решить те задачи, которые ставятся перед школьной физической культурой. Характерной чертой отечественной системы физического воспитания в эти годы является ее направленность на возрождение народных форм и национальных видов физических упражнений.

После распада СССР и образования Российской Федерации как самостоятельного государства принимается новая, принципиально

отличная от предыдущих школьная программа по физической культуре. Она уже не увязывается с комплексом ГТО и состоит из двух частей: обязательной (стандартной) для всех школ и вариативной (дифференцированной), разрабатываемой в конкретных регионах на принципах местной целесообразности.

Заключение.

Являясь неотъемлемым компонентом воспитания в широком смысле слова, физическое воспитание играет существенную роль в реализации как общепедагогических, так и специфических образовательно-воспитательных задач, продиктованных потребностями общества в целесообразном воздействии на развитие человека. Необходимостью подготовки его к трудовой и другим общественно значимым видам деятельности.

Таким образом, физическое воспитание представляет собой процесс решения определённых воспитательно-образовательных задач, которому присущи все признаки педагогического процесса. Отличительной же особенностью физического воспитания является то, что оно обеспечивает системное формирование двигательных умений и навыков и направленное развитие физических качеств человека, совокупность которых в решающей мере определяет его физическую дееспособность.

Физическое воспитание есть целенаправленная, чётко организованная и планомерно осуществляемая система физкультурной и спортивной деятельности. Она включает разнообразные формы занятий физической культурой, спортом, военно-прикладной деятельностью, гармонично развивает в единстве с интеллектом, чувствами. Волей и нравственностью.

Библиографический список.

Голощанов Б.Р. История физической культуры и спорта: Учеб. пособие для студентов / Б.Р. Голощанов. - М.: Издательский центр "Академия", 2002.

Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. - М.: Гардарики, 2004.

Царик А.В. О культуре физической и духовной. Гигиена физкультуры / А.В. Царик. - М.: Знание, 1999.

<http://all-gigiena.ru>