

image not found or type unknown



Потребность в регулярном занятии спортом возникла ещё у древних людей в связи с их образом жизни: охота на больших животных, долгие переходы на другие места обитания, потребность в защите собственного дома. Именно поэтому уже в те времена детей с малого возраста начинали закалять, держать в хорошей физической форме. Физическое воспитание, как специфическая сфера общественной деятельности, обособленная от труда, возникло в более поздний период древней истории - 80-8 тыс. лет до н.э. О появлении физических упражнений можно говорить лишь тогда, когда они стали отделяться от трудовой деятельности. Физическая культура отличается от других видов деятельности (в том числе и трудовой) прежде всего тем, что она направлена на развитие наших собственных физических кондиций, а физический труд своей целью ставит производство определенного продукта. Конечно, многие трудовые операции воздействуют на физическое состояние человека, но влияние в решающей степени зависит от особенностей содержания и условий производства и может быть самым различным (в том числе и отрицательным). Физкультурная деятельность направлена к положительному влиянию на жизненно важные функции организма человека.

Истоки физической культуры уводят исследователей всеобщей истории за границы России, в древнейшие цивилизации Востока- в Египет, Индию, Китай, Японию, Месопотамию. По мнению исследователей всеобщей истории, древнейшие цивилизации определили тот "фундамент", который был заложен народами древней Греции и древнего Рима. Физическое воспитание рабовладельческого общества достигло своего расцвета в древней Греции в период VI-V вв. до н.э. Жители Спарты вели упорную борьбу с дорийскими племенами. Эта борьба способствовала созданию высокого уровня физического воспитания, и с 776 г. до н.э. по инициативе Ликурга Спарта была гарантом "священного перемирия" — мирного празднества Олимпийских игр. Спартанская система — это засилье аристократии с жестокой охраной привилегий "общины равных" и сохранением суровых традиций по физическому воспитанию, характерных для доклассового общества. Афинская отличалась от спартанской тем, что сочетала умственное, нравственно-этическое и физическое воспитание.

О системе домашнего воспитания детей и подростков в Риме рассказывал в своих сочинениях Катон Старший (III-II вв. до н.э.). Всю ответственность за воспитание будущего воина-участника состязательных игр возлагали на отца. До достижения детьми 15-летнего возраста отец сам объяснял сыновьям законы жизни, учил гимнастике, чтению, письму. С 15 лет они определялись в лагерь, где назначаемые сенатом "сеньоры" учили их военному делу, устраивали игры и походы, а затем в торжественной обстановке надевали молодому легионеру тогу, символизирующую его принадлежность к определенному сословию рабовладельцев. В армии новобранцы совместно с ветеранами-легионерами должны были совершенствоваться в физических упражнениях. Для них часто устраивались учения с длительными переходами.

Существуют разные понимания исторического значения учебно-воспитательного процесса средствами физической культуры. Физическая культура как составная часть общей культуры древнего человека возникает на основе трудовой деятельности в условиях первобытного строя. Ее особенностями являются тесная связь с трудом и бытом, доступность для всех членов общества. С возникновением рабовладельческого общества физическая культура принимает классовый характер и военную направленность. С этими целями создаются системы физического воспитания, появляются специальные школы и первые зачатки науки о физическом воспитании, строятся спортивные площадки, устраиваются состязания, крупнейшие из которых — Олимпийские игры. С разложением рабовладельческого общества гибнет порожденная этим обществом культура и ее составная часть — физическая культура.