

Нищета Д., студент групи 101-ФС
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Науковий керівник:
к.фіз.вих., доцент кафедри фізичної культури та спорту Гета А. В.
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ОГЛЯД ЕТАПІВ ІСТОРИЧНОГО РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В СТАРОДАВНІ ЧАСИ

Історія розвитку фізичної культури і спорту являє собою галузь історичних і педагогічних знань. Перш за все треба зазначити, що предметом вивчення фізичної культури і спорту є загальні закономірності управління процесом фізичного виховання людини, а також і загальні закономірності виникнення, становлення і розвитку на різних етапах розвитку суспільства. Щодо питання про виникнення і розвитку фізичної культури на першому етапі людства – то це один з основних в історії фізичної культури [1, 2].

Існують різні позиції при обговоренні виникнення фізичної культури:

1. В кінці XIX – початку XX ст. німецький філософ Шиллер створив і висунув теорію гри. Цю теорію підтримували різні філософи, Бюхер і Гросс (Німеччина), Спенсер (Англія), Летурно (Франція). Сама теорія пояснювала, що людина розвивалася фізично і розумово завдяки праці, а трудовий процес виник з гри. Таким чином, вчені вважають, що в житті суспільства «гра старша праці», а «праця є дитям гри».

2. Теорія магії. Викладена вперше англійським вченим Рейнаком. Прихильники цієї теорії – К. Дим і В. Кербі (ФРН). Б. Жіллет (Франція) висуває сучасну теорію походження фізичної культури – «фізичні вправи й ігри мають культове і твариноподібне походження».

3. Теорія зайвої біологічної енергії. Висунута американським вченим Спенсером. В своїй теорії він пояснює фізичну культуру як інстинкт. На думку інших вчених, якщо це інстинкт, то суспільство не несе відповідальності за ті пороки, які воно породжує.

4. Матеріалістична теорія. Була викладена в роботах Г. В. Плеханова, Н. І. Пономарьова. Згідно цієї теорії, в основі виникнення фізичної культури і спорту лежать два фактори – об'єктивний і суб'єктивний. До об'єктивного фактору вони відносили те, що в процесі трудової діяльності (полювання, рибальство, збиральництво), людина повинна розвивати свої фізичні якості (витривалість, силу, швидкість, спритність). До суб'єктивного чинника віднесли власне свідомість, тобто людина придумувала вправи для підготовки до трудової діяльності, підбивала підсумки підготовки і результату полювання, а також здійснювалася передача досвіду отриманих навичок наступному поколінню [3].

Наукою доведено [1], що застосування фізичних вправ з'явилося раніше, ніж з'явилася релігія. Основою суспільно-історичного походження фізичної

культури була праця. В самому ранньому періоді свого становлення людина займалася полюванням. Вона вважалася серйозним фізичним випробуванням так, як була необхідність подовгу бігати, метати, плавати, переносити туші вбитих тварин. Дивлячись з іншого боку, такі дії не можна вважати фізичними вправами, вони здійснювалися з впливом на навколишній світ, заради добування їжі, та використання матеріалів для одягу та іншого. З часом звичайних навичок було недостатньо. Людина почала свідомо використовувати ці дії з метою розвитку власних фізичних якостей. Тоді і стали називати такі дії фізичними вправами. Це дозволило ефективно впливати, з одного боку, на вдосконалення фізичних якостей, а з іншого – на підвищення її працездатності [3].

Історична наука відносить виникнення фізичної культури до початкового періоду розвитку первісної общини. Рання форма фізичного виховання була у вигляді колективної гри. Ці ігри повністю повторювали дії, які виконувалися під час трудового процесу. Первісні люди вчилися полювати, наслідуючи дії мисливців. В іграх використовувався інвентар і живі цілі. Ігри, як і раніше, імітували трудовий процес, але додавалися деякі зміни – живі замінювалися рухомими мішенями (опудалами, м'ячами), мисливський інвентар замінювався ігровим. На останньому кроку розвитку первісного суспільства виникли ігри, які взагалі повністю абстрагувалися від праці. Граючи, люди стали ділитися на команди, були створені спеціально відведені майданчики, був вдосконалений ігровий інвентар. В іграх правила створювалися найпростішими, з'явилися спортивні судді і люди, яким було цікаво за цим спостерігати, – глядачі.

Розвиток фізичної культури поступово привів до виділення з ігор самостійних фізичних вправ – бігу, метання, стрибків, плавання та інших видів рухів. Так чи інакше, але вправи залишилися пов'язані з підготовкою членів общини до праці. Виникли спеціальні прийоми навчання фізичними вправами підлітків, молоді, тобто з'явилося фізичне виховання [2].

Етнографічні дослідження показують [1], що кожний народ мав свої форми проведення вправ. У австралійців – метання бумеранга і палиці, ігри в м'яч, боротьба, танці «корробі». У індіанців – вправи: ходьба, біг, плавання, гонки на човнах, метання і металеві ігри, ігри з м'ячем. Вони мали свої відомі танці, вони мали багатофункціональний характер. У тунгусів (евенків) підготовка була поділена на дві стадії: I стадія: все чоловіче населення займалося стрільбою, бігом, вивертанням від стріл, управлінням човном; II стадія: тільки для того чоловічого населення, яка добре була навчена військовій справі. Було створене таке поняття як «ініціація» – це одна з форм фізичного виховання, яка мала на меті перевірку фізичної готовності [2].

Зі стародавнього періоду дійшли методичні прийоми навчання: індіанці враховували статеві особливості; чукчі-жінки брали участь в бігу на короткі дистанції; ескімоси з часом збільшували вагу каменя і при навчанні метання відстань, змінювали розмір лука, човнів, лиж. У період розпаду родового ладу здійснилася воєнізація фізичних вправ. Наприклад, тренування зі зброєю, кулачний бій, стрибки через спис, мечі, змагання на колісницях. Також з'являються скупчення людей, які здійснювали суспільне виховання, – це

таємні союзи молоді, які здійснювали лише виховання майбутнього покоління [3].

Можна виділити характерну особливість цього періоду: виникнення місць з метою проведення змагань, тобто перші спортивні споруди, а також появу двох типів шкіл – для багатих і бідних, а головна риса виховання стає покращення військово-фізичного виховання. Можемо зрозуміти, що в родовому суспільстві фізичне виховання відіграло важливу роль і було однією з функцій громади. Фізичне виховання має голову рису, загальність. Воно було доступним для всіх. Розпад родового ладу й утворення класів у фізичному вихованні втрачається єдність, піддається культу, воєнізується, набуваються станово-класові ознаки та класовий характер [1].

Перші сліди фізичної культури Стародавнього світу були виявлені на сході до Середземного моря, також в Месопотамії в IV тис. до н.е. З того часу лишилися різні відомості про фізичну культуру. Активну участь у розвитку та підтримці фізичної культури брали сільське населення, яке було вільним, з них набирали простих воїнів [1].

У розвитку фізичної культури Месопотамії і в країнах близького сходу відіграв винахід (II тисячоліття до н.е.) – колісниця на кінній тязі. Про це свідчить «Книга тренінгу» мітанійців Кіккулі – найдавніший методичний посібник з тренінгу коней. З деяких джерел встановлено, що в Месопотамії мало місце виготовлення палиць з очищеного стрижня листа фінікової пальми, яка надалі служила для гри в м'яч з битою, а і потім в кінне поло [1].

Отже, як стверджують різні джерела, можна зробити висновок, що фізична культура пройшла довгий шлях становлення та здійснювалося для різних галузей, які були важливими для людей. І з часом функціонування фізичної культури ставало все більш ширшим, удосконалювалося внесками різних народів, що з часом привело до покращення життєдіяльності людей та їхнього способу життя.

Література

1. Долбишева Н. Г., Пангелова Н. Є. Історія фізичної культури: навч. посіб. К., 2007. 288 с.
2. Матвеев С. Ф., Борисова О. В., Маринич В. Л. [та ін.]. Особливості виникнення нових форм рухової активності / Фіз. активність, здоров'я і спорт, 2013. № 2 (12). С. 3–10.
3. Энциклопедия олимпийского спорта [Текст]: в пяти томах / ред. В. Н. Платонов. К.: Олимпийская литература, 2002–2004. Т. 1. 2002. 494 с.; Т. 2. 2004. 582 с.; Т. 3. 2004. 630 с., Т. 4. 2004. 606 с., Т. 5. 2004. 526 с.