**Администрация Ленинского района**

**муниципального образования «Город Саратов»**

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Гимназия №89»

Ленинского района города Саратова

**Секция:** Гуманитарные науки

**Тема:** «История физкультуры в России»

Работу выполнил: ученик 6 «Г» класса МОУ «Гимназия №89»

Карху Андрей Юрьевич

Руководитель:

Теплинская Анастасия Владимировна

учитель английского языка

г. Саратов

2024 год

**Содержание.**

Введение……………………………………………………………….3

Физкультура Древней Руси…………………………………………4

Физкультура в России в 15-17 веках………………………………5

Физкультура в России в 18-19 веках………………………………6

Физкультура Советского Союза в 20 веке………………………..8

Современная физкультура…………………………………………9

Заключение…………………………………………………………..10

Список использованной литературы…………………………….11

**Введение.**

Здравствуйте! Сегодня я предлагаю вам совершить небольшое путешествие по ленте времени России, для того чтобы узнать историю физкультуры. Сегодня вы узнаете, как в древней Руси играли в гольф, почему такие знаменитые люди, как Суворов и Кутузов боролись с прусской муштрой и многое другое.

Было много реформаторов физкультуры - Пётр Великий, Суворов и многие другие, с которыми мы тоже познакомимся в ходе исследования.

На самом деле, физкультура существовала уже на Руси, и дальше, в такие тяжёлые времена, как революция или Великая Отечественная война, она не исчезала, а продолжала существовать. В разные времена она была разной, но в итоге всё пришло к тому, что мы видим сегодня: современные спортзалы, бассейны, стадионы и многое другое.

Актуальность работы в том, что физкультура сегодня - настолько важный элемент жизни любого человека, что просто необходимо знать, какой она была раньше в нашей стране. Спорт даёт нам здоровье и силу, закаливает и готовит к будущим испытаниям. Поэтому он очень важен для всех.

Итак, цели и задачи работы:

1. Узнать, какие игры были на Руси и каково было их значение;

2. Узнать, как готовили армию в России в разные времена;

3. Проследить, как менялось физическое воспитание детей.

Итак, мы выявили цели и задачи, поняли, зачем нужно знать историю физкультуры. Значит, можно начинать путешествие по ленте времени. Итак, поехали!

**Физкультура Древней Руси.**

В этой главе мы окунемся в далекое прошлое – в Древнюю Русь. В какие спортивные игры играли наши далекие предки? Сейчас мы это и узнаем!

Во времена Древней Руси, конечно, не было профессионального спорта, определенных правил игр. К тому времени еще не сформировались такие игры, как футбол, волейбол и баскетбол, а если что-то и было, то далеко не похожее на современные игры. Но этим и интересен древний спорт! Изучим игры древности.

**Лапта** – игра, похожая на бейсбол США или крикет Великобритании. Играли в нее еще до крещения Руси. Есть мнение, что приезжавшие на Русь скандинавы переняли эту игру у славян и распространили в Европе. Для игры нужен войлочный мяч и бита. Смысл игры в том, что нужно ударить по мячу битой, и в случае попадания добежать до финишной линии. Каждый такой «забег» приносил одно очко каждой команде (их было 2). По археологическим находкам, в лапту играли и в Новгороде, но с 10 века. Без лапты не обходился не один праздник. Она развивала быстроту и ловкость.

**Городки** – игра, похожая на гольф. Цель игры – выбить деревянной битой цель (которая называлась «городок») за линию – это прибавляло очко. Эта игра прижилась – в нее играли и бояре, и простые люди.

**Свайки** – игра, в которой нужно палкой попасть в кольца. Игра на меткость.

**Кила** – игра с мячом, похожая на футбол.

Также было много публичных развлечений, таких как **кулачные бои** – бокс без правил. Иногда поединок был в крупных масштабах: улица против улицы или город против города; **катание на санях**, а позже – на лыжах; **чехарда** – игра с прыжками друг через друга; **перетягивание каната** и многое другое.
В древности целью игр было не физическое развитие, а почитание языческого культа богов. Игры были своеобразным религиозным обрядом, за что после принятия православия их даже хотели запретить.

Но позже целью всех этих действий стала еще и подготовка детей к военной службе, ведь в то время войны были обычной вещью. Поэтому взрослые поощряли все эти занятия, ведь они развивают меткость, быстроту и силу, так необходимые будущим воинам.

Итак, можно сделать вывод, что хоть профессионального спорта на Руси не было и в помине, но физическая подготовка существовала, хотя зачастую в религиозной форме.

**Физкультура в России в 15-17 веках.**

В этой главе мы перенесемся из Руси в более поздние времена - 15-17 века, чтобы посмотреть, как будет изменяться российский спорт. Начнём.

15 век - время освобождения Руси от монголов. Это произошло лишь благодаря тому, что государство объединилось с центром в Москве. Физическое воспитание также объединилось, стало относительно единым. Но это лишь у высших слоёв населения. У низших слоёв появилось крепостное право, поэтому физкультура крестьян и богачей сильно отличалось. Изучим оба вида физкультуры в России.

В народе, кроме городков, лапты и боёв, появились ещё игры на качелях, хождение на ходулях, перетягивание каната, лазание по столбам, катание на горках, Всё это входило в физическую подготовку детей, но всё равно проводилось в религиозных мотивах. Православная церковь эти проявления язычества не одобряла, царь эту инициативу поддержал: так, в книге "Домострой" 1580 года игры народа строго запрещались. А в 1647 году царь Алексей Михайлович официально запретил всё народные забавы. Но воспитание будущих крестьян продолжалось, несмотря на запреты.

А как обстояло дело у бояр? У них была официальная физическая подготовка, включавшая охоту, езду на лошадях, фехтование. А в свободное время богачей развлекали канатоходцы и силачи, причём у высших слоёв такие забавы церковь не запрещала. Скорее всего, не хотела вступать в конфликт с боярами.

С 1647 года пехоту впервые начали готовить физически. Это начал великий полководец Скопин-Шуйский. Он учил воинов бегу, стрельбе и ходьбе на лыжах, что улучшило наши войска.

Развивалась литература, и появились первые книги о спорте. Одну написал монах Епифаний Славинецкий. Она называлась "Гражданство обычаев детских", говорящая о пользе и вреде игр для детей. Вредными монах назвал плавание и бег, якобы они вредят здоровью. Но это неверно. Просто в 17 веке, когда жил монах, ещё не понимали, что хорошо, а что плохо для здоровья.

**Физкультура в России в 18-19 веках.**

Здесь мы продолжим путешествие по ленте времени и узнаем, чем занимались во времена Петра Великого и Николая Первого.

Пётр Первый - царь-реформатор 18 века. Его реформы коснулись и физкультуры. Посмотрим, какие именно.

К сожалению, физкультурные реформы царя коснулись только дворянства.

Так было потому, что царю важнее была физическая подготовка будущих воинов. Военная подготовка началась тогда, когда были созданы потешные полки Преображенской и Семёновский. Молодёжь училась штурмовать крепости, вести рукопашный бой, правильно двигаться, делать удары. Всё это Пётр перенял у Европы, но при этом добавил свои элементы.

Также впервые царь ввёл физкультуру в школьную программу. В неё входили танцы, фехтование, игры на свежем воздухе. За усердное фехтование рапирах ученикам даже платили стипендии.

Пётр ввёл ещё одно новшество для бояр: им в принудительной форме нужно было посещать учения на кораблях на Неве для обучения судовождению. Также были ассамблеи - вечеринки, на которых бояре играли в шахматы, катались на санках, фехтовали и танцевали. Все эти спортивные занятия были записаны в "Юности честное зерцало" 1717 года.

Но прошло время правления Петра Великого, и начался период, в котором боролась власть, хотевшая ввести бесполезную прусскую муштры, и последователи Петра, которые были за физическое воспитание. За него боролись такие известные люди, как Ф. Ф. Ушаков, Н. И. Новиков, А. Н. Радищев. Они боролись за воспитание бояр при бывшем царе, считая, что новое, прусское, было вредным. Потому что пруссы готовили солдат, лишь обучая приёмам войны, но при этом совершенно не воспитали физически, что сказывалось на боеспособности.

Но в конце 18 - начале 19 вв. всё начало меняться: власть, наконец, вспомнила петровские реформы и возобновила их. Так, Екатерина Вторая в 1766 году ввела зимние Олимпийские игры Петербурга, в которых проводились состязания. Также были состязания в гребле и верховой езде для молодёжи. В общем, общество снова стало улучшаться.

В 1804 году в "Уставе учебных заведений" физкультура в лицеях стала обязательной, появился учебник гимнастики. Но, к сожалению, в других заведениях такого не было.

Настоящими потомками Петра Великого стали военачальники Багратион, Кутузов и Суворов, которые тщательно тренировали солдат перед боями. Но, хоть прусская муштра перестала распространяться, в 19 веке нашлись цари, хотевшие её возобновить. Но не получилось, так как учёные Писарев, Чернышевский и Боголюбов были категорически против. Наоборот, стали появляться спортивные школы молодёжи. В 1827 году в Санкт-Петербурге появилась первая школа плавания, в 1834 - первый Тир. В 1830 году в Москве появился гимнастический городок.

В общем, в 18-19 веках в спорте было противоречие. Но оно почти не повлияло на дальнейшее развитие физкультура бы в России.

**Физкультура Советского Союза в 20 веке.**

Здесь мы перенесемся во времена революции и Великой Отечественной войны и посмотрим, как тут развивалась физкультура.

Многие врачи начала 20 века были за внедрение физкультуры в школьную программу, так как она очень полезная для тела. С этой идеей выступал Е. Дементьев, а врач Лесгафт даже составил программу занятий. К сожалению, не было квалифицированных педагогов для её осуществления. В основном это было из-за надвигающейся революции. Но Лесгафт не остановился и с 1896 года ввёл курсы тренеров по физкультуре.

Во время революции большевики понимали, что людям требуется усиленная физическая и военная подготовка. Поэтому физкультура стала обязательным и бесплатным для всех занятием: подготовка тренеров была уже частью политики партии. В 1917 году появилось Министерство физкультуры для этих дел. Но гражданская война нарушила привычный ход улучшения.

С 1918 года начали проводить военные учения для всех с 16 до 40 лет. Занятия организовывал специальный орган - Всевобуч. В подготовку входили гимнастика, рукопашный бой, стрельба, плавание. Она длилась 2 года.

Также руководство ввело клубы спорта. В 1918 году прошли соревнования по лёгкой атлетике, а в 1920 - по лыжам. Были спортивные общества "Спартак", " Красный молодняк". Всё это делалось для физической подготовки детей и молодёжи. При этом всё буржуйские клубы ликвидировали.

Но и Советском Союзе были разногласия: врачи хотели ввести гигиенические упражнения, коммунисты - работу со снарядами, гимнасты - акробатику. В итоге где-то было гигиеническое направление, где-то - другие. В 1934 году ввели ГТО с 13 нормативами, а также детские спортивные школы (ДСШ).

Но началась великая Отечественная война, и уже перед ней началась усиленная военная подготовка. Да и во время войны, хоть соревнований и не было, было много клубов физической подготовки. Соревнования возобновились с 1943 года.

**Современная физкультура.**

Сегодня почти вся Россия оборудована клубами и секциями, в школах строят бассейны, катки, стадионы. Есть много возможностей для молодёжи, а там, где их ещё нет, их вводят и строят.

В России появился Олимпийский комитет РФ, отвечающий за проведение Олимпийских игр в России. Также был Паралимпийский комитет, отвечающий за соревнования инвалидов. Есть и оборонное общество, отвечающие за военную подготовку. А добровольное общество "Спортивная Россия" - за спорт для людей всех возрастов. Все это - государственные организации.

В 2013 году в Казани прошли Всероссийские Универсиады. В 2014 - Зимние Олимпийские игры. В 2018 - чемпионат мира по футболу.

В общем, сегодня физкультура в России на высоком уровне!

Также я провел опрос у родителей и педагогов про игры, в которые они играли в детстве. Вот его результаты.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Карху Кристина, мама | Играл(а) в основном в казаков-разбойников, резиночки. | Играл(а) до 13 лет. | Любимая игра – лапта. |
| Карху Юрий, папа | Играл в футбол. | Играл до 11 лет. | Любимая игра – городки. |
| Ерошина Оксана Сергеевна, учитель русского языка и литературы | Играла в догонялки и казаков-разбойников. | Играла до 16 лет. | Любимая игра – лапта. |
| Бозин Геннадий Сергеевич, учитель технологии. | Играл в футбол. | Играл до 18 лет. | Любимая игра – хоккей. |
| Кусакина Алена Владимировна, учитель истории | Играла в казаков-разбойников. | Играла до 15 лет. | Любила играть в резиночки. |

Как видно из опроса, Взрослые любили подвижные игры: девочки любили прыгать через скакалку, а мальчики – играть в городки и лапту. При этом мальчики заканчивали игровой период раньше, так как начинали работать.

Итак, мы подвели итоги работы. Я надеюсь, что вам было интересно узнать про историю физкультуры в России. Поэтому всем спасибо за внимание!

**Заключение.**

Итак, мы завершаем нашу работу, и теперь осталось только подвести итоги и сделать выводы работы.

1. На Руси было много спортивных игр, таких как лапта, городки.

2. В 15-17 веках начали официально готовить солдат физически.

3. Пётр Великий - великий реставратор, который многое сделал для развития физкультуры в России.

4. В 18-19 веках в России были разногласия между сторонниками прусской муштры и физкультуры петровских времён.

5. В 20 веке большевики усиленно развивали физкультуру советского Союза.

6. Сегодня в России много соревнований, что улучшает физическую подготовку людей.

**Список использованной литературы**

**1.** Дилетант : официальный сайт. – Москва. – URL: <https://diletant.media/articles/45348614/> (дата обращения 05.04.2024)

2. Словари на Академике : официальный сайт. – Москва. – URL: [https://dic.academic.ru/dic.nsf/bse/135216/Спортивные](https://dic.academic.ru/dic.nsf/bse/135216/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B5) (дата обращения 05.04.2024)