# Специальность :49.02.01 Физическая культура

# Группа:Ф-1,Ф-2,Ф-3

# Дисциплина:теория и история физической культуры

# Преподаватель:Пикина Т.С.

**Лекция 2. Физическая культура народов бывшего СССР с древнейших времен до 1917 г.**

### Зарождение физической культуры у наро- дов, входивших

**в состав Российской империи**

### Физические упражнения и игры в народном быту

Возникновение физических упражнений и игр у народов, вхо- дивших в состав Российской империи, относится к первобыт- ному обществу. Они отражали охотничью, рыболовную, ското- водческую, земледельческую, военную и бытовую деятель- ность. У древних народов бытовали верховая езда, метание раз- ных предметов, стрельба из лука, разнообразные игры. Народы Севера с IV – III тыс. до н.э. применяли в труде (охоте) и быту передвижение на лыжах. У нанайцев, манси, ненцев и др. на- родностей Сибири и Дальнего Востока сравнительно широко в воспитательных целях использовались состязательные игры с бегом, метание копья, дротиков и топора, гребля, игры в медве- дя и оленя. Хорошо было поставлено военно-физическое вос- питание в Грузии на ранней стадии сельско-общинного быта. Многие игры и физические упражнения русского, белорусского народов и жителей Прибалтики в своем первоначальном со- стоянии относятся к древним состязательным играм.

Классовый характер физического воспитания особенно ярко проявился в рабовладельческих и феодальных государствах За- кавказья, Средней Азии, Северного Причерноморья, Крыма, в Киевской Руси и русском централизованном государстве. На территории России, как и в странах Запада, в этот период физи- ческое воспитание проходило в двух основных направлениях: в народных массах и у господствующего класса.

Своеобразием отличалось физическое воспитание у древних славян. Отличительной особенностью было то, что у восточных славян рабовладельческие отношения не получили полного раз- вития, как в Закавказье, Средней Азии и в Крыму. В VI – VII вв. восточные славяне жили еще родовым строем. Они занимались скотоводством, ремеслами, земледелием, охотой.

Воспитание детей осуществлялось всей родовой общиной. Мальчиков и юношей воспитывали мужчины, а девочек и де- вушек – женщины. По некоторым данным, у славян, как и у других народов, существовали дома молодежи, проводились инициации, в которых основное место уделялось физической подготовке молодых славян. По мере распада родовой общины воспитательные функции переходили к семье. Родители воспи- тывали и обучали своих детей, передавали им навыки и умения в охоте, верховой езде, стрельбе из лука, метании копья, плава- нии. По наследству детям передавались занятия своих родите- лей. Часто славянам приходилось вести войны, отражать набеги кочевых племен (аваров, хазаров и др.). Это требовало военной подготовки молодежи и взрослых.

### Игрища древних славян

Византийский историк Маврикий (VI в.) так оценивал воинское умение славян: «Племена славян многочисленны, выносливы, легко переносят жар, холод, дождь, наготу, недостаток в пище. Сражаться со своими врагами они любят в местах, поросших густым лесом, в теснинах, на обрывах, с выгодой для себя поль- зуются внезапными атаками, хитростью. Опытны они также и в переправе через реки, превосходя в этом всех людей».

В воспитательной системе славян особое место занимали иг- рища, связанные с культовыми обрядами. Они посвящались матери-земле, богу солнца Яриле, богу войны и оружия Пе- руну. Игрища состояли из плясок, песен, хороводов, разнооб- разных игр и физических упражнений, носящих состязатель- ный характер. Молодежь стремилась показать свое умение в стрельбе из лука, метании камней в цель и на дальность, в играх (городки, бабки и др.).

В связи с разложением рабовладельческих отношений в Сред- ней Азии, Закавказье и в Крыму и родового общества у древних славян создались предпосылки для возникновения феодальной общественно-экономической формации.

В Киевском государстве (IX – XI вв.), в период феодальной раздробленности на Руси (XII – XIV вв.) и в эпоху русского централизованного государства (XV – XVII вв.) народ, несмот- ря на многочисленные войны (их было около 160 с татарами, монголами, литовцами, немецкими рыцарями, шведами и др.), бережно сохранял и продолжал развивать самобытные формы физического воспитания. («Слово о полку Игореве»).

Широкой популярностью пользовались борьба, верховая езда, стрельба из лука, поднятие и метание камней и множество игр. Большое распространение получили кулачные бои, групповые и одиночные. Основными правилами кулачного боя являлись: лежащего не бить, заначку в рукавицу не класть, биться лицом к лицу, грудь с грудью, подножек не ставить. Классический пример такого боя описан М.Ю. Лермонтовым в поэме «Песня про царя Ивана Васильевича, молодого опричника и удалого купца Калашникова».

Были распространены такие виды упражнений, как плавание, гребля, передвижение на лыжах. Лыжные рати сражались и в отрядах Ермака. В XVII в. русский полководец М.В. Скопин- Шуйский успешно применял лыжные отряды в войне против поляков.

Процессу развития физических упражнений и игр во многом препятствовала религия. Русская православная церковь высту- пала против народных игрищ и других физических упражне- ний. Свод церковных постановлений «Стоглав» (1551) и «До- мострой» (1580) отдельными положениями были направлены против народных игр, забав и развлечений, но поощряли телес- ные наказания.

### Военно-физическое воспитание господствующих классов

**Вопросы физического воспитания**

### в медицинской

**и педагогической литературе эпохи феодализма**

Против народных форм физического воспитания вела борьбу не только церковная, но и светская власть. В 1648 г. царь Алексей Михайлович издал указ о запрещении народных игр и забав.

Но ни царские указы, ни церковные запреты не в силах были остановить процессы развития физических упражнений и игр, и они передавались из поколения в поколение.

В I тысячелетии до н.э. в Закавказье, Средней Азии, Северном Причерноморье образовались ранние государства с рабовладель- ческой формой правления. Военно-физическое воспитание рабовладельцев имело организованный характер. Воспитателем был опытный военачальник. В государстве Великая Армения (II – I вв. до н.э.) для детей нахараров (рабовладельцев) создавали школы, в которых основное место отводилось военно- физическому воспитанию. Детей обучали стрельбе из лука, верховой езде, развивали силу и ловкость.

В городах северного Причерноморья (в V – VI вв. до н.э.) суще- ствовали палестры и гимнасии, в которых молодые рабовла- дельцы получали военно-физическое воспитание.

В Киевском феодальном государстве, начиная с X в., в княже- ских и боярских домах появляются специальные лица для вос- питания и обучения детей. Это были выходцы из народа, вла- девшие искусством воспитания. Воспитывая и обучая детей феодальной знати, они использовали народные формы физиче- ского воспитания. В юном и зрелом возрасте феодалы совер- шенствовали свою военно-физическую подготовку, находясь на службе в старшей боярской дружине, а также и в быту, на охо- те, конных ристаниях (турнир, состязание), военных играх и потехах.

О наличии стройной системы воспитания феодальной знати Грузии можно судить по замечательному литературному па- мятнику Шота Руставелли «Витязь в тигровой шкуре» (X в.). Поэт воспел образ грузинского витязя, преданного своему царю и в совершенстве владеющего оружием. Герой обладает муже- ством и смелостью, любит свою родину, наделен исключитель- ной физической и духовной силой. В поисках славы он участ- вует в боях, охоте, в играх и развлечениях, проявляя доблесть, находчивость и справедливость.

Рост и укрепление феодальной государственности, развитие земледелия, ремесел и торговли определили подъем культуры и просвещения во всех областях жизни. Появилась медицинская и педагогическая светская литература, в которой нашли отра- жение и вопросы физического воспитания.

Много внимания в труде «Канон врачебной науки» уделил во- просам физического воспитания ученый медик Средней Азии Абу Али Ибн-Сина (980 – 1037 гг.) (Авиценна). Он писал в сво- ем труде о роли и месте физических упражнений в оздорови- тельной и лечебной практике. Дал определение физическим уп- ражнениям – произвольные движения, приводящие к непрерыв- ному, глубокому дыханию.

Он утверждал, если человек умеренно и своевременно занима- ется физическими упражнениями и соблюдает режим, то он не нуждается ни в лечении, ни в лекарствах. Прекратив эти заня- тия, он чахнет. Физические упражнения укрепляют мышцы, связки, нервы. Он советовал при занятиях учитывать возраст и здоровье. Высказывался о массаже, закаливании холодной и горячей водой. Рекомендациями Авиценны могли воспользо- ваться только феодалы.

Замечательным памятником педагогической литературы сере- дины XVII в. является сочинение Епифания Славинецкого

«Гражданство обычаев детских». В нем была сделана попытка показать место физического воспитания в системе образования детей, подчеркивалась его связь с умственным и нравственным воспитанием подрастающего поколения. Вот что писал Слави- нецкий в своей книге об играх детей: «Что украшает играние: постоянство, честное веселие, борзость, крепость смысла, чине- любовь общая играти и праведно ти, яко глаголют верно добро- тою и не кознию или ухищрением во игре тобе ждати».

### Влияние реформ начала XVIII века на развитие физической культуры и спорта

К концу XVII в. Россия представляла собой обширное многона- циональное централизованное феодально-абсолютистское го- сударство, нуждавшееся в развитии промышленности, военного дела, науки и техники, просвещения, усовершенствовании го- сударственного аппарата. На решение этих задач были направ- лены преобразования Петра I. Быстрыми темпами стали разви- ваться металлургия, мануфактурное производство, корабле- строение, а также много внимания уделялось подъему русской национальной культуры. Большую роль в развитии физическо- го воспитания сыграли преобразования в области просвещения и военного дела.

Однако следует оговориться, что значительные изменения, ко- торые произошли в эту эпоху и в формах и в содержании физи- ческой культуры, относятся главным образом к тем из ее форм, которые обслуживали интересы господствующих классов. Что же касается простого русского народа и других народов, вхо- дивших в состав Российской империи, то их физическое воспи- тание и в это время сохраняло присущий ему издревле само- бытный характер. Кулачные и палочные бои, борьба, плавание, хороводы, качели, катание на салазках с гор, игры, ярко окра- шенные в различные национальные окраски, и другие формы народных развлечений, осужденные в свое время указами свет- ской власти, на протяжении многих веков преследуемые церко- вью, теперь вновь получили право на жизнь.

В этом отношении реформы Петра I, хотя и косвенно, все же положительно сказались на развитии народного физического воспитания, освободив его от преследований со стороны церкви и органов государственной власти.

Но, не мешая физическим упражнениям, являвшимся составной частью народных развлечений, правительство Петра I и не со-

действовало их распространению. А поскольку война, налоги и различного рода повинности тяжелым бременем ложились на плечи и без того разоренного крестьянства, ясно, что от этого страдала и сама основа его физического существования и раз- вития.

Жизнь крестьянства была суровой и тяжелой. И все же, несмот- ря на это, русский народ в основном выгодно отличался своей физической силой, выносливостью, закалкой, мужеством и спо- собностью к перенесению длительных военных походов.

### Введение физического воспитания

**в учебных заведе- ниях**

В условиях больших преобразований в России со времен Петра I неизмеримо возросли потребности в квалифицированных кад- рах. В стране создаются светские учебные заведения. В 1701 г. в Москве в школе математических и навигационных наук вво- дится физическая подготовка как обязательный учебный пред- мет, а затем и в Морской академии (1719 г.) в С.-Петербурге, в гимназии Глюка в Москве (1703 г.). Средствами физического воспитания были фехтование, верховая езда, гребля, парусное дело, стрельба из пистолета, танцы и игры.

Наряду с государственными учебными заведениями в это же время в С.-Петербурге появляются частные общеобразователь- ные школы, в учебном плане которых значительное место было отведено и физическому воспитанию. Школы эти принадлежа- ли, как правило, шведам, попавшим когда-то в плен. В этих школах учились дети не только шведов, но и русских. Швед- ские преподаватели учили «вверяемых им детей латинскому, французскому и другим языкам и также морали, математике и всякого рода телесным упражнениям».

Во второй половине XVIII в. открываются гимназии и пансио- наты для обучения детей дворян и разночинцев. Здесь внимание обращалось на привитие внешних манер поведения, а также фехтованию, танцам.

В учебные планы гражданских учебных заведений также были включены элементы физического воспитания. В 1755 г. был от- крыт Московский университет с двумя гимназиями для подго- товки учащихся в Университет – для дворян и разночинцев. Со- словный характер гимназий обусловил и систему постановки физического воспитания в них. В то время как в гимназии для дворян преподавались «экзерциции воинские, ежели иметь бу- дет учеников», фехтование и танцы, в учебном плане гимназии для разночинцев эти предметы не предусматривались. Тот же учебный план сохранен для открытой в 1758 г. Казанской гим- назии.

В правление Екатерины II большое внимание уделялось орга- низации просвещения. Главное внимание обращалось на воен- но-учебные заведения, комплектовавшие своих воспитанников из дворян.

В связи с учебно-воспитательными реформами И.И. Бецкого, кадетский шляхетный корпус получил новый устав, утвержден-

ный 11 сентября 1766 г. Значительно была расширена програм- ма по общеобразовательным предметам. Однако наибольшие изменения коснулись физического воспитания. Учебный план предусматривал только преподавание «танцевания и фехтова- ния», тем не менее, физическое развитие признавалось решаю- щим в быту кадетского корпуса.

В детском возрасте кадеты получали общее физическое воспи- тание согласно правилам, изложенным в «наставлении о воспи- тании детей». В возрасте от 15 до 18 лет главное внимание об- ращалось на верховую езду, вольтижировку и фехтование. С 1772 г. по инициативе Бецкого в корпусе велось обучение «мя- чиковой игре», преподавателем который был приглашен «про- фессор мячиковой игры господин Корбин де Плеси из Парижа». Обязанности его заключались в обучении «во всем том, что до мячечной игры принадлежит, т.е. мортировать игру, сделать мячики и рапиры». Несмотря на то, что желающих обучаться не оказалось, Плеси по заключенному с ним контракту получал в течение 6 лет по 1000 рублей в год, причем по истечении этого срока с ним был заключен контракт еще на три года. В 1796 г., упорно стремясь привить «благородному юношеству» вкусы французской дворянской молодежи, среди которой игра в мяч пользовалась большой популярностью, Бецкой пригласил дру- гого «профессора», некоего Бионна, на этот раз с жалованием 500 рублей в год.

Этот пример свидетельствует о том, что если в первой полови- не XVIII века физическое развитие проводилось по методам, усвоенным из немецких кадетских корпусов, то при Екатерине II «решающее влияние оказала система физического воспита- ния французской дворянской молодежи».

В 1804 г. создается Устав учебных заведений. Появляется сис- тема в образовании – приходские и уездные училища, гимназии и университеты. В училищах физическое воспитание не было предусмотрено, а в гимназиях и университетах – необязатель- ный предмет.

Лучше всего физическое воспитание было поставлено в закры- тых дворянских учебных заведениях – лицеях. В Царскосель- ском лицее был специальный зал, где занимались фехтованием, гимнастикой и другими физическими упражнениями и играми.

### Военно-физическая подготовка

**в русской армии**

Реформы XVII и XVIII вв. оказали влияние на создание систе- мы военно-физической подготовки в русской армии.

Все началось с организации Петром I Семеновского и Преоб- раженского потешных полков. Здесь были выходцы из всех слоев. В ходе потех совершенствовалась боевая выучка солдат, развивались проворство, ловкость, выносливость, сила, быстро- та. Во время игр и походов солдаты учились брать искусно по- строенные крепости, преодолевать препятствия.

После смерти Петра I иностранцы обучали русских солдат ненужным приемам, муштре, парадности.

МОДУЛЬ 2. ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА СССР

### Александр Васильевич Суворов

**Федор Федорович Ушаков**

Большая заслуга в сохранении Петровских традиций принадле- жит ***А.В. Суворову (1730 – 1800 гг.)***. В своих произведениях об армии он изложил взгляды на военно-физическую подготовку солдат и офицеров.

Суворов начал службу простым солдатом и поэтому прекрасно знал быт и нужды русского войска. Будучи хилым от рождения, он систематически закалял себя. Суздальский полк под его ко- мандованием значительно выделялся своей военной и физиче- ской подготовкой из числа других. Вопросы морального и фи- зического воспитания русского бойца стояли у него на первом плане. Физическая подготовка солдат велась Суворовым весьма разнообразно. Он учил быстроте перестроений, меткому огню. Каждое ученье заканчивалось штыковым боем, которому он придавал решающее значение. Знаменитый суворовский воен- ный переход через Альпы стал возможен лишь потому, что и в мирное время Суворов придавал большое значение физической выносливости. Во время тренировок солдат учили проходить через густые леса, бегу, лазанию по лестнице, переходам через валы и рвы. Суворов сам подавал пример физической закалки и выносливости, проделав в 69 лет труднейший в истории воен- ного искусства Швейцарский поход. «Учить не рассказом, а по- казом» – было основное правило Суворова. Его методика обу- чения солдат, подытоженная в книжке «Наука побеждать», сво- дилась к следующему: «Экзерцирование мое было не на караул и не на плечо, но прежде торопливость, затем различное мар- ширование, а потом уже приемы, скорый заряд и конец – удар в штыки».

Вопросам гигиены и здоровья солдат Суворов уделял большое внимание. В русской армии ежегодная убыль солдат от болез- ней достигала колоссальной цифры. Суворов в 1796 г. добился того, что смертность его солдат составляла 0,012 %.

На флоте петровско-суворовские традиции военно-физической подготовки воплощал адмирал ***Ф.Ф. Ушаков (1744 – 1817 гг.)***. Специальная физическая подготовка матросов включала уп- ражнения в лазании по канатам и мачтам, бег по корабельным снастям, упражнения на быстроту в установке и уборке пару- сов, занятия плаванием и греблей, прицельной стрельбой с движущихся качелей, имитирующих качку, учебные абордаж- ные бои; она способствовала повышению боеспособности рос- сийского флота.

После А.В. Суворова его направление военно-физической под- готовки войск развивали М.И. Кутузов, П.И. Багратион и дру- гие офицеры и генералы, прославившиеся в Отечественной войне 1812 года. Однако с окончанием этой войны и созданием Священного союза (1815 г.) в русской армии снова наступила полоса реакции. Суворовские методы военно-физического вос- питания были преданы забвению. Царское правительство наса-

МОДУЛЬ 2. ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА СССР

### Физическое воспитание и спорт в быту народа

**Физическое воспитание в быту дворянства**

ждало в армии муштру, шагистику, изучение бессмысленных артикулов (приемов), палочную дисциплину. Все это ослабляло боеспособность армии.

Поражение России в Крымской войне в середине 50-х гг. XIX в. обнаружило недостатки в боевой и физической подготовке войск.

В XVIII веке среди простого народа бытовали излюбленные физические упражнения, к которым в первую очередь можно отнести борьбу и кулачный бой.

Борьба и кулачный бой проводились в праздничные дни, когда на соревнования приходило много зрителей. Были выработаны неписаные правила соревнований, которых неуклонно придер- живались противники.

Имена кулачных бойцов были широко известны в городе и в деревне. В России славились не только петербургские и мос- ковские бойцы, но и казанские, калужские и тульские. В Моск- ве был известен своей недюжинной силой Семен Трещала. В Петербурге лучшим кулачным бойцом долгое время был цело- вальник Гордей. Не менее известным был тульский оружейник Алеша Родимый.

Среди молодежи были популярны такие игры, как городки, свайка, игры в мячик (ножик, мушка, чушка). Все эти игры на ловкость, силу и скорость были древнейшего происхождения и полностью сохранили свою самобытность в XVIII веке.

Сохранились в XVIII в. также и другие виды народных развле- чений: качели, катание с гор и на коньках.

Впрочем, борьба один на один не давала народу настоящего простора и потому далеко не была в таком ходу, как бой на ку- лачках, который представлял возможность принимать участие не только взрослым, но и малолеткам. Присутствующие разде- лялись по двое и выстраивались друг перед другом в две стены; драку начинали в небольших боях – мальчики, в больших за- правских боях – заводные, один на один, потом шли все ос- тальные, стена на стену. Запасные бойцы стояли в стороне и принимали участие в драке только тогда, когда их стену начи- нала теснить противная сторона. Сцеплялка – свалка, в которой бой обращался в беспорядочную свалку и бесцельное тузение, не причислялась к охотничьим боям, а представляла переход к простой обиходной драке.

В этот период в физическом воспитании привилегированных сословий, в отличие от народных его форм, произошли значи- тельные изменения.

Первое, что следует отметить, – широкое применение физиче- ского воспитания в форме военизированных игр в потешных войсках Петра I. Ни до Петра I, ни после него, вплоть до появ- ления в России перед первой мировой войной скаутского дви- жения, мы не знаем ничего подобного этому в истории физиче-

ской культуры. Широко задуманный, а затем и осуществленный проект военной и физической подготовки юношества, состоя- щий из увлекательных потех на суше и на воде, с постепенным охватом значительного числа дворянской молодежи и детей

«иных чинов» – таков был путь развития физического воспита- ния в потешных войсках, положивших начало регулярной ар- мии Петра I.

После смерти Петра I придворное дворянство стало культиви- ровать модные в Западной Европе «светские» физические уп- ражнения. На первом плане были охота и стрельба. Во дворцах устраивались тиры, где проводилась стрельба, обязательная для всех придворных.

Культивирование верховой езды, являвшейся излюбленным ви- дом спорта среди знатных дам, носило характер подражания Западной Европе. Специальные берейторы обучали главным образом красивой посадке. Придворное дворянство не только могло широко пользоваться иностранной литературой, но по- лучило руководство на русском языке, изданное в 1795 г. Байе- ром, под названием «Школа верховой езды для охотников, же- лающих обучаться и т.д.»

В 60-х годах XVIII в. придворная знать стала увлекаться «кару- селью» – конной военной игрой, заимствованной опять же на Западе и считавшейся «рыцарским упражнением». Лучшими ездоками считались братья Орловы – Григорий и Алексей.

### Развитие педагогической

**и естественнонауч- ной мысли в облас- ти физического воспитания**

Педагогические идеи в России после Петра I тесно связаны с возвышением дворянского класса и его стремлением не только к приобретению материальных благ, но и к получению образо- вания. Дворянство стремилось получить соответствующее его значению, как привилегированного класса, воспитание. По- скольку русская педагогика того времени находилась еще в за- чаточном состоянии и не соответствовала тем требованиям, ко- торые предъявляло русское дворянство, приходилось опять об- ращаться к накопленным веками педагогическим идеям Запада. Теория физического воспитания стояла далеко не на втором плане. Это понимал уже младший современник Петра I, ***Васи- лий Никитич Татищев (1686 – 1750 гг.)***, пытавшийся обосно- вать в своем «Разговоре о пользе наук и училищ» (1733 г.) зна- чение его для дворянского класса. Татищев был одним из обра- зованнейших людей своего времени. Он был хорошо знаком с западноевропейской философией и политической литературой. Татищев понимал интересы своего класса и знал, что именно внешний лоск, «щегольские науки» дадут русскому дворянству полное равноправие с западноевропейским дворянством. Ха- рактерно также, что Татищев в своей классификации наук (по- лезные, нужные, вредительские, щегольские, любопытные) фехтование и верховую езду, стрельбу из пистолета относил к

«нужные наукам». Изучение этих наук, по мысли Татищева, дворянину нужно не только для обороны отечества, но и «для отвращения общего вреда», т.е. для защиты своих классовых интересов.

### Иван Иванович Бецкой

При Екатерине II вопросы физического воспитания стали ста- виться совершенно по-новому и серьезнее, на практике этим занимался ***Иван Иванович Бецкой (1704 – 1795 гг.)***. Прекрас- ный знаток французской просветительной философии, Бецкой занимал посты президента Академии художеств и директора сухопутного шляхетского корпуса. Именно в этих учебных за- ведениях, а также в московском коммерческом училище, в вос- питательном обществе для благородных девиц и воспитатель- ных домах стал проводить Бецкой новые идеи физического воспитания. Им были написаны уставы для этих заведений, со- ставившие два обширных тома «Учреждений и уставов, касаю- щихся до воспитания и обучения в России юношества обоего пола» (1774 г.). Кроме того, Бецкой составил «Краткое настав- ление, выбранное из лучших авторов с некоторыми физически- ми примечаниями о воспитании детей от рождения их до юно- шества», в котором впервые на русском языке подробно и сис- тематически излагались правила физического воспитания.

Основное, к чему стремился Бецкой, – это к созданию новой

«породы» людей путем воспитания, т.е. «новых отцов и мате- рей, кои бы детям своим те же прямые и основательные воспи- тания правила в сердце вселить могли, какие получили они са- ми, и от них де передали бы паки своим детям; и так следуя из родов в роды в будущие века». Поэтому основной задачей яв- ляется изолирование детей от «звероподобных и неистовых в словах и поступках» людей и создании воспитательных домов и училищ, в которых должна проводиться новая система воспи- тания. Для него было важно, чтобы дети были крепкого сложе- ния, которое достигается закаливанием и суровым физическим воспитание уже с младенческих лет. «Для порядочного воспи- тания и обучения» Бецкой определил пять возрастов, причем для каждого полагались определенные физические упражнения. Основное для физического развития – это движения, и чем они разнообразнее, тем здоровее ребенок. Вот почему Бецкой при- дает большое значение подвижным играм на открытом воздухе. Он решительно высказывается против тех игр, в которых нет или мало движения, а рекомендовал: чистый воздух, увеселение забавами, играми.

Стремясь к тому, чтобы ребенок получил «крепкое сложение», Бецкой не заботился о том, чтобы обеспечить это на практике.

Таким образом, с одной стороны, сказалась малоподготовлен- ность и необоснованность применения западноевропейской теории физического воспитания в условиях русской действи- тельности, вследствие чего реформы Бецкого потерпели неуда- чу; с другой стороны, классовый характер теории физического

### Михаил Васильевич Ломоносов

**Александр Николаевич Радищев**

воспитания Бецкого нашел достаточно яркое подтверждение в системе организации воспитательных домов, так как дворянство было равнодушно к интересам малоимущих классов населения.

***Михаил Васильевич Ломоносов (1711 – 1765 гг.)*** признавал, что особое значение для сохранения здоровья и физического развития имеет движение. Он планировал поднять вопрос о го- сударственных мероприятиях по развитию физического воспи- тания в России, а одну из статей собирался назвать «Олимпий- ские игры».

Возможно, под влиянием идей М.И. Ломоносова Екатерина II учредила в 1766 г. «Петербургские олимпийские игры» – праздник, в программе которого, помимо аттракционов и раз- нообразных развлечений, были состязания всадников, борцов и кулачных бойцов. Победителям вручали золотые медали с под- писью «С Алфеевых на Невские берега». Образец такой медали хранится среди экспонатов Эрмитажа.

Академик А.П. Протасов в 1765 г. выступил с докладами «О фи- зическом воспитании детей» и «О необходимости движения для сохранения здоровья», где утверждал, что физические упраж- нения являются средством сохранения здоровья, укрепления организма, закаливания.

Решительно выступал против дворянской системы воспитания того времени великий русский просветитель и философ ***Алек- сандр Николаевич Радищев (1749 – 1802 гг.)***. Он считал, что она рассчитана на подготовку «высокомерных щеголей», а главным, по его мнению, должно быть воспитание «истинных сынов отечества, активных борцов за счастье народа». Этой це- ли должно подчиняться и физическое воспитание, которому А.Н. Радищев отводил важную роль. Лучшими средствами фи- зического воспитания он считал закаливание, естественные уп- ражнения, широко применяемые в народном быту, физический труд. В своем знаменитом произведении «Путешествие из Пе- тербурга в Москву» Радищев пишет: «Прежде всего, необходи- мо закалять физическими упражнениями свое тело. Не надо огорчаться, если юноша не получил «светского» воспитания, но

«вспомните, что вы бегаете быстро, что плаваете не утомляясь, что подымаете тяжести без натуги, что умеете водить соху, вскопать гряду, владеете косою и топором, стругом и долотом, умеете ездить верхом, стрелять». То есть все указанные авто- ром навыки он считает гораздо более полезными, чем «свет- ское» воспитание. На страницах повести отведено место реко- мендациям и по физическому воспитанию девушек.

Взгляды А.Н. Радищева на физическое воспитание вытекали из его философского понимания человека как существа социаль- ного. Поэтому он считал, что оно должно носить общественный характер и одним из первых в России провозглашал идею госу- дарственной организации системы воспитания для детей всех сословий, а не только дворян.

### Развитие идейно- теоретических

**и научных основ физического воспитания**

### Константин Дмитриевич Ушинский

***Виссарион Григорьевич Белинский (1811 – 1848 гг.), Алек- сандр Иванович Герцен (1812 – 1870 гг.)*** критиковали офици- альную педагогику, считали, что в содержание воспитания в равной степени должны входить умственное, нравственное, эс- тетическое и физическое развитие.

Начиная с 1850 – 1860 гг. проблемы физического воспитания как части общего образования и гармонического развития лич- ности поднимались в философской, педагогической и научной литературе.

Значительный вклад в основу науки о физическом воспитании своими трудами внесли ***Николай Гаврилович Чернышевский (1828 – 1889 гг.) и Николай Александрович Добролюбов (1836 – 1861 гг.)***. Подвергнув анализу и критике буржуазную педагоги- ку и систему воспитания в России, они разработали новую пе- дагогику и основные ее принципы – демократизм, народность и гуманизм. Чернышевский и Добролюбов считали, что гармони- ческое развитие должно состоять из умственного, нравственно- го, эстетического и физического воспитания. К средствам фи- зического воспитания ими относились гигиена занятий физиче- скими упражнениями, народные физические упражнения, под- вижные игры, прогулки, закаливание, а главным считался труд. Защищая народные средства физического воспитания, Черны- шевский и Добролюбов резко критиковали тех деятелей, кото- рые навязывали иностранные методы гимнастики. Добролюбов писал по этому поводу: «Жаль, что никто из поклонников на- циональной германской гимнастики не съездит к нам в киргиз- ские степи или Башкирию. Там гимнастика процветает; своего рода олимпийские игры с борьбой и лазаньем на шесты и бегом взапуски повторяются периодически; подвиги отличившихся воспеваются степными Питардами, и во славу их звучат тузем- ные барбитоны и флейты, чебызги и кураи».

Большой вклад в педагогическую теорию обучения, воспитания и образования внес великий русский педагог ***Константин Дмитриевич Ушинский (1824 – 1870 гг.)***, который развил принципы народности и гармоничности, что и явилось основой его педагогической системы. В своем педагогическом сочине- нии «Человек как предмет воспитания» он определил воспита- тельную и образовательную деятельность учителя. Поднимал вопросы об индивидуальном подходе к ученикам с учетом их психолого-физиологических особенностей.

Определяя средства физического воспитания детей и подрост- ков, ориентировался на принципы народности. Считал, что ос- нову физического воспитания должны составлять народные иг- ры и физические упражнения в сочетании с трудом. Игры це- нились Ушинским за общественную направленность и отраже- ние трудовой и бытовой жизни народа.

Его взгляды на физическое воспитание не лишены недостатков, так как трактовались с чисто биологических позиций.

### Дмитрий Иванович Писарев

**Николай Иванович Пирогов**

### Иван Михайлович Сеченов

**Иван Петрович Павлов**

### Егор Арсеньевич Покровский

В развитие теории физического воспитания большой вклад внес ***Дмитрий Иванович Писарев (1840 – 1868 гг.)***. В своих трудах он поднимал важные вопросы о пользе и необходимости физи- ческого воспитания детей. Физическое воспитание должно со- действовать оздоровлению и закаливанию организма.

Большое значение для развития естественнонаучных основ фи- зического воспитания имели работы ученых Н.И.Пирогова, И.М. Сеченова, И.П. Павлова.

В работах русского хирурга-анатома ***Николая Ивановича Пи- рогова (1810 – 1881 гг.)*** была обоснована идея о зависимости строения органов тела от их функций. Это позволило выяснить влияние повторных физических упражнений на развитие и из- менение форм тела, развитие мышечной массы. На этой основе разрабатываются принципы функциональной анатомии. Им был впервые в России издан анатомический атлас.

Русский физиолог ***Иван Михайлович Сеченов (1829 – 1905 гг.)*** показал наличие прочной связи между деятельностью цен- тральной нервной системы и мышечными движениями. Труды Сеченова заложили основы изучения физиологии физических упражнений, проблем утомления и активного отдыха при мы- шечной деятельности человека.

Научные положения Сеченова получили развитие в трудах рус- ского физиолога ***И.П. Павлова (1849 – 1936 гг.)***. Его учение о высшей нервной деятельности, единстве физического и психи- ческого, об образовании условных рефлексов имело значение для изучения роли физических упражнений в формировании двигательных навыков и умений для трудовой и спортивной деятельности. Учение Павлова о типах нервной деятельности помогло в развитии теории и методики физического воспита- ния, врачебного контроля за занимающимися физическими уп- ражнениями.

Врач-гигиенист ***Егор Арсеньевич Покровский (1834 – 1895 гг.)*** оставил большое литературное наследие по теории и методике физического воспитания детей. Этой теме Покровский посвя- тил более 70 работ. Наиболее значимый труд – «Физическое воспитание детей у разных народов, преимущественно России». По мнению автора, «физические упражнения способствуют не только укреплению и развитию внешней телесной силы, но не менее того и образованию ума». К основным средствам физи- ческого воспитания Покровский относил народные игры, ходь- бу, бег, борьбу. Ценил проведение соревнований по плаванию, гребле, верховой езде, лыжам, конькам и играм, но при соблю- дении правил гигиены и медицинском контроле. Отрицательно относился к упражнениям на снарядах.

### Деятельность П.Ф. Лесгафта и его система физического образования

***Петр Францевич Лесгафт (1837 – 1909 гг.)*** родился и получил образование в Петербурге. Свою научную и педагогическую деятельность начал после окончания С.-Петербургской медико- хирургической академии, где он и остался работать, в 1865 г. защитил диссертацию на степень доктора медицины, а в 1868 г. стал доктором хирургии. В этом же году П.Ф. Лесгафт начал работать в Казанском университете, но за критику реакционной части профессуры был уволен без права преподавания. Возвра- тясь в С.-Петербург, начинает работать врачом в частной гим- назии, где очень тщательно и с большим интересом изучает практический опыт гимнастических занятий. Свои знания в об- ласти анатомии и физиологии кладет в основу научной теории физического воспитания. В 1874 г. опубликовал первую работу

«Основы естественной гимнастики», которая привлекла внима- ние общественности и заинтересовала военное ведомство. Ему вновь разрешают педагогическую деятельность, и он создает систему физической подготовки для учащихся военной гимна- зии. Лесгафт в течение двух лет изучал системы физического воспитания в западных странах.

Свои выводы относительно физического воспитания в школе П.Ф. Лесгафт изложил в работе «Руководство по физическому образованию детей школьного возраста». Приведем основные положения его теории.

1. Системы физического воспитания подчинены закономер- ностям физиологии. Параллельно с развитием физиологии постоянно нужно пересматривать и развивать физические упражнения.
2. Физическое воспитание является необходимым средством формирования гармонично развитого человека. Только гармо- нично развитый человек способен во всех областях жизни на оптимальную производительность с наиболее экономичным использованием энергии и в наиболее короткий срок.
3. Гармоничное развитие основывается на единстве физических и духовных сил человека и происходит при ведущей роли соз- нания.
4. Обучение физическому воспитанию по существу является частичной передачей учебного материала, накопленного в ходе истории.
5. Нормального физического развития можно достичь только при научно обоснованной системе физического образования.
6. Учебный материал из системы физического образования ох- ватывает только виды движений, легко усваиваемые в школь- ном возрасте, такие, как ходьба, бег, прыжки, метание, борьба, вольные упражнения, игры и туризм.
7. Физическое воспитание осуществляется в соответствии с общепедагогическими принципами, поэтому в ходе обучения большое внимание следует обращать на постепенность, после- довательность, возрастные особенности человека и принципы очередности.

П.Ф. Лесгафт отрицал пользу спортивных соревнований и уп- ражнений на снарядах, принижал значение показательных вы- ступлений. Несмотря на эти недостатки, разработал многие по- ложения, которые имеют решающее значение в теории физиче- ского воспитания.

Классификация физических упражнений состояла из четырех разделов:

* 1. Простые упражнения (движения головой, туловищем, конечностями).
  2. Упражнения с увеличивающимися напряжениями (упражне- ния с палками, гирями, метанием деревянных и железных ша- ров, прыжки, борьба, лазание).
  3. Упражнения с изучением пространственных и временных от- ношений (метание в цель, бег в заданном темпе, прыжки на расстояние).
  4. Систематические упражнения в виде сложных действий (иг- ры сложные и простые, плавание, бег на коньках и лыжах, фех- тование, походы и экскурсии).

В педагогической деятельности П.Ф. Лесгафта важное место зани- мала подготовка кадров физического воспитания. В 1877 – 1882 гг. он создает и возглавляет учебно-гимнастические курсы руково- дителей физической подготовки военных учебных заведений и армий. В 1896 г. по образцу этих курсов – Высшие курсы вос- питательниц и руководителей физического образования. На ба- зе этих курсов в 1918 г. был открыт институт физического об- разования имени П.Ф. Лесгафта.

### Развитие спорта и участие русских спортсменов

**в международных соревнованиях**

После реформ XIX века возникли спортивные общества и клу- бы, доступ в которые имели лишь представители крупной бур- жуазии и дворянства. Первыми были «С.-Петербургский реч- ной яхт-клуб» (1860 г.) и «Речной яхт-клуб» в Москве (1867 г.). Наибольшее распространение получили такие виды спорта, как футбол, лыжи, борьба, легкая атлетика, гимнастика, гребной спорт, поднятие тяжестей.

Большое значение для развития спорта в России имели междуна- родные встречи спортсменов. В конце XIX века представители и спортсмены нашей страны принимали участие в международной спортивной жизни. В 1894 г. генерал А.Д. Бутовский участвовал в Международном спортивном конгрессе в Париже, где был избран в члены Международного олимпийского комитета.

Несмотря на то, что российские спортсмены не участвовали в Первых Олимпийских играх в Афинах, они постоянно прини- мали участие в международных соревнованиях по конькобеж- ному спорту, борьбе, тяжелой атлетике, велоспорту, фехтова- нию, гребле.

С начала XX в. русские спортсмены нередко выходили победи- телями на первенствах Европы и мира, в олимпийских играх.

### Российские олимпиады

Н. Струнников дважды, в 1910 и 1911 гг., был чемпионом мира по конькам. Н.А. Панин-Коломенкин завоевал золотую медаль по фигурному катанию на IV Олимпийских играх в Лондоне (1908 г.). Борцы Н. Орлов и А. Петров – серебряные медали на этих играх.

Отметим и других талантливых спортсменов: Н. Струнников и В. Ипполитов (коньки), С. Елисеев (штанга), И. Поддубный (борьба), А. Харлампиев (бокс), М. Свешников (гребля).

В 1912 г. Россия впервые полной командой официально высту- пила на Олимпийских играх в Стокгольме. Из-за плохой подго- товки команды Россия заняла предпоследнее место в неофици- альном зачете, завоевав две серебряные и две бронзовые награ- ды и поделив с командой Австро-Венгрии 15 – 16 место.

В конце 1912 г. в целях усиления контроля и политического надзора за деятельностью спортивных обществ царское прави- тельство создало «Канцелярию главного наблюдающего за фи- зическим развитием народонаселения Российской империи». В 1913 г. при ней был организован Временный совет, в который вошли представители министерств – военного, просвещения, фи- нансов, путей сообщения, а также от императорского двора и др. Учреждение канцелярии и совета не оказало существенного влияния на развитие спортивного движения в России.

После неудачного выступления на олимпийских играх по пред- ложению Российского олимпийского комитета было решено ежегодно проводить свои Российские олимпиады. Первые про- шли в 1913 г. в Киеве и в 1914 в Риге. В соревнованиях в Риге приняло участие 24 города. Программа рассчитана была на шесть дней, в нее входили соревнования для мужчин по таким видам спорта, как легкая атлетика, гимнастика, фехтование, стрельба, вело- и мотоспорт, тяжелая атлетика, конный спорт, футбол, плавание, парусно-гребные гонки; для женщин – по легкой атлетике и фехтованию.

Накануне первой мировой войны в России насчитывалось свы- ше 1200 спортивных, охотничьих и рыболовных клубов и об- ществ. Спортивные клубы (800) объединяли 50 тыс. спортсме- нов. Эти показатели намного ниже, чем в Германии, США, Англии, Франции и др.

Во главе спортивных обществ «Богатырь», «Маяк», всероссий- ских спортивных лиг и союзов (футбола, конного и теннисного спорта и др.) стояли генералы, коммерсанты, банкиры.

Первые шаги делали: баскетбол, плавание, русский хоккей, ручной мяч, автомотоспорт.

В стране стали проводиться соревнования в городах и губерни- ях, а по некоторым видам – первенство России.

В 1915 г. правительство объявило мобилизацию спортсменов для помощи царской армии.

# Создание и развитие советской системы физической культуры в период до Великой Отечественной войны

После Октябрьской революции в 1917 г. среди первых меро- приятий советской власти значилось и создание в рамках Госу- дарственного Наркомата просвещения отдела школьной меди- цины и гигиены, основной задачей которого было организация питания, а также постановка физического воспитания в школе. Небольшая группа ученых, врачей и педагогов, признавшая со- ветскую власть, в Петрограде и Москве начала разрабатывать научные основы системы социалистического физического вос- питания.

22 апреля 1918 г. ВЦИК принял декрет «Об обязательном обу- чении военному искусству», согласно которому было учрежде- но Главное управление всеобщего военного обучения и форми- рования резервных частей Красной Армии (Всевобуч). В его составе был организован отдел физкультурного развития и спорта, ведавший физической подготовкой в частях Красной Армии, на пунктах допризывной подготовки, а также среди гражданского населения.

Военное обучение проходили граждане от 16 до 40 лет. Оно включало в себя и физическую подготовку – занятия гимнасти- кой и различными видами спорта. Военное обучение строилось по 96-часовой программе.

Но для того, чтобы осуществлять физическую подготовку по программе Всевобуча, нужны были специалисты. В связи с этим в Москве в 1918 г. было создано высшее специальное физ- культурное заведение, а в 1919 г. на базе бывших курсов П.Ф. Лесгафта открылся Государственный институт физического образования.

В 1919 г., руководствуясь программой по военному делу, было разработано содержание занятий физкультурой с детьми и юношеством. Эти материалы служили основой для составления губернскими отделами народного образования примерных про- грамм.

Программы разрабатывались учителями, инспекторами и инст- рукторами физкультуры и утверждались губернскими научно- методическими советами. Программы значительно отличались по содержанию. Например, в основу программы, разработанной Иркутским губоно (губернский отдел народного образования), была положена сокольская система с сохранением ее термино- логии. Авторы программы не отказывались от исторического наследия в области теории и практики физического воспитания, максимально используя все лучшее, полезное, что было накоп- лено ранее. Материалами при составлении программы служили

«Теория и практика, курс физического воспитания» (Ж. Деме- ни, Ж. Филини), «Физическое воспитание» (В.В. Гориневский). В апреле 1919 г. состоялся первый Всероссийский съезд по фи- зической культуре, спорту и допризывной подготовке, который

выработал программу развития советского физического воспи- тания и спортивного движения на военный период.

Охваченная кольцом интервенции советская Россия не полу- чила приглашения на Олимпийские игры, проходившие в 1920 г. в Антверпене. И было решено провести в стране областные соревнования под названием «Среднеазиатская», «Сибирская»,

«Кавказская» олимпиады. Но из-за необходимости сосредото- чить силы против Колчака проведение в Москве финалов не состоялось.

В середине 20-х гг. вместе с созданием ликбезов развернулось движение за ликвидацию «физкультнеграмотности», которое сопровождалось вовлечением широких масс населения в спор- тивные секции, разъяснением оздоровительной и воспитатель- ной роли занятий физическими упражнениями.

27 июня 1923 г. был образовал центральный орган управления – Высший совет физической культуры (ВСФК), который учредил свои отделы в республиках, губерниях и городах, решал задачи, связанные с физической культурой.

### Физическое воспитание

**в начальной, сред- ней и высшей школах**

Высший совет физкультуры ввел на 1923/24 учебный год всеобщее, обязательное преподавание физкультуры в школах. Но этот процесс шел очень медленно. Такая же картина была и со школьным спортом. Физкультурные кружки были только в школах крупных городов. Такое критическое положение объяс- нялось экономическими трудностями, нехваткой гимнастиче- ских залов и специалистов, но самой основной трудностью бы- ло отсутствие содержания и методов работы советской физиче- ской культуры.

В связи с этим возникло много всевозможных направлений в вопросах определения содержания и методов социалистической физической культуры.

Выступавшие под знаком центризма детского физического вос- питания видели развитие физической культуры в том, чтобы в школах занимались только благоприятной и полезной для уче- ников игровой деятельностью; тем самым упрощались подходы к физическому воспитанию.

Сторонники медицинского направления видели основы физи- ческого воспитания в кондиционной гимнастике, они считали, что лечебная гимнастика, став всеобщей в практике школ и спортивных кружков, может не только устранить возможность производственных заболеваний, но и создать связи между про- цессом работы и физическим воспитанием.

Гигиеническое направление и его преемники исходили из того, что эксплуатация и нездоровый образ жизни прошлого поколе- ния закономерно ослабили организм рабочих и их детей. Для них работа означала лишь ощутимую усталость, и поэтому дальнейшую нагрузку, связанную с гимнастической и спортив- ной деятельностью, они считали только подрывом здоровья.

Специальную форму пути развития физкультуры представлял

Комитет художественного физического воспитания. По пред- ставлению Комитета, действительное физическое воспитание должно основываться на художественном переживании в про- цессе работы. В предлагаемых формах были отброшены буржу- азные системы упражнений и вместо них введены стилизован- ные формы рабочих движений (загребание угля, пиление, стро- гание и др.). Основным содержанием физической культуры должны стать гимнастика, спорт, подвижные игры.

В 1927 г. была выпущена программа по физической культуре, ставшая исходным рубежом для всех следующих программ, в ней были сформулированы задачи физического воспитания, средства и методы урока физкультуры, формы организации; также ею предусматривалось проведение в начальной школе уроков физической культуры три раза в неделю. Схема урока со- стояла из 6 серий (как в уроке у Ж.Демени) для начальной шко- лы и 8 серий для средней: 1) порядковые упражнения; 2) подго- товительные упражнения; 3) метание; 4) сопротивления; 5) прыж- ки; 6) специальные упражнения профилактического и корриги- рующего характера для отдельных групп мышц; 7) ходьба; 8) за- ключительная часть.

Недостатки этой программы заключались в том, что не было учета физкультурных достижений, она не давала конкретных нормативных требований. В рамках программы осуществлялось также воспитание санитарно-гигиенических навыков с изуче- нием явлений окружающей среды (производство, рынок, пе- карня). Это сокращало время на физические упражнения.

В 1927 – 1928 гг. физическое воспитание было включено в учебные планы педагогических и медицинских вузов. В июле 1929 г. физическое воспитание стало обязательным предметом в высших учебных заведениях России, а с 1930 г. оно стало обя- зательным предметом во всех вузах СССР. Для осуществления работы в данном направлении в вузах были созданы кафедры физического воспитания и спорта, приглашены на работу соот- ветствующие специалисты. Студенты занимались лыжным спортом, боксом, стрелковым спортом, гимнастикой, баскетбо- лом и волейболом. Серьезным препятствием для осуществле- ния физического воспитания студентов являлось отсутствие ма- териальной базы, спортивных сооружений и инвентаря.

В конце 30-х гг. физическое воспитание и спорт все прочнее занимали свое место в системе учебно-воспитательной работы средних и высших учебных заведений.

В 1939 г. были внесены изменения в школьные программы фи- зического воспитания. Была введена начальная и допризывная военная подготовка школьников, которой предусматривались строевая подготовка, стрельба, правила противовоздушной обороны и противохимической защиты. В новых программах отводилось место внеклассным и внешкольным формам заня- тий гимнастикой, спортом и играми.

### Спортивно- массовая работа с населением

**Первая Всероссийская спартакиада**

В стране регулярно проводились соревнования на первенство школ, районов, городов, областей, республик и Советского Союза.

Вся работа с подрастающим поколением и студентами строи- лась по единым программам на основе комплекса БГТО и ГТО, а также Единой всесоюзной классификации.

Развернувшееся физкультурное движение в стране требовало значительного улучшения материально-технической базы. Не- смотря на большие финансовые затруднения, в стране началось строительство крупных спортивных сооружений. В ноябре 1927 г. в Ленинграде открылся первый в стране зимний плаватель- ный бассейн, в 1928 г. вступил в строй московский стадион

«Динамо».

Первая Всероссийская спартакиада была проведена в августе 1928 г. На Красной площади прошло торжественное ее откры- тие. В течение года в городах, селах, областях и республиках проводились отборочные соревнования по легкой атлетике, футболу, плаванию, велоспорту, тяжелой атлетике, борьбе, стрельбе, гребле и другим видам спорта. В финальной части соревнований приняли участие 7225 человек, из них 960 деву- шек, 612 участников – из капиталистических стран (Чехослова- кии, Германии, Англии, Франции, Норвегии, Финляндии, Ар- гентины, Уругвая), которые состязались в 21 виде спорта (про- ходившие в эти же дни XI Олимпийские игры в Амстердаме включали в программу 17 видов). В течение двух недель шли соревнования по легкой атлетике, футболу, плаванию, велоси- педному спорту, баскетболу, волейболу, ручному мячу, тенни- су, тяжелой атлетике, борьбе, стрельбе, городкам, народной гребле, фехтованию, национальным танцам.

В Москве построили два стадиона – «Динамо» и «Юных пионе- ров». В ходе спартакиады было установлено 80 новых всесоюз- ных рекорда. Но главное заключалось не в рекордах, а в самой идее спартакиады – привлечь к спорту как можно больше юно- шей и девушек, вызвать подъем физкультурного движения, вы- явить талантливых спортсменов, дать толчок развитию спорта в национальных республиках.

Героем спартакиады стал молодой ленинградский пловец Алек- сандр Шумин. Он участвовал в девяти заплывах и в восьми из них победил с рекордными результатами. В последующие годы Шумин 120 раз устанавливал рекорды страны на различных дистанциях. Он был одним из организаторов первой в стране детско-юношеской спортивной школы плавания. В 1934 г. ему в числе первых было присвоено звание «Заслуженный мастер спорта».

### ГТО (готов к труду и обороне)

В результате I место заняла команда РСФСР, II – Украины, III – Белоруссии, IV – Узбекистана, V – Закавказья, VI – Туркмени- стана.

Спартакиада вскрыла ряд недостатков в организации физкуль- турной работы: 1) несмотря на рост массовости, уровень спор- тивного мастерства основной массы участников был невысок;

1. передовой опыт Москвы и Ленинграда распространялся сла- бо; 3) по-прежнему ощущался недостаток учебно-методической литературы, спортивных сооружений и инвентаря, квалифици- рованных преподавателей и тренеров.

Важным вкладом в создание советской системы физического воспитания явился комплекс ГТО (готов к труду и обороне), введенный в 1931 г., который помог устранить разнобой в сред- ствах и методах физкультурной работы.

Нормы ГТО, учитывающие возрастные и половые особенности человека, были пригодны для школьного и внешкольного фи- зического воспитания молодежи. Система ГТО требовала отно- сительно малого количества специалистов и играла большую роль в вовлечении общественных организаций в спортивную жизнь. Стержень норм ГТО составляла гимнастика, легкая ат- летика, игры, борьба и национальные виды спорта.

С 1931 г. была введена сдача норм ГТО I ступени, в которую входили нормативы по бегу, прыжкам и метанию, подтягива- нию (для мужчин), лазанию по канату (для женщин), плавание, езда на велосипеде, лыжные переходы, гребля, передвижение в противогазе. А также в этот комплекс входило знакомство с оказанием первой медицинской помощи, с основами самокон- троля.

С января 1933 г. введена сдача норм ГТО II ступени, в которую входило 22 нормы и 3 требования, а также военно-прикладные виды: прыжки на лыжах, прыжки в воду, фехтование на шты- ках, преодоление полосы препятствий и др.

В 1934 г. введен комплекс БГТО (будь готов к труду и оборо- не), который носил прикладной, оздоровительный характер. Установление этого комплекса завершило оформление всей системы комплекса ГТО, в котором нашли отражение основные принципы советской системы физического воспитания – при- кладной характер, всесторонность и оздоровительная направ- ленность. Благодаря комплексу ГТО советские люди приобща- лись к систематическим занятиям физической культурой. Со сдачи норм ГТО начали свой путь многие известные спорт- смены. Только за 1933 – 1937 гг. нормы ГТО I ступени сдава- ли 4 млн. 458 тыс. человек, II ступени – 35 тыс., БГТО – 759,5 тыс. человек.

Идеи и принципы ГТО получили свое дальнейшее развитие в Единой спортивной классификации (ЕВСК), созданной в 1935 – 1937 гг. Это повлекло за собой введение разрядных норм, спор-

тивных званий. Классификация дала возможность установить единые принципы определения спортивной подготовки на всей территории СССР.

В Конституции 1936 г. было закреплено право трудящихся на создание различных общественных организаций, в том числе и спортивных обществ. В течение 1935 – 1936 гг. в СССР созда- ется система ДСО.

21 июня 1936 г. начинает функционировать Всесоюзный коми- тет по делам физкультуры и спорта при Совете Народных Ко- миссаров, который работал вплоть до 1958 г.

В 1937 – 1940 гг. физкультурное движение развивалось во всех союзных республиках. В стране проводилось большое количе- ство соревнований и спортивных праздников. Смотром дости- жений физкультурной работы в стране стали Всесоюзные дни физкультурника, проводившиеся в 1939 и 1940 годах. В стране было построено 378 стадионов, около 70 тыс. спортивных пло- щадок, 6 тыс. спортивных залов и других сооружений.

Но в тоже время, согласно данным, приведенным Коллегией Ко- митета государственной безопасности СССР, «В 1930 – 39 гг. по обвинению в контрреволюции, государственных преступлениях судебными и всякого рода несудебными органами вынесены приговоры и постановления в отношении 3778234 человек, из них 786098 человек расстреляно».

Трагические события 1937 – 1938 гг. вместе со всей страной пережило и советское физкультурное движение, его руководи- тели, педагоги и спортсмены. Так, незаконно подверглись ре- прессиям председатель Всесоюзного совета физической куль- туры при ЦИК СССР Н.К. Антипов, председатель Всесоюзно- го комитета по делам физкультуры и спорта при СНК СССР Н.И. Харченко, председатель советской секции исполкома КСИ М.С. Кедров, ректор ГЦИФК А.А. Зикмунд, директор ГЦОЛИФК С.М. Фрумин и др. Такая же участь постигла созда- теля и пропагандиста борьбы самбо В. Ощепкова и спортсмена из ЦДКА Н. Ковтуна. В 1937 г. Николай Ковтун показал выдаю- щийся по тем временам результат в прыжках в высоту (201 см), что являлось не только всесоюзным рекордом, но и одним из лучших мировых достижений в этом виде спорта. Впоследст- вии Н. Ковтун был необоснованно репрессирован, его достиже- ние вычеркнули из списка рекордов нашей страны на 20 лет. Его имя не упоминалось и в спортивной печати. Лишь спустя годы результат Н. Ковтуна был восстановлен в истории спорта. Большинство из этих людей погибло в тюрьмах и лагерях.

# Физическая культура и спорт в СССР в годы Великой Отечественной войны

### Физическая культура во время Великой Отечественной войны

**Боевые подвиги спортсменов**

### и физкультурников на фронтах Великой Отечественной войны

С первых дней Великой Отечественной войны физкультурное движение стало перестраиваться на военный лад.

Задачи, вставшие перед физкультурными организациями в годы войны, формулировались так: 1) подготовить резервы Красной Армии; 2) проводить массовую военно-физическую подготовку населения; 3) готовить кадры специалистов по лечебной физи- ческой культуре для работы в госпиталях.

Физкультурные организации включились в проведение военно- физической подготовки населения, предоставив для этого кад- ры специалистов, спортивные базы, инвентарь и оборудование. Для ведения занятий на военно-учебные пункты направлялись преподаватели и тренеры, инструкторы физической культуры, студенты физкультурных учебных заведений.

В сентябре 1941 г. было введено всеобщее военное обучение трудящихся. Физкультурные организации совместно с Осо- авиахимом и Красным Крестом помогали органам Всевобуча готовить воинов прикладных специальностей.

Составной частью военно-физической подготовки населения стали массовые лыжные и легкоатлетические кроссы, военизированные походы, марш-броски, сдача норм на значок ГТО. В целях приближения комплекса ГТО к требованиям военного времени в 1942 г. в него были внесены некоторые дополнения: изучение материальной части винтовки, знание топографии, оказание санитарной помощи и др. В годы войны физкультурные организации много сделали по внедрению лечебной физической культуры в госпиталях.

Преподаватели и студенты ИФК им. П.Ф. Лесгафта только за вторую половину 1941 г. подготовили по военно-прикладным видам 140 тыс. человек. В эти годы коллектив Государственно- го центрального института физкультуры дал Красной Армии и народному ополчению свыше 340 тыс. обученных военно- прикладным специальностям бойцов.

С первых дней войны на фронт добровольно ушли многие спортсмены ДСО профсоюзов, «Динамо», «Спартака», ЦДКА, студенты, учащиеся средних учебных заведений физкультурно- го профиля.

В рядах защитников Родины были лучшие представители со- ветского спорта, они становились мастерами разведки и сапер- ного дела, рукопашных схваток и снайперской стрельбы, мет- кими артиллеристами и пулеметчиками.

Неоднократный чемпион страны по боксу Николай Королев сра- жался в партизанском отряде Героя Советского Союза Д.Н. Мед- ведева, будучи его адъютантом. Он дважды выносил с поля боя раненого командира.

### Физическое воспитание учащейся молодежи на службе обороны Родины

Многие выдающиеся спортсмены служили в Отдельной мото- стрелковой бригаде особого назначения (ОМСБОН). Воины выполняли особые задания командования. В одном из отрядов ОМСБОНа находился студент ГЦОЛИФК Борис Галушкин. Он смело ходил в разведку, умело брал «языка», пускал под откос вражеские воинские эшелоны, взрывал мосты. В начале ноября 1944 г. противник окружил партизанскую базу, на которой на- ходился отряд Б. Галушкина. В бою при выходе из окружения лейтенант Галушкин пал смертью героя. Ему было присвоено звание Героя Советского Союза. Из ОМСБОН 24 человека удо- стоены звания Героя Советского Союза.

В отрядах народных мстителей «Смерть фашизму» им. К.Е. Во- рошилова Минского партизанского соединения были взводы спортсменов. В боях с оккупантами они проявляли образцы от- ваги и героизма.

Боевыми подвигами отмечен путь 13 партизанских отрядов, сформированных из студентов и преподавателей Ленинградско- го института физической культуры (ИФК) им. П.Ф. Лесгафта. Отряд под руководством преподавателя института Д.Ф. Косици- на в течение 1941 – 1942 гг. четыре раза уходил в глубокий тыл врага, выполняя ответственные задания Ленинградского штаба партизанского движения. В 1942 г. за боевые подвиги институт им. П.Ф. Лесгафта был награжден орденом Красного Знамени. Высокими правительственными наградами были отмечены многие преподаватели и студенты украинского, грузинского, белорусского и азербайджанского ИФК, активно сражавшиеся в Красной Армии и партизанских отрядах.

С кровавых полей войны не вернулось много замечательных спортсменов, тренеров, преподавателей и других физкультур- ных работников.

В память о подвигах советских спортсменах до сих пор по тра- диции проводятся спортивные соревнования в их честь.

Перед учебными заведениями в этот период встала задача большой государственной значимости – воспитывать моло- дежь, владеющую основами военного дела, сильную, выносли- вую, дисциплинированную.

Физическое воспитание в школах проводилось по программе Всевобуча, а в вузах – по специальным программам. В ходе войны потребовалось изменить содержание физической под- готовки.

Специальными постановлениями правительства № 1729 и

№ 1730 от 24 октября 1942 года с 1942/43 учебного года во всех начальных школах и в 1 – 4 классах неполной и средних школ была введена военно-физическая подготовка учащихся, а для учащихся 5 – 10 классов неполных средних и средних школ, техникумов – начальная и допризывная военная подготовка. Были разработаны и соответствующие программы.

На военно-физическую подготовку в учебных планах на- чальных и в 1 – 4 классах неполных и средних школ отводи-

лось: в 1 и 2 классах – по одному часу, в 3 и 4 классах – по два часа в неделю. Содержанием военно-физической подготовки являлись: гимнастические упражнения и военизированные иг- ры, строевая подготовка. В 5 – 7 классах проводились военные занятия, на которых учащиеся получали необходимые практи- ческие навыки. В 8 – 10 классах и техникумах осуществлялась допризывная подготовка и решалась задача подготовки оди- ночного бойца-стрелка.

Физическая подготовка в вузах проводилась с целью совершен- ствования физических качеств и навыков, необходимых студен- там, как будущим командирам запаса, а также с целью привле- чения студентов к активному участию в систематических заня- тиях спортом и к сдаче норм комплекса ГТО.

В соответствии с постановлением СНК СССР от 13 апреля 1944 года о военной подготовке студентов высших граждан- ских учебных заведений физическая подготовка была включена в общевойсковую подготовку студентов и проводилась по про- грамме вузов на 1 и 2 курсах и частично выносилась на лагер- ный сбор. Занятия включались в расписание учебного заведе- ния, и посещение их являлось для студентов обязательным.

В физическую подготовку в вузах входили следующие виды: гимнастика, фехтование, легкая атлетика, лыжная подготовка, баскетбол, плавание. Учебными пособиями являлись руково- дства по отдельным разделам физической подготовки в Красной Армии. Объем материала учебно-тренировочных занятий был в основном одинаковым как для юношей, так и для девушек.

Кроме тренировочных занятий по расписаниям, в вузах прово- дилась и спортивная работа. На лагерных сборах практикова- лись состязания в преодолении штурмовой полосы, в беге на средние дистанции, в парных и групповых боях на винтовках с мягким наконечником, в гранатометании по неподвижным, движущимся и появляющимся целям и др.

Выполняя постановление Госкомитета обороны СССР о всеоб- щем военном обучении населения, физкультурные организации и учебные заведения проделывали большую работу по подго- товке резервов армии, авиации и флота.

### Физкультурная работа в тылу страны

В декабре 1941 г. был разыгран кубок Москвы по русскому хоккею. Победила команда ЦДКА. В конькобежных соревно- ваниях участвовали К. Кудрявцев, А. Капчинский, И. Ипполи- тов и другие мастера скоростного бега на коньках. В напря- женный момент боев за Москву, в период ноябрьского насту- пления немцев, в городе состоялся шахматный чемпионат, привлекший внимание спортивной общественности СССР и зарубежных стран.

В 1942 г. офицер Феодосий Ванин достиг высокого результа- та в беге на 10000 м, установив новый всесоюзный рекорд. Большое военно-политическое значение приобрел матч по фут- болу в осажденном Ленинграде в 1942 г. Он показал, вопреки

гитлеровской пропаганде о гибели Ленинграда, что город жив, борется и уверен в своей победе над фашистами.

В том же году в оккупированном Киеве проходил футбольный матч между командой «Динамо» и фашистской командой

«Люфтваффе». Динамовцы, проявив огромное мужество и пат- риотизм, победили, за что многие из них поплатились своей жизнью.

Оживление спортивно-массовой работы в стране началось в 1943 г., когда в ходе войны произошел коренной перелом. В этом же году состоялись всесоюзные соревнования по гимна- стике, легкой атлетике, рукопашному бою. В стране восстанав- ливались старые и создавались новые спортивные школы.

В 1942 г. их насчитывалось 140, а в 1943 – уже 280. В 1943 г. правительство приняло решение о создании спортивного обще- ства «Трудовые резервы». Это значительно улучшило спортив- но-массовую работу среди учащихся ремесленных школ и учи- лищ. Среди студентов вузов проводились соревнования по лы- жам, легкой атлетике, штыковому бою – видам, характерным для военных лет.

В 1944 г. после освобождения территории СССР от немецко- фашистских захватчиков в стране создались благоприятные ус- ловия для организации спортивно-массовой работы. Первенст- во СССР в этом году проводилось по 14 видам спорта.

### Работа физкультурных организаций

**по восстановлению здоровья**

### и боеспособности раненых солдат

**и офицеров Совет- ской Армии**

В годы Великой Отечественной войны физкультурные органи- зации и физкультурные учебные заведения провели значитель- ную работу по лечебной физической культуре (ЛФК) в госпи- талях и батальонах выздоравливающих.

ЛФК занимала видное место среди средств, способствующих восстановлению здоровья раненых воинов и улучшению их фи- зической подготовленности. Год от года она применялась во все более широких масштабах. Если в начале войны ЛФК было охвачено лишь 25 % раненых, то к концу войны – до 88 %. Бла- годаря применению ЛФК раненые значительно быстрее выздо- равливали.

Большую помощь оказывали лесгафтовцы госпиталям блокад- ного Ленинграда. Специалисты по ЛФК, в числе которых про- фессора А.Н. Крестовников, А.Б. Гандельсман, А.Ц. Пуни, пре- подаватели Н.К. Косицына, К.А. Кузьмина, Е.Г. Котельникова, Л.П. Орлов и многие другие, помогали воинам вернуться в строй. В начале войны вуз организовал курсы медсестер и ин- структоров по ЛФК. Выпускники этих курсов впоследствии ус- пешно применяли полученные знания на фронтах войны, в гос- питалях и батальонах выздоравливающих.

Ученые института анализировали и обобщали накопленные на- блюдения, вырабатывали новые методы лечебной физкультуры.

# Физическая культура в СССР после Великой Отечественной войны (1945 – 1991 гг.)

### Развитие физической культуры и спорта в послевоенные годы

**I и II Спартакиады народов СССР и их значение для восстановления**

### и развития физического движения

**в послевоенные годы**

Нормализация работы по физическому воспитанию и развитию спорта после второй мировой войны столкнулась с большими трудностями. На оккупированной территории было разрушено более 4 тыс. спортивных залов в начальных и средних школах и 334 – в институтах. На Украине и в Белоруссии почти не оста- лось ни одного учреждения, занимавшегося ранее физическим воспитанием. Погибли или стали нетрудоспособными 18 % специалистов по физическому воспитанию и 15 % дипломиро- ванных тренеров. В то же время перед физкультурным и спор- тивным движением в СССР были поставлены большие задачи. Естественным результатом антифашистской коалиции явилось то, что руководители сотрудничавших с СССР стран были вы- нуждены отказаться от проводившейся ими ранее политики блокады СССР в области культуры и спорта. Со стороны СССР было также проявлено стремление к расширению международ- ных спортивных связей.

Этот процесс ярко отразился во Всесоюзном параде физкуль- турников, состоявшемся в августе 1945 года на Красной пло- щади в Москве и посвященном Победе советского народа над фашизмом. В параде приняли участие спортсмены всех союз- ных республик. Советское государство, несмотря на трудности, связанные с восстановлением народного хозяйства, уделяло по- стоянное внимание деятельности физкультурных организаций. К 1947 г. в спортивном движении страны были ликвидированы последствия военных разрушений. Число спортсменов, регу- лярно занимающихся спортом, увеличилось до 5,4 млн. чело- век, т.е. превысило почти на 100000 показатели 1940 года.

В целях повышения спортивного мастерства были учреждены должности государственного тренера по видам спорта и откры- то 80 спортивных школ для молодежи.

В 1951 г. вводятся новые программы по физической культуре, согласно которым на 1-м и 2-м курсах вузов были введены обя- зательные занятия физической культурой.

I Спартакиада проводилась в четыре этапа:

1. й – спартакиады проводятся в коллективах физической куль- туры (на местном уровне);
2. й – соревнования в районах, городе, области;
3. й – соревнования в республиках, Москве и Ленинграде;
4. й – финальные соревнования, которые состоялись 6 – 16 авгу- ста 1956 г. в Москве.

Всего на четырех этапах I Спартакиады приняло участие 23 млн. физкультурников и спортсменов. К финалу Спартакиа- ды был открыт Центральный стадион в Лужниках.

Программа финала состояла из 22 видов спорта. В течение 12

дней 9244 спортсмена боролись за призы. Итоги Спартакиады:

### Международные спортивные связи в послевоенный период

1-е место занял коллектив Москвы, 2-е – РСФСР, 3-е – Ленин- град, 4-е – Украина, 5-е – Грузия, 6-е – Эстония.

На Спартакиаде было установлено 33 новых всесоюзных ре- корда, 9 из которых превышали мировые. Лучшими спортсме- нами, добившимися выдающихся результатов, были А. Воробь- ев (штанга), В. Куц (легкая атлетика), В. Иванов (гребля).

Значение I Спартакиады народов СССР в том, что она явилась проверкой состояния физкультурной и спортивной работы, способствовала вовлечению широких масс населения в регу- лярные занятия физической культурой и спортом; стимулиро- вала развитие видов спорта и рост спортивных достижений; вы- являла способных спортсменов, которыми пополнялись сбор- ные команды.

В 1959 г. состоялась II Спартакиада народов СССР, особенно- стью которой явилось то, что помимо сборных команд респуб- лик, Москвы и Ленинграда, по пяти видам спорта выступали команды коллективов физической культуры фабрик, заводов, учреждений. Лучшие результаты по плаванию и легкой атлети- ке показали спортсмены ленинградского оптико-механического завода, по гимнастике – московского клуба «Фили», по вело- спорту – Рижского вагоноремонтного завода и другие коллек- тивы. Победителями Спартакиады стали П. Болотников (легкая атлетика), Ю.Власов (тяжелая атлетика), Б. Шахлин, П. Астахо- ва (гимнастика) и др.

В дальнейшем Спартакиады народов СССР стали доброй тра- дицией в советском физкультурном движении.

В мае 1951 г. Советский Национальный олимпийский комитет (НОК) был принят в Международный олимпийский комитет (МОК).

Впервые советские спортсмены приняли участие в XV Олим- пийских играх в Хельсинки (1952 г.). Участие спортсменов СССР придало олимпийским играм новый характер. Они вы- ступали по всей олимпийской программе, кроме хоккея на тра- ве. Особых успехов спортсмены СССР добились в гимнастике, классической и вольной борьбе, тяжелой атлетике, стрельбе, завоевав первые места. Хорошие результаты показали баскет- болисты, легкоатлеты, гребцы, занявшие общие вторые места. Советские спортсмены установили 2 мировых и 6 олимпийских рекордов. Привезли 22 золотых, 30 серебряных и 19 бронзовых медалей. Первую золотую медаль завоевала метательница дис- ка Нина Ромашкова. Всего 29 советских спортсменов стали олимпийскими чемпионами.

В неофициальном зачете советские спортсмены, так же как и спортсмены США, набрали 494 очка, разделив первое и второе место.

В 1956 г. спортсмены СССР впервые участвовали в зимних Олимпийских играх в Кортина д’Ампеццо (Италия). Наиболь- шего успеха добились наши конькобежцы, завоевав 4 золотые

медали, и хоккеисты, выигравшие почетные звания чемпионов олимпийских игр, мира и Европы. Неплохо выступили наши спортсмены в лыжных гонках (2 золотые медали). Всего спорт- смены СССР получили 7 золотых, 3 серебряных и 6 бронзовых медалей.

Крупнейшим спортивным событием 1956 г. было участие со- ветских спортсменов в XVI Олимпийских играх, проходивших в Мельбурне (Австралия). Поздние сроки проведения Игр (ко- нец ноября – начало декабря), климатические и географические условия требовали тщательной подготовки олимпийской ко- манды. Но, несмотря на это, наша сборная одержала победу, завоевав 37 золотых, 29 серебряных, 32 бронзовых медали, на- брав 622,5 очка в неофициальном зачете, команда США – 497,5. Всего 58 спортсменов стали олимпийскими чемпионами. Геро- ем Олимпийских игр стал Владимир Куц, который одержал по- беды в беге на 5 и 10 тыс. метров.

### Дальнейшее развитие физической культуры в СССР

Следующий период в истории физической культуры начинается с 1957 года. В стране в это время намечаются коренная пере- стройка структуры общества, осуществление культурной рево- люции, изменения в образе жизни населения. Вследствие этих перемен перед физкультурным движением также были постав- лены новые задачи. Этот период изобилует многочисленными постановлениями партии и правительства, которые были при- званы осуществлять руководящую роль во всех областях жизни советских людей, в том числе и в развитии физической культу- ры и спорта.

В действительности, после очередного постановления наблю- дался некоторый подъем и оживление в физкультурном движе- нии. Но нарастающие застойные явления в жизни нашего об- щества не могли не сказаться и на развитии физической куль- туры и спорта.

В январе 1959 г. ЦК КПСС и Совет Министров СССР проана- лизировали 40-летний путь развития физической культуры. Рассмотрев достигнутые результаты и спортивные успехи на международной арене, они пришли к заключению, что в после- дующие десятилетия занятия физической культурой и спортом необходимо превратить в массовое движение. Был сделан вы- вод, что руководящее физкультурное звено в рамках массовой организации сможет легче справиться с возросшими задачами, находясь под общественным (государственным) управлением. На этой основе в марте 1959 г. был создан Союз спортивных обществ и организаций СССР, т.е. руководство физкультурным движением осуществлялось выборной общественной организа- цией. Главная задача Союза состояла в дальнейшем развитии массового физкультурного и спортивного движения в стране, а также в создании условий для строительства новых спортивных сооружений, более действенном участии в охране здоровья трудящихся.

### Дальнейшее развития советской системы физиче- ской культуры

На учредительной сессии Союза спортивных обществ и органи- заций СССР был избран Центральный совет Союза и принят семилетний план развития советской физической культуры, ко- торым предусматривалось увеличение числа спортсменов до 50 миллионов.

В связи с принятым курсом с 1959 – 1965 гг. в стране осущест- влялись следующие мероприятия:

1. Разработаны перспективные планы создания комплекс- ных спортивных сооружений. В число первоочередных планов капитального строительства было включено соору- жение спортивных комплексов в деревнях и в отсталых совхозах и колхозах.
2. С привлечением Академии педагогических наук РСФСР пе- реработаны учебные планы школьного и внешкольного физи- ческого воспитания. Приняты меры к усилению контроля за физическим воспитанием в дошкольных учреждениях. Акцент в физическом воспитании дошкольников делался на спортив- ные игры. Было введено физическое воспитание в домах пио- неров, пионерских лагерях, детско-юношеских спортивных школах.
3. В интересах усиления физического воспитания и активиза- ции занятий среди взрослых началось повсеместное распро- странение производственной гимнастики, особое значение при- давалось многосторонним занятиям спортом, носящим характер досуга. Наряду с пешими походами появились новые виды ту- ризма на велосипедах, лодках и лыжах.

Широкое распространение получили занятия в группах ОФП

(группах здоровья) для лиц среднего и пожилого возраста.

На предприятиях стали создаваться цехи здоровья. Они пред- ставляли собой объединение таких служб, как лечебно- профилактическая и физкультурно-спортивная. В цехи здоро- вья входили стадионы и Дома культуры, поликлиники и сана- тории, столовые, спортивные сооружения и др.

На промышленных предприятиях одной из форм приобщения людей к массовой физической культуре стали смотры-конкурсы цехов на звание «Самый лыжный цех», «Цех друзей ГТО» и др.

1. Приняты меры для более квалифицированной подготовки преподавателей и общественного актива. Увеличилось число курсов по подготовке кадров.

В Постановлении ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О ме- рах по дальнейшему развитию физкультуры и спорта», приня- том в августе 1966 г., была поставлена задача – придать физи- ческой культуре всенародный характер. Достижение этого уровня было более высокой ступенью развития по сравнению с массовостью. В этом постановлении были определены цели,

направленные на улучшение руководства физической культу- рой и спортом, на создание научно обоснованной системы фи- зического воспитания, которая должна охватывать все группы населения, начиная с детского возраста, увеличение ассигнова- ний на спортивно-массовую работу, приобретение спортивного оборудования и инвентаря, создание специализированных ДЮСШ и школ высшего спортивного мастерства. В нем также были определены меры по повышению квалификации учите- лей, преподавателей, тренеров, укреплению материально- технической базы, усилению внимания научных учреждений к изучению социологических, педагогических, психологических и медико-биологических проблем, повышению массового физ- культурного движения и спортивного мастерства.

Однако Союз спортивных обществ и организаций СССР как общественная организация не имел достаточных прав для того, чтобы успешно решать поставленные задачи в области физиче- ской культуры и спорта. В связи с этим решением правительст- ва от 17 октября 1968 г. был создан союзно-республиканский Комитет по физической культуре и спорту при Совете Минист- ров СССР.

### Спартакиады народов СССР

**Новый комплекс ГТО**

Всенародным смотром достижений советского физкультурного движения по-прежнему служили летние и зимние Спартакиады народов СССР. Они активизировали физкультурную работу во всех звеньях физкультурного движения, играли важную роль в подготовке наших спортсменов к олимпийским играм.

В массовых стартах Спартакиад, которые продолжались 2 – 3 го- да, принимали участие миллионы людей разных возрастов и про- фессий. Так, в 1967 г. в IV Спартакиаде народов СССР участво- вало 85 млн. человек, в 1979 г. в VII Спартакиаде – 100 млн. че- ловек.

Финальная часть Спартакиад народов СССР собирала лучших представителей советского спорта, а в VII Спартакиаде (1979 г.) принимали участие свыше 2 тыс. зарубежных спортсменов из 84 стран. В программу Спартакиады включались соревнования более чем по 20 видам спорта (летние) и все олимпийские виды, кроме бобслея (зимние спартакиады).

В 1977 г. была принята новая Конституция СССР. В Конститу- цию вошла новая глава «Социальное развитие и культура», где всестороннему духовному и физическому развитию молодого поколения и трудящихся уделялось особое внимание.

С 1 марта 1972 г. был введен новый комплекс ГТО, так как комплекс 1959 г. не соответствовал новым задачам и не мог служить основой дальнейшего совершенствования системы фи- зического воспитания.

Этот комплекс должен был создавать широкие возможности для решения задачи превращения массового физкультурного движения во всенародное. Комплекс состоял из шести ступе- ней, охватывая возрастной диапазон от 7 до 60 лет:

* 1. ступень – «К стартам готов» (для детей от 7 до 9 лет).
  2. ступень – «Смелые и ловкие» (для мальчиков и девочек 10 – 13 лет).
  3. ступень – «Спортивная смена» (для подростков 14 – 15 лет). IV ступень – «Сила и мужество» (для юношей и девушек 16 – 18 лет).

1. ступень – «Физическое совершенство» (для мужчин 19 – 39

лет и женщин 19 – 34 лет).

1. ступень – «Бодрость и здоровье» (для мужчин 40 – 60 лет и женщин 35 – 55 лет).

Каждая ступень комплекса ГТО состояла из разделов требова- ний, упражнений и норм.

В стране развернулось движение по сдаче норм ГТО, создава- лись специальные комиссии, которые принимали нормы ГТО, оформляли протоколы и присваивали в соответствии с полу- ченным результатом золотой, серебряный и бронзовый значки. Широкое распространение получили «Открытые старты», «Дни спорта», «Стать чемпионом ГТО», «Через комплекс ГТО – к высшей производительности труда», «От значка ГТО к олим- пийской медали» и многие др.

В конце 1978 г. стали проводиться соревнования по зимнему многоборью ГТО, в программу которых входили лыжный спорт, стрельба, подтягивание на перекладине, отжимание.

На реализацию идей о том, что физкультура должна входить в повседневную жизнь населения, было направлено Постановле- ние ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта» (сентябрь 1981 г.). Оно представляло собой развернутую программу физ- культурного движения в новых условиях и охватывало важ- нейшие его проблемы. Комитету по физической культуре пред- лагалось расширить сеть спортивных клубов по месту житель- ства, пересмотреть учебные программы в учебных учреждени- ях, улучшить работу ДЮСШ, спортивно-оздоровительных ла- герей, развивать олимпийские виды спорта, улучшить научно- исследовательскую работу.

Однако решение этих и других задач сдерживалось застойными явлениями в экономической и социально-культурной сферах нашего общества в 70-х и первой половине 80-х гг. Сказывался остаточный принцип финансирования. Практическая деятель- ность физкультурных организаций в те годы часто оценивалась не по развитию массовой физкультурно-оздоровительной рабо- ты, а по числу завоеванных кубков, грамот и медалей, по под

готовке лишь отдельных спортсменов, «железных» зачетников. В физкультурном движении наметилось углубление перекоса между массовостью и мастерством в явный ущерб первому. Развитию физической культуры и спорта мешали многие ве- домственные барьеры в использовании спортивных сооруже- ний, административно-бюрократические методы управления физкультурным движением.

Постановление 1981 г. подтолкнуло к развитию новых форм массовой спортивной работы, придало новый импульс многим уже испытанным средствам: стали образовываться физкультур- но-оздоровительные комплексы (ФОК); проводиться массовые соревнования: «Недели пловца», «Недели лыжника» и т.д.; ши- роко внедрялись в практику массовые состязания: «Всей брига- дой на стадион», «Папа, мама и я – спортивная семья»; посто- янно совершенствовались формы спортивно-массовой работы с детьми: особую популярность среди детей приобрели соревно- вания на призы клубов «Кожаный мяч», «Золотая шайба»,«Олимпийская снежинка», «Лед надежды нашей» и т.п.

Для развития физкультуры и спорта в стране намечалось уси- ление организационной стороны физического воспитания, луч- шее использование имеющихся спортивных сооружений, раз- витие общественной инициативы, самодеятельность населения в развитии физкультурной работы по месту жительства, строи- тельство простейших спортивных площадок и залов.

Все это нашло отражение в «Основных направлениях экономи- ческого и социального развития СССР на 1986 – 1990 гг. и на период до 2000 г.».

Перестройка физкультурного движения должна была поднять на высокие рубежи все отрасли спортивной науки, систему подготовки кадров, спортсменов высшей квалификации, отбора спортивных резервов, деятельность спортивных учреждений, организацию спортивных соревнований.

На самом деле, на фоне произошедших политических событий, распада СССР, образования СНГ и т.д. в физической культуре и спорте произошел значительный спад. Потеряли актуальность такие формы занятий, как производственная гимнастика, груп- пы здоровья и др. В условиях рыночной экономики большинст- во спортивных сооружений перешло на хозрасчет. Это повлек- ло за собой возрастание арендной платы за занятия, малоиму- щая часть населения потеряла возможность заниматься физиче- ской культурой и спортом. В таком же бедственном состоянии находились спортивные школы, дети не имели возможности выезжать на соревнования в другие города. Ведущие спортсме- ны вынуждены были подписывать более выгодные контракты за пределами СНГ.