**Волгоградский медико-экологический техникум**

**Реферат**

**По предмету «Физическое воспитание»**

**Группы БХ 511**

**По теме «История развития физической культуры в древней Греции и Риме»**

**Фоминой Оксаны Владимировны**

**2003г.**

**История развития физической культуры в древней Греции и Риме**

**Введение**

«Нет ничего благороднее солнца,

дающего столько света и тепла. Так

и люди прославляют те состязания,

величественнее которых нет ничего,

- Олимпийские игры.»

*Пиндар*

Физическая культура — часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека и ис­пользование их в соответствии с потреб­ностями общественной практики. Основ­ные показатели состояния физической культуры в общест­ве: уровень здоровья и физического развития людей; степень использования Физической культуры в сфере воспитания и образования, в про­изводстве, быту, структуре свободного времени; характер системы *физического воспитания,* развитие массового спорта, спортивные высшие достижения и др.

Основные элементы физической культуры: физические упражнения, их комплексы и соревнова­ния по ним, закаливание организма, ги­гиена труда и быта, активно-двигатель­ные виды туризма, физический труд как фор­ма активного отдыха для лиц умствен­ного труда.

В обществе физическая культура, будучи достоянием народа, является важным средством «воспитания нового челове­ка, гармонически сочетающего в себе ду­ховное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство». Она способ­ствует повышению социальной и трудовой активности людей, экономической эффектив­ности производства, физкультурное дви­жение опирается на многостороннюю дея­тельность государственных и общественных организаций в области физической культуры и спорта.

Спорт — составная часть физической культуры, а также средство и метод физического воспи­тания, система организации и проведения соревнований по различным комплек­сам физических упражнений и подгото­вительных учебно-тренировочных занятий. Исторически сложился как особая сфера выявления и унифицированного сравне­ния достижений людей в определённых видах физических упражнений, уровня их физического развития. Спорт в широком смысле охватывает собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней (спортивную тренировку), специфические со­циальные отношения, возникающие в сфе­ре этой деятельности, её общественно зна­чимые результаты. Социальная ценность спорта заключается в том, что он представ­ляет собой фактор, наиболее действен­но стимулирующий занятия физической культурой, спо­собствует нравственному, *эстетическо­му воспитанию,* удовлетворению духов­ных запросов.

 В сферу спорта исторически вошли разно­образные элементы человеческой деятель­ности. Виды спорта, имеющие многовековую историю, развились из самобытных физических упражнений, форм трудовой и военной деятельности, использовавшихся чело­веком в целях физического воспитания ещё в глубокой древности — бег, прыжки, ме­тания, поднятие тяжестей, гребля, пла­вание и т. д.; часть видов современного спорта сфор­мировалась в 19—20 вв. на базе самого спорта и смежных сфер культуры — игры, спортивная и художественная гимнастика, современное пятиборье, фигурное катание на коньках, спортивное ориентирование, спортивный туризм и др.; технические виды спорта— на базе развития техники: авто-, мото-, велоспорт, авиационные виды спорта, подводное плавание и др.

Физическая культура - неотъемлемая часть жизни человека. Она занимает достаточно важное место в учебе, работе людей. Занятием физическими упражнениями играет значительную роль в работоспособности членов общества, именно поэтому знания и умения по физической культуре должны закладываться в образовательных учреждениях различных уровней поэтапно. Немалую роль в дело воспитания и обучения физической культуре вкладывают и высшие учебные заведения, где в основу преподавания должны быть положены четкие методы, способы, которые в совокупности выстраиваются в хорошо организованную и налаженную методику обучения и воспитания студентов.

Физическая культура народа является частью его истории. Ее становление, последующее развитие тесно связано с теми же историческими факторами, которые воздействуют на становление и развитие хозяйства страны, ее государственности, политической и духовной жизни общества. В понятие физической культуры входит, естественно, все, что создано умом, талантом, рукоделием народа, все, что выражает его духовную сущность, взгляд на мир, природу, человеческое бытие, на человеческие отношения.

Слова древнегреческого поэта Пиндара, написанные два тысячелетия назад, не забыты по сей день. Не забыты потому, что Олимпийские состязания, проводившиеся на заре цивилизации, продолжают жить в памяти человечества.

Каждые Олимпийские игры превращались в праздник для народа, своего рода конгресс для правителей и философов, конкурс для скульпторов и поэтов.

Дни олимпийских торжеств – дни всеобщего мира. Для древних эллинов игры были инструментом мира, облегчавшим переговоры между городами, способствовавшим взаимопонимания и связи между государствами.

Олимпиады возвеличивали человека, ибо Олимпиады отражали мировоззрение, краеугольным камнем которого были культ совершенства духа и тела, идеализация гармонично развитого человека – мыслителя и атлета. Олимпионику – победителю игр – соотечественники воздавали почести, каких удостаивались боги, в их честь создавались памятники при жизни, слагались хвалебные оды, устраивались пиры. Олимпийский герой въезжал в родной город на колеснице, одетый в пурпур, увенчанный венком, въезжал не через обычные ворота, а через пролом в стене, который в тот же день заделывали, чтобы олимпийская победа вошла в город и никогда не покидала его.

Предыстория физической культуры уходит корнями в тот период, когда вся физическая и умственная деятельность человека ограничивалась непосредственным обеспечением условий существования. Вопрос заключается в том, какие факторы в этих условиях, в непрекращающейся борьбе с природой, побудили наших предков разработать комплекс физических упражне­ний, служащих формированию человека.

Ясно, однако, что изучение примитивных форм физической культуры не позволяет сформулировать такие понятия, как «излишек биологической энергии», «игра» и еще в меньшей степени «магия». Для совершения простейшего движения необходим определенный запас энергии. Элементы игры в какой-то форме с самого начала скрываются в деятельности, моделирующей движения человека. А представление о магии, как мы увидим в последующем, имела даже высокоразвитая греческая физическая культура.

**1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА АНТИЧНОЙ ГРЕЦИИ**

**1.1. Формирование физической культуры античной Греции (со II тысячелетия до н. э.)**

В конце II тысячелетия до н. э. к западу от государств Ближнего Востока с деспотическими режимами, в районе Эгейского моря, начала развиваться физическая культура общества, совершенно отличного от указанных государств. На Востоке, на огромных многонаселенных равнинах Междуречья, естественные условия вызывали необходимость совместного труда, в центра­лизованном порядке организованного и управляемого. В Греции же населя­ющие закрытые грядами гор долины и труднодоступные острова небольшие независимые общины самостоятельно, в полной мере используя индивидуальные способности каждого члена, боролись за свое существование и благополучие. Культура Междуречья отражала мир привязанных к земле крестьян, деспотических царей и твердо придерживающихся древних традиций священнослужителей. Духовный мир Греции стимулировал смелые начинания исследование неизвестного, развитие умственных и физических способностей человека. Общественным идеалом на Востоке было постоянство, покорность и услужливость, а у греков — независимость, свобода, стремление к высшим достижениям во всех областях жизни. Такой образ жизни, получивший развитие из антропоморфной мифологии, привел к признанию общественной саморегулирующей роли физической культуры, которое вплоть до наших дней является источником развития физического воспитания, спорта и танцевального искусства

**КРИТ И МИКЕНЫ**

Насколько нам известно, в настоящее время, греческие племена заняли южную часть Балканского полуострова и окружающих его островов в начале II тысячелетия до н. э.. В этот период в Кносе на острове Крит процветала физическая культура, аналогичная древневосточной. С укреплением экономических и политических позиций рабовладельческой аристокра­тии, сформировавшейся в течение предыдущих столетий, прежние общие турниры в честь посвящения в звание (с участием нескольких родовых общин) все больше приобретали спортивно-зрелищный характер националь­ных праздников. Судя по одеянию, их участники были, прежде всего, предста­вителями местного правящего класса. Однако турниры аристократов были не только публичным выступлением, но вместе с тем и демонстрацией контроля, силы, ловкости и смелости, с помощью которых они выражали свое превосходство над простым народом. Степень трудности образцов дви­жений, изображенных древними художниками (сваливание быка на землю, подставив подножку, ритмика движений борцов и танцев воинов, уверенный ритм кувыркания, через голову, исполнявшегося кносскими девушками на спине быка), единодушно свидетельствует о том, что исполнявшие эти упражнения проходили тщательную специальную тренировку. На турнирах, составлявших акробатическую часть безудержных обрядов, совершавшихся ради получения хорошего урожая, фигурировали такие элементы стиля риту­альных танцев, борьбы, бега с оружием, метания копья, состязания на колес­ницах и кулачного боя, с законченными формами которых мы встретимся в рамках поздней греческой агоностики.



Несколько фаз акробатической игры с быком, изображенной на настенной росписи в Кносе (II тысячелетие до н. э.)

Простиравшийся к северу от Крита греческий полуостров оказался под властью ахейцев и родственных им племен. После слияния групп ахейских и эгейских народов родились известные в качестве элементов микенской куль­туры достижения в области архитектуры, искусства и физического воспитания, опиравшиеся на первоначальные рабовладельческие формации. Возник­ший в основном под влиянием критской культуры новый центр развития достиг своего расцвета в XVI—XIV вв. до н. э. В хронологическом отноше­нии этот период означает заключительный этап развития эгейской культуры и вместе с тем начало исторического формирования греческой нации.

Однако в XIII в. до н. э. Балканский полуостров и Малую Азию захлестнула новая волна воинственных племен, пришедших из Европы. Это втор­жение решило судьбу единовластия ахейского Пелопоннеса и микенской культуры. Застрявшие на уровне племенного развития орды пришельцев уничтожили большинство коренного населения. После них остались разбитые статуи и сожженные здания, а от некогда процветавшей физической культуры — лишь росписи на стенах и вазах, относящиеся к гомеровскому периоду. Не случайно, что археологические раскопки, относящиеся к этому периоду, названному «гомеровским» по имени нереального ахейского мене­стреля, желавшего с помощью созданного им героического эпоса «Троянские сказания» предать забвению длившееся почти три века потрясение, свидетельствуют об упадке экономической деятельности и культурной жизни.



Микенские геммы, изображающие игры с быком (II тыс. до н. э.)

Перестали даже изображать мифические древние олимпиады. Однако с конца X века, когда завершилось заселение опустошенных и обезлюдевших территорий дорийцами, начался этап нового расцвета. После установления мира развитие экономической жизни и торговли ускорило классовое расслоение и оживление рабовладения. На месте поселений различных племен и остатках прежних поселений началось создание греческих городов-государств (полисов), которые являлись также культурными центрами находящихся под их господством территорий.

**1.2. Возникновение античной гимнастики**

В гомеровский период физическое воспитание в Греции, судя по косвенным упоминаниям, содержащимся в «Илиаде» и «Одиссее», отвечало требованиям военной демократии. Однако сложившиеся в период IX—VIII вв. новые условия объективно вызвали преобразование физической культуры. Самооборона полисов и удержание в повиновении подвластных слоев сделали жизненно важным переход к физической подготовке в специальных заведениях. Племенные формы несистематического военного обучения были заменены подготовкой, соответствовавшей специфическим особенностям полисов, их географическому положению, местным видам вооружения и традициям культа. В течение VIII века местные особенности стали играть все меньшую роль. **Была создана эллинская система физического воспитания, или античная гимнастика.**

Слово «гимнастика», точнее, гумнастика, происходит от греч. «обнаженный». Обнаженность связана с гомеровским периодом, когда проводившиеся на берегу рек, ручьев и у моря занятия содержали много таких задач, для выполнения которых одежда была препятствием (преодоление водной преграды, борьба в воде). Согласно другим упоминаниям, греки, веря в магию, считали, что одежда может ослабить физические способности человека.

**Античная гимнастика** в том, что касается ее цели обучения и упражнений, состояла из 3 основных частей: из подвижных игр, в которых под наблюдением родителей или воспитателей участвовали дети от 1 до 7 лет, а также из обучения калестрике и орхестрике.

**1.Упражнения детских игр, проводившихся в рамках физического воспитания, упражнения с мячом, обручем, бег, метание копья, диска и другие упражнения, развивающие ловкость.**

**2.Элементы физического воспитания, взятого в более узком смысле слова, включала в себя палестра.** Это название связано с первоначальными залами для борьбы (палестра), которые были построены в VIII веке вместо турнирных площадок под открытым небом. В рамках системы упражнений основу общей физической подготовки составляло комплексное испытание, пентатлон. Оно включало в соответствии с традициями бег (примерно 192—196 м), прыжки в длину с альтерами, метание копья, диска и борьбу. Из числа других упражнений, относящихся к палестре, наибольшее значение имели рукопашная схватка, кулачный бой, борьба вольным стилем, борьба и метание камней. В этой школе обучали также бегу с оружием, верховой езде, стрельбе из лука, плаванию и даже, за исключением Спарты, гребле.

**3.Орхестрика,** сформировавшаяся из ритуальных танцев, тесно связанных с древними обрядами посвящения, включала в себя **искусство двигаться и упражнения, считавшиеся необходимыми для развития ловкости.** Одновременно она служила вводным и дополнительным к палестре обучением. К ней причисляли игры с мячом и для развития ловкости, акробатические упражнения, обрядовые, театральные и боевые танцы. Очень трудно выяснить развитие упражнений и их различие в орхестрике, ибо сохранившиеся изображения упражнений запечатлели не процесс их выполнения, а момент, выражающий их содержание. На основе этого можно установить лишь то, что упражнения с мячом, которым обучали в рамках орхестрики, не содержат в себе элементов групповой игры. А в самих формах танцевальных движений и их мотивах отражаются племенные охотничьи традиции, ритуальные танцы во времена эгейской культуры, а также обычаи окружающих народов. Так, например, Ксенофонт ссылается на заимствование критских мотивов, а Геродот — эфиопских танцев со стрелами. Историческую ценность последнего заявления подчеркивает тот факт, что упомянутые Геродотом танцы со стрелами можно и сегодня найти в эфиопском фольклоре.

Игра, палестра и орхестрика служили также средством создания греческого физического идеала (калогатии), заключавшегося в каноне красоты в эстетическом понимании. В физическом воспитании калогатия заключает в себе физическую сторону понятия прекрасного и хорошего. В указанный период понятие «калос» (красивый) означало, прежде всего, непобедимую мужскую силу.

**1.3. Возникновение агонистики**

Чрезвычайно критический тон высказываний Страбона указывает одновременно и на то, что мифы сходятся лишь в одном, или, скажем, представляют ценность как источники лишь постольку, поскольку связывают факт учреждения игр с каким-либо успешным испытанием, бракосочетанием или завоеванием трона. Между прочим, исторически неуловимые следы древних олимпиад, «вызванных к жизни» героями, обрываются на мифическом царе Оксилосе. Но не менее противоречивы и ссылки на «основателей» игр и в более поздние эпохи. Так, хроника Малаласа из Сирии упоминает первые Олимпиады в связи с правлением известного по Библии царя Саула (1030—1010 гг. до н. э.). Кроме того, часто упоминаемый договор об обяза­тельном сохранении божественного мира во время олимпийских игр между Ифитом из Элиды и Ликургом из Спарты был заключен на двадцать семь Олимпиад, или на 108 лет раньше, чем 776 год до н. э. То же самое подтверждается и историками Аристодамом и Полибием, которые указывали, что имена победителей начали фиксироваться лишь с 27-й Олимпиады. В конечном итоге это нагромождение может отражать не более чем тот факт, что священная олимпийская роща (Алтий) была выдающимся центром агонистики еще до пришествия дорийцев. Это место культовых обрядов пере­жило испытания, вызванные войнами и нашествиями различных племен, а затем, начиная с IX века до н. э., с помощью Дельфийского святилища Аполлона превратилось в один из наиболее значительных всегреческих центров ритуальных состязаний.

Сопоставляя сохранившиеся в обрядах олимпийских, истмийских, пифийских, немейских и делосских игр культовые элементы с этнографическими данными, можно констатировать, что **наиболее важную роль в становлении греческой агонисгики играли испытания, связанные с обрядом посвящения молодежи, магические ритуалы, имевшие целью способствовать плодородию, и ритуальные церемонии, посвященные умершим.** После расселения на Пелопоннесе дорических племен — в IX веке до н. э., — когда пошли столетия менее бурные и сравнительно более мирные, созрели условия для укрепления институтов общегреческого характера. Обряды покоренных пле­мен стали возрождаться и одновременно сливаться с обрядами завоевателей. Большую роль в деле умиротворения господствующих слоев сыграло в числе прочего знаменитое Дельфийское святилище. Его жрецы в интересах поддержания чувства общегреческой племенной общности взяли под свое покровительство те содержащие в себе элементы церемоний посвящения состязания, обряды, формы воспитательной деятельности и обычаи, сохранение которых было в первую очередь важно для жизненных интересов аристократии городов-полисов, но в конечном итоге тогда все это еще отвечало также интересам всех свободных граждан. Прежние же племенные испытания, связанные с посвящением, проводимые в знаменитых местах культовых обрядов, способствовали использованию тех возможностей, которые оказались полезными с точки зрения общественной самоорганизации греческого народа.

Ускорившийся **в IХ веке до н. э.** процесс классового расслоения греческого общества не мог не оказать влияния и на выбор испытаний для агонов (состязаний), завершающих племенные и национальные обряды посвящения. **Эти испытания, если отбросить их ритуальную оболочку, превратились в эстетическую демонстрацию боевых качеств потомков прежней националь­ной аристократии,** которая была призвана косвенно показать внешнему миру мощь крепнущих городов-государств, а собственному народу — физическое превосходство «избранных». Таким образом, известный из «Илиады» аристократический идеал «всегда стремиться к первенству, к тому, чтобы обойти других» происходил не из якобы характерного для древних греков духа соперничества, а их непосредственной потребности обеспечить прочность существующей власти. Не случайно и то, что местные состязания и испытания органически входили в культы богов того или иного города-государства. Однако эти проявления эллинской физической культуры уже и качественно отличались от упомянутой выше сугубо спортивной зрелищности состязаний, проводимых в городах эгейской культуры. Здесь уже начиная с IX века до н. э. можно проследить процесс все большего выделения из состя­заний местного значения культовых игрищ, проводимых в религиозно-политических союзах городов (амфиктиониях), образующихся вокруг тех или иных святилищ, принадлежащих более сильным объединениям.

Связанный с этим и имеющий отношение к Олимпиадам эпизод содер­жится в легенде, согласно которой по совету дельфийского оракула — в начале IX века до н. э — царь Элиды Ифит, Клеосфен из Пизы и Ликург из Спарты договорились возобновить олимпийские празднества в их прежней форме. Договаривающиеся стороны объявили Олимпию священным местом, а месяц проведения состязаний обязательным периодом мира. Эвсе-бий также связал возрождение игр с намерением прекратить внутренние междоусобицы и потрясения иного рода. Заслуживает внимания замечание Павсания о том, что Ифит убедил жителей Элиды делать жертвоприношения в честь дорийца Геракла, которого они ранее считали своим врагом.

**На вопрос о том, почему из всех союзов городов выдвинулась именно Олимпия, можно дать в общих чертах следующий ответ:**

**1.Алтий** еще до пришествия дорийцев был не просто **священной рощей, где проводились обряды посвящения, но и ритуальным центром избрания царей.**

**2.Здешнее святилище Геры считалось одним из древнейших мест, где совершались культовые ритуалы плодородия.** К числу обрядов относились и такие виды испытаний для юношества, как, например, состязание по бегу под звуки авлоса, в ходе которого определялась «девушка года», олицетворявшая собой плодородие.

**3.Олимпия была связана тесными узами с культом предков,** игравшим определяющую роль в идеологии аристократии. Согласно мифологии, именно здесь находились могилы Пелопса и Тараксиппа.

**4**.Немаловажное значение имело и то обстоятельство, что, помимо поддержки со стороны Дельфийского святилища, это место пользовалось известностью как **связанное с культом Зевса,** этого наиболее авторитетного грече­ского божества.

**5.**Олимпия была расположена в сравнительно легкодоступном и одно­временно **защищенном** месте.

**6.**Ввиду малочисленности жителей **Пизы,** поддерживавших тотемистические родовые традиции, **не грозила опасность того, что они попытаются воспользоваться своим влиятельным положением в области отправления культовых обрядов в интересах достижения политической гегемонии.**

**7.**В эпоху расцвета игр Олимпия **пользовалась поддержкой Спарты,** самого могущественного полиса в то время.

**Объединительную роль игр резко усилила и активно проводимая в VIII—VII вв. до н. э. колонизация.** Экспансия греков в районе Средиземного моря временно решила проблему ввоза зерна и сняла остроту классовых столкновений. Однако при тогдашнем соотношении сил и состоянии транспортных средств поддерживались лишь чрезвычайно слабые политические связи между городами-метрополиями и их колониями. Эти связи строились, скорее, на обоюдной заинтересованности в торговом обмене и политической взаимозависимости, которую время от времени приходилось укреплять путем заключения различного рода союзов и соответственно отправления традиционных религиозных обрядов. В этом смысле панэллинские состязания, и прежде всего олимпиады, зародившиеся под знаком культа Зевса, преврати­лись в неотъемлемые элементы укрепления межгреческих политических связей, развития общегреческого национального сознания против «варваров», говорящих на других языках.

Интересные выводы относительно истории развития олимпийских игр можно сделать на основе результатов раскопок, произведенных Кунце. В ходе этих раскопок обнаружилось, что **в Олимпии были построены — по времени один за другим — пять стадионов. Два** первых стадиона древнего периода игр и ипподром для конных состязаний были построены еще одно­временно с Алтием. В 776 году до н. *э.* зафиксировано имя только одного победителя — Кореба, выигравшего бег под звуки авлоса. По мере постепенного расширения программы состязаний вводятся новые дистанции бега: на расстояние в две стадии — диаулос (724 г. до н. э.) и несколько стадий (720 г. до н. э.). Затем появились такие виды состязаний, как пентатлон — пятиборье и борьба (708 г. до н. э.), кулачный бой (688 г. до н. э.), гонки колесниц (680 г. до н. э.) и скачки и, наконец, панкратион (648 г. до н. э.). Создается группа граждан Элиды — организаторов игр; складываются классические формы публичных жертвоприношений, принесения присяги, жеребьевок и процедуры проведения состязаний. Традицию венчать победителей лаврами возобновили лишь начиная с 7-й Олимпиады по уже упоми­навшемуся совету дельфийского оракула. Первые одиннадцать Олимпиад прошли под знаком превосходства мессенцев, затем вперед вышли пятиборцы Спарты. Кроме пелопоннесцев первыми участниками игр из числа представителей других частей Греции стали афиняне (21-я Олимпиада), а из колонии — посланцы Смирны (23-я Олимпиада).

**Олимпийские игры древнего периода несли на себе отпечаток духовной** гегемонии аристократии, что в первую очередь объясняется влиянием Спирты. Старинные традиции посвящения тогда уже получили политическое содержание. Из-за введения обязательного подготовительного времени для участников состязаний рядовые граждане из числа свободнорожденных оказывались в чрезвычайно невыгодном положении. Женщины, неполноправные граждане, варвары и те, против которых было возбуждено какое-либо дело, не могли участвовать в состязаниях. Правда, для женщин в иное время по-прежнему устраивали традиционные соревнования в беге.

**Методы подготовки и стиль состязаний определялись особенностями тогдашнего военного искусства и мистифицированными представлениями о физических возможностях человека.** Из записей Филострата и прочих мате­риалов по этому вопросу видно, что греки вначале отдавали предпочтение скорости, а затем силе. Они перетаскивали тяжелые камни, соревновались в погоне за животными, тянули вручную груженые телеги и сгибали толстые ветви деревьев. **Состязания по бегу происходили не по круговой дорожке, а по прямой — туда и обратно — между местом старта и находящимся в конце дистанции алтарем,** имитируя, по сути дела, движение боевых греческих порядков. Наиболее наглядно это демонстрирует вид состязаний под названием бег с оружием.

Одна из ссылок Лукиана однозначно свидетельствует о том, что **происхождение такого вида состязаний, как прыжки в длину с отягощениями в руках, связано с необходимостью развития у воинов способности преодолевать преграды на местности.** «И коль скоро им следует перепрыгивать через рвы и другие препятствия, — рассуждает Солон, — мы готовим их к этому: они практикуются с отягощениями в руках». Гантели в правой и левой руке символизировали оружие. Они помогали прыгуну оттолкнуться от земли при выполнении серии из пяти следующих один за другим прыжков в длину с места, а при приземлении способствовали восстановлению равновесия и получению более четкого отпечатка пяток. Метание **боевого диска** воины, образующие сомкнутый боевой порядок, могли производить только в вертикальной плоскости. **Это движение сохранилось в метании диска. Метание копья также возникло из упражнений по отработке навыков метания боевых копий.** Согласно требованиям военной подготовки, при оценке результатов состязания считалась действительной лишь длина броска, произведенного в пределах специально отведенной для этого полосы. Соответствие законам аэродинамики достигалось не за счет конструкции самого копья, а путем сообщения ему вращательного движения вокруг своей оси в момент броска при помощи кожаной рукоятки.

**Колесница для состязаний** еще в III веке до н. э. **сохраняла небольшие массивные колеса боевой колесницы,** хотя путем увеличения диаметра колес и их облегчения можно было бы достичь большей скорости передвижения.

**В боевых действиях, которые велись при помощи легко тупящегося и зазубривающегося оружия, нельзя было обойтись без владения приемами борьбы и панкратиона,** тем более что воюющие стороны стремились не к уничтожению живой силы противника, а к ее пленению.

**Связь между техникой и тактикой боевых акций и спортивных состязаний наиболее наглядно проявлялась в кулачном бое.** В греческом боксе, как известно, соперники наматывали на кисти рук и запястья ремни из бычьей кожи. Удары разрешалось наносить лишь в голову и лицо. Того, кто на­носил удар в иное место, отстраняли от участия в состязаниях. Этот обычай возник вследствие того, что дорийские племена в отличие от ахаицев вначале не пользовались шлемами, а защищали голову щитом, надетым на предплечье, или медной пластиной. Выработанная для этого своеобразная техника ведения кулачного боя укоренилась в агонистических состязаниях и продолжала практиковаться даже тогда, когда характер вооружения уже изменился.

**Дискуссия в кругах специалистов по истории спорта относительно того, каковы были критерии определения победителей состязаний, не утихает по сей день.** Однозначные описания этого не сохранились. Поэтому авторы, принадлежащие к различным школам, на совершенно спекулятивной основе, черпая свои доводы из обрывков мифов и противоречащих друг, другу источ­ников того времени, перенося в прошлое современные правила проведения спортивных соревнований, сложившиеся в конце прошлого века, приходят к прямо противоположным выводам. Ко всему этому примыкает то абсурдное предположение, что за более чем тысячелетнее существование игр в правилах проведения состязаний ничего не изменилось. По нашему мнению, **правильный подход к рассмотрению этой проблемы, наряду с изучением отрывочных источников, заключается в анализе структуры движений и мотивации состязаний в ту или иную эпоху, рассмотрении шкалы качественных оценок результатов и не в последнюю очередь внутреннего развития форм движений.** Четким определяющим фактором древних игр был ритуал. В рамках этого следует отделять процесс отбора в ходе подготовки к обряду посвящения (который, предшествуя олимпиаде, проводился в палестрах Элиды) и само публичное состязание, до которого могли дойти лишь наиболее перспективные атлеты.

С учетом вышеупомянутого у **двух устроителей игр,** — которые одно­временно исполняли функции судей — **не было особенно больших трудно­стей при определении победителей в соревнованиях по бегу, метанию снарядов и конных состязаниях. Однако в поединках,** где Состязающиеся олицетво­ряли жизненную силу своих полисов, **в отличие от сегодняшних понятий кри­терием победы служило действительное выведение соперника из строя или принуждение его признать свое поражение.** В борьбе это достигалось путем проведения эффектного приема, лишающего соперника возможности про­должать поединок, а с VII века до н. э. — путем принуждения его встать на колени. Однако в кулачном бое и панкратионе поединки древней эпохи счита­лись завершенными только в тех случаях, когда один из соперников терял сознание, получал повреждение или отказывался от продолжения схватки. Но последнее рассматривалось как бегство с поля битвы. Более того, имеются ссылки на то, что в более раннюю эпоху это наказывалось смертью. Не случайно после первых поражений спартанцы перестали выставлять своих представителей в этих видах состязаний, ибо не желали допускать того, чтобы наносился урон их престижу.

По моему мнению, **определение победителя в пентатлоне осуществля­лось на основе принципа выбывания.** Состязания в первых четырех видах пятиборья математически могли иметь своим результатом четыре вариации. В силу того, что каждый из видов резко отличался от другого по качеству физических усилий, наиболее частым явлением был вариант, при котором победителями в беге, прыжках, метании диска и копья оказывались разные участники состязаний. В таком случае однозначно проводились финальные соревнования по борьбе. Аналогичным образом решался вопрос в тех случаях, когда двое побеждали в двух видах состязаний, либо когда один участник побеждал в двух видах, а в двух других видах достигались равные результаты. Если же один участник оказывался победителем в трех видах пятиборья, то в организации соревнований по борьбе для выявлений победителя уже не было нужды, то есть пятый вид состязаний не имел значения.

**Принципы присуждения призов также не укладываются в представления о любительском и профессиональном спорте, сложившиеся к концу XIX века.** Вплоть до наших дней продолжает бытовать убеждение, будто по­бедители состязаний — в том числе и владельцы лошадей, использовавшихся в гонках на колесницах или скачках, — получали на античных олимпиадах лишь венки, сплетенные из лавров священной рощи Алтий, и одновременно приобретали право воздвигнуть себе памятник в этой роще. Согласно этому воззрению, они, следовательно, были еще «любителями», а денежное вознаграждение или «превращение в профессионалов» — явление, характерное



Рисунок на вазе: скачки (VI век до н. э.)

уже для начала эпохи спада и разложения. Однако в действительности речь в данном случае идет не более чем о перенесении нынешних представлений о спортивной этике в прошлое. Общественное признание победителей античных состязаний уже во времена панэллинских игр, считающихся «самыми любительскими», превосходило представления о вознаграждении, связанные с современными профессионалами.

**1.4. Расцвет физической культуры в Древней Греции (VI—V вв. до н. э.)**

Классическая Эллада в общественно-экономическом отношении не была наиболее развитым рабовладельческим образованием. Ближневосточные монархии, а также Китай и Рим намного превосходили греческие города-государства по производственной базе, технике, науке и богатству. Несмотря на это, физическая культура греческих полисов в VI—V веках до н. э. достигла такого уровня, к которому не мог даже приблизиться ни один другой народ того времени (многогранное начальное физическое обучение, агонистика, движущим мотивом которой было достижение более высоких качественных показателей, система регулярных состязаний, сеть стадионов и палестр — специальных учебных заведений). Именно поэтому целесообразно познакомиться со специфическими условиями, которые сделали возможным расцвет физической культуры в Греции. Сюда относится, прежде всего, демократическое устройство большинства постоянно соперничавших друг с другом полисов, которое при всей ограниченности являлось предпосылкой подлинного развития физической культуры. Во-вторых, ни у какого другого народа древности не переплетались столь тесно, как в греческих городах, физическая культура и тяга к объединению. В-третьих, в пору расцвета физической культуры в Греции человек сбросил с себя путы ритуалов и начал познавать свой потенциал на более высоком уровне.

**1.5. Физическое воспитание в Спарте и Афинах**

Расцвет системы физического воспитания греческих городов-государств нашел наиболее яркое выражение в физической культуре Спарты и Афин. При знакомстве с ними можно отметить два противоположных процесса. В Спарте коснеющие общественные условия загоняют воспитание, ограни­ченное почти целиком задачами физической и психологической подготовки, в русло военной муштры. В Афинах, напротив, именно следующие друг за другом социальные сдвиги позволяют создать систему всестороннего воспитания, отвечающего идеалу тогдашнего общества. Даже четыре основные задачи античной гимнастики (гигиеническая, военная, эстетическая и нрав­ственная) в полной мере могли реализоваться только здесь. Именно поэтому в более узком смысле слова историю физического воспитания периода расцвета Эллады лучше всего проследить на сопоставлении развития этих двух полисов.

**Физическая культура Спарты, упорно державшаяся за племенные традиции, достигла апогея в VI веке до н. э.** В это время в Лаконии около девяти тысяч спартанцев правили примерно тридцатью тысячами полусвободных граждан и почти двумястами тысячами рабов. При таких пропорциях правящий класс на тогдашнем уровне военной техники, разделения труда и идеологии мог удерживать власть, лишь организовав все государство по образцу военного лагеря. Центральной задачей политики в области воспита­ния ставилось соответственно этому формирование подрастающего поколения, способного победить в любых условиях, отважного, настойчивого и слепо подчиняющегося старшим.

**Спартанец-отец, обязан, был показывать новорожденного ребенка совету старейшин.** Растить его дальше разрешалось только в случае, если совет находил его жизнеспособным. Тех же, кого сочли слабыми, сбрасывали в ущелье с горы Тайгет. Оставшихся детей не пеленали, чтобы они с течением времени закалялись.

Систему физического воспитания Спарты освещают педагогические заметки Платона (427—347 гг. до н. э.), по которым игры детей направля­лись таким образом, чтобы они с малых лет привыкали к образу жизни взро­слых. В соответствии с этим предписанные правила игр считались нерушимыми, исходя из того, что ребенок, который стремится к новому уже в играх, став взрослым, не удовлетворится родительскими обычаями и законами.

**Детей, достигших семилетнего возраста, отнимали у родителей и, разбив на группы, передавали в распоряжение государственных воспитателей.** Эффективность воспитания обеспечивалась, прежде всего, тем, что ответственность за развитие детей несли все взрослые. В то же время воспита­телей выбирали не из числа равнодушных рабов, а среди наиболее заслуженных вольных людей. В этих условиях к четырнадцати годам каждый ребенок привыкал к физическим и душевным испытаниям и получал представление об основах гимнастики и орхестрики, которым в соответствии со спартанскими представлениями об эстетике придавался более жесткий характер. В ходе физических занятий дети не должны были исключать ударов ногами, укусов и даже царапания ногтями. Чтобы убедиться в том, что дети растут «удальцами», в их среде иногда намеренно провоцировали раздоры и драки. Каждый год завершался соревнованиями с использованием также мистификаций, связанных с различными древними культами.

Так, например, состязания устраивали перед открытыми могилами героев прошлого, культивируя тем самым чувство ответственности перед свершениями предков. Посвящаемых же заставляли соревноваться в ударах бичом перед алтарем Артемиды.

**Из ужесточенных форм испытаний перед посвящением в подростки в пятнадцатилетнем возрасте был выработан обычай криптий.** Он означал по существу испытательный год, в течение которого группы в 30—40 будущих посвящаемых проходили определенные боевые учения в районе мятежных деревень илотов. В ходе таких акций молодежь вместе с руководителем была полностью самостоятельной. Само название криптий (сокрытие) связано с тем, что на дома и деревни, считавшихся наиболее опасными илотов совершали ночные налеты, а намеченные жертвы уводили и убивали в неизвестном месте.

**По истечении испытательного года подростки попадали в группу эйренов.** Здесь в основу обучения были положены строевые занятия и овладение оружием. Базу собственно физических упражнений составляли пятиборье и кулачный бой, который вместе с примыкающими к нему элементами рукопашной схватки именовался «спартанской гимнастикой». Даже танец служил боевой подготовке: по ходу ритмических движений требовалось имитировать поединок с противником или метание копья, ловко манипулируя щитом и подпрыгивая, чтобы увернуться от камней, которые бросали воспитатели или другие взрослые, осуществлявшие надзор. Эйрены участвовали в подготовке младших, выполняли в криптиях функции руководителей отрядов.

**Достигших двадцатилетнего возраста** снова подвергали испытаниям **и переводили в группу эфебов.** Систематическое военное обучение длилось до возраста в 30 лет, однако и после этого в определенные периоды полагалось выходить на учебные площадки.

До достижения двадцатилетнего возраста девушек обучали подобно юношам, ибо, когда мужчины уходили в поход, обеспечение порядка становилось задачей в первую очередь отрядов женщин, остающихся дома. Некоторые записи Филострата свидетельствуют и о наличии у спартанцев своеобразной концепции «улучшения рода».

«Ликург... дабы обеспечить Спарту закаленными для боя атлетами, приказал допускать девочек к тренировкам и публичным соревнованиям по бегу, наверняка для того, чтобы у них были физически крепкие дети и чтобы при окрепшем теле рождалось потомство получше. Если же они заключат брак с молодым мужчиной, который упражнялся вместе с ними, то их отпрыски будут крепче».

Однако характер спартанского воспитания был связан, по нашему мнению, не с племенными традициями, а, прежде всего с нарастанием классовой борьбы порабощенных Спартой народов. Этот процесс обострился с конца VI в. до н. э., когда главная роль в хозяйстве Эллады перешла от суши к морю, а лидерство — от Спарты к Афинам. В то же время **даже спартанская физическая культура не могла остаться в стороне от воздействия преобразований, происходивших в течение X в. во всей Греции.** Перемены ощущались, прежде всего, в боевых плясках. В пиррики были введены мотивы, имитиру­ющие боевые приемы, и танец с оружием пополнился, превратился в подобие драматической сценки. В женском танце эти элементы настолько привились, что в IV в. пиррики уже утратило свой боевой характер, превратившись в зрелищного типа упражнение для развития ловкости и чувства ритма. В танце борцов, предписанном для мальчиков и исполнявшемся в определенном ритме под аккомпанемент флейты, также взяла верх выразительность жеста, движения.

**Расцвет физической культуры Афин приходится на VI — начало IV вв. до н. э.** Для осуществления функций власти в городе-государстве, живущем ремеслом и торговлей в условиях рабовладельческой демократии, требовались гораздо более сложные средства, чем в Спарте. Иначе складывался и состав населения. По приблизительным данным, в Афинах V в. до н. э. из 400 тыс. жителей насчитывалось 150 тыс. свободных граждан. Понятно, что при известных совпадениях, вытекающих из рабовладельческого базиса, физическое воспитание афинской молодежи существенно отличалось от обучения спартанской. Преподавание — за исключением содержания гимна сии — считалось частным делом. Кроме физической подготовки, принима­лись меры по развитию умственных способностей. Развитую систему эстети­ческого и этического воспитания афиняне органически увязывали с физиче­ской культурой. В то же время физическая подготовка для женщин сводилась к орхестрике.

Физическое воспитание детей начиналось в возрасте семи лет в особом учреждении — палестре. Наряду с палестрами в период расцвета Афин на первый план вышли гимнасии.

«Направляют их и к учителю физических упражнений, — можно прочитать в «Протагоре» Платона, — чтобы тело их было обучено, слушалось их благородной души и чтобы из-за телесной слабости им не пришлось на войне или в ином случае брать на себя роль труса».

Наряду с подвижными детскими играми, известными с незапамятных времен, постепенно получают распространение орхестрика — выполняемые под музыку упражнения в танцах и беге, обязательные упражнения в прыж­ках, приседания и различные виды игры в мяч. В середине V в. до н. э., то есть одновременно с допуском детей на общегреческие соревнования, в обучение включаются в облегченном виде основные компоненты пятиборья. (Также в середине V в. до н. э. в Греции наблюдается стремление привести нагрузку в физических упражнениях в соответствие с потенциалом юного организма.) Дети более состоятельных родителей **до 15**—**18-летнего воз­раста продолжали занятия в гимнасиях.** Здесь программа физической подготовки уже совпадала с требованиями пятиборья для взрослых, а затем была дополнена приемами кулачного боя и плаванием.

Юноши из семей наиболее богатых горожан и аристократов **до 18**—**20-летнего возраста усваивали в группах эфебов познания из области управления государством, философии, а также командования войсками,** изучали тактику, строевую подготовку, верховую езду, плавание, греблю, стрельбу из лука, фехтование и владение другими видами оружия.

К концу классической эпохи физическая культура Афин претерпела серьезные изменения, на первый план в системе двигательных упражнений вышли игры в мяч. В «Горгии» Платона учитель физического воспитания говорит о том, что желает сделать граждан, прежде всего красивыми, а уж затем сильными. При учебных заведениях создавались купальни, бани, бассейны. Появилась постоянная должность мастера игр в мяч. Те же, кого не удовлетворяли элементы движений, содержащиеся в орхестрике, могли брать частные уроки у учителей драматического танца.

Точку зрения древних греков на физическую культуру наиболее ясно выражали их философы, которые считали, что «образ жизни свободного человека» немыслим без занятий гимнастикой. «Было бы безобразием по собственному незнанию состариться так, — заявлял Сократ (469—399 гг. до н. э.), — чтобы даже не видеть по самому себе, каким способно быть человеческое тело в полноте своей красоты и силы». Человека, не умеющего писать и плавать, они именовали недвусмысленно «телесным и умственным калекой». Однако критерии системы человеческих ценностей, получившие законченное выражение в агонистике, в V веке до н. э. уже подвергались серьезным сомнениям, а софистами были отвергнуты.

**1.6. Агонистика периода расцвета полисов**

Расцвет рабовладельческих городов VI—V вв. до н. э. отразился и в развитии агонистики. Наряду с Олимпийскими играми официальное признание получили — под знаком общегреческого самосознания, а отчасти под воздействием устремлений тех или иных союзов городов — истмийские

(586 г. до н. э.). пифийские (582 г. до н. э.), немейские (473 г. до н. э.), панафинейские (565 г. до н. э.), делосские игры и игры в честь Дионисия, а также отмечавшие изгнания персов элефтерийские игры (479 г. до н. э.). Олимпийские игры классического периода на первый взгляд мало, чем отличались от игр древнегреческой эпохи. На алтаре пританейона (хранилище олимпийского огня) по-прежнему горел вечный огонь Гастии. Глашатаи, призывающие принять участие в соревновании, по старым обычаям объезжали раз в четыре года всю Грецию и ее колонии. Женщин, как и прежде, на Игры не допускали, устанавливавшийся на время Игр мир нарушался лишь в редких случаях. Перед состязаниями соперники участвовали в церемониях принятия присяги и ритуального омовения, победителей увенчи­вали венком. Площадки и борцовские арены священного олимпийского парка примерно к 550 году до н. э. приобрели форму, известную по современным раскопкам. После победоносного завершения двух войн с персами в обстановке ликования, охватившего всю Грецию, был построен олимпийский храм Зевса.

Однако, начиная с этого времени панэллинские игры лишь внешне оставались продолжением ритуальных традиций прошлого, тогда как по гуманистическому содержанию все дальше уходили от культа. Этот процесс внутренних преобразований лучше всего отражают надписи, выбитые на пье­десталах каменных скульптур победителей, воздвигавшихся с конца VI в.

В надписях на более ранних находках подчеркивался лишь их характер как жертвоприношения. Скульптуры не имеют индивидуальных черт, и их нельзя даже отличить от изображения того божества, которому приписывался данный успех на соревновании. Наиболее ранним примером этого типа является надпись середины VI в. о победителе немейского панкратиона:

***«Здесь посвятил Аристид богу Зевесу Хроносу Четырехкратный триумф в панкратионе Немейском».***

В конце VI в. до н. э. жертвенный характер скульптур уступил место утверждению памяти победителя и описанию характерного момента данного вида спорта:

***«Это красавца Милона фигура-красавица, который на Пифской арене вырвал победу семь раз, не коснувшись коленом земли».***

Надпись на обнаруженном в Акрополе памятнике середины V в. до н. э. свидетельствует уже о таком подходе, при котором роль жертвенной скульптуры сводится к подробному перечислению успехов, достигнутых в соревнованиях:

***«Каллий, Дидимиса сын, посвятил, сей подарок.***

***Он победил: дважды на пифийских, пять крат на истмийских***

***Играх, четыре — немейских и больших панафинейских».***

Скульптурный портрет Аристодама (начало IV в. до н. э.) донес до нас чувства греческого спортсмена, свободного от поклонения богам и гордящегося своими достижениями. В надписи на его основании проглядывает не только личность хвастающегося своими подвигами атлета, но и сдвиги в оценке соотношения между различными физическими способностями:

***«Немея, Дельфы, Олимпия венчали меня пятикратно: Всюду победы добилась ловкость моя, а не сила. Фрассия сын, элисский борец Аристодам».***

Одновременно с элементами культа отошли на задний план также аристократическая идеология игр и нимб «богоизбранников» у победителей. После одержанной над персами победы, под воздействием успехов афинской демократии Элис, проводивший олимпийские мероприятия, также стал демократическим городом-государством. В 420 г. до н. э. он был уже союзником Афин. Не в последнюю очередь это можно связывать с тем, что за нарушение Спартой мира эллинские судьи не только отстранили ее от игр, но и наложили штраф. Одного спартанца, который все же рискнул принять участие в состязании колесниц, прикрываясь цветами Фив, публично высекли. В то же время, судя по отдельным признакам, аристократия не отказалась от тех преимуществ, которые общество предоставляло победителям состязаний. Начиная с VI в. до н. э., за исключением бега с оружием (520 г. до н. э.) и соревнований фанфаристов и глашатаев (408 г. до н. э.), программа пополнилась только бегами и скачками на конях и мулах. Это было связано, очевидно, с тем, что в этих видах не предписывалось управлять животными лично (!), а венок, несмотря на это, полагался владельцу. Шансы богачей увеличивались и из-за роста цен на лошадей.

**Олимпиада классического периода была великим общегреческим форумом.** Именно здесь знаменитый софист Горгий разоблачил политику соглашательства с персами, проводившуюся Спартой (408 г. до н. э.). Здесь посланцы Митилены выступили перед собравшимися представителями всей Греции с жалобой на перегибы в политике Афин и потребовали предоставления автономии. Здесь был заключен «тридцатилетний мир» между Афинами и Спартой (445 г. до н. э.). Олимпийские игры не были свободны и от отзвуков классовой борьбы. Сицилийский историк Диодор записал, что выразитель демократических идей Лисий в 388 г. до н. э. настраивал зрителей против сиракузского тирана. В других случаях зрители устраивали демонстрации протеста против олигархов, кичащихся своей роскошью, и переделывали напоминающие о деспотии надписи на монументах в честь победите­лей. Многие важные договоры были заключены на Олимпийских играх, еще большее число было оглашено и высечено на камне. Торговцы вступали в различные сделки с прибывшими из дальних колоний. Некоторые сдавали здесь на хранение свои сокровища. Военачальники и властители участием в Олимпиадах поднимали престиж, богачи пожертвованиями шире распространяли славу о своей щедрости. Историки, философы, ораторы и драматурги считали главным показателем успеха в творчестве победу в «соревновании умов» на Олимпиаде.

Количество состязаний было доведено до двадцати, продолжительность игр до пяти дней (468 г. до н. э.), число спортивных судей — до девяти (400 г. до н. э.). На играх проявили себя такие таланты, что о них с восхищением упоминали греческие историки даже в III в. до н. э. (Гиппосфен, Милон, Полипам, Главкос, Диагор и др.).

**Сдвиги в подготовке к Олимпиадам проследить весьма трудно, так как летописцев эта сторона дела не интересовала и во многом была для них непонятной.** Из имеющихся данных можно сделать вывод, что занятия в элисском гимнасии, предшествующие приобщению к культу, носили характер публичного тренировочного лагеря. При этом не настаивали на обязательном участии, удовлетворяясь клятвенным заверением кандидатов, что в предыдущие десять месяцев они придерживались правил. В то же время ясно, что тренеры классической Греции — гимнасты — на базе одной практики подняли методы обучения на высокий даже по современным понятиям уровень. Они умели различать типы телосложения, наиболее пригодные для того или иного вида спорта, и соответствующим образом ориентировали атлетов. Они продуманно применяли психологическую подготовку, сознавали взаимосвязь между диетой и достигнутыми показателями. У них имелись разработанные системы развития физической силы и выносливости (поднятие груза из положения на коленях, бег в воде различной глубины, применение мешков с песком и других отягощений), представления о важности отработки некоторых элементов техники. Более тщательное изучение их методов тренировки показывает, что греки находили пропорции и закономерности не только в музыкальных созвучиях, танце, движении небесных тел, архитектуре и скульптуре, но и в развитии спортивных показателей. Процесс подготовки делился на макроциклы (4 года) и микроциклы (4 дня). В первый день тетры, то есть микроцикла, велись подготовительные занятия, во второй нагрузка возрастала, в третий снижалась и в четвертый достигала уровня, необходимого для поддержания организма в форме. Одна тетра органически вытекала из предыдущей и готовила спортсмена к следующей. Признавались значение разучивания элементов упражнений, как по частям, так и в комплексе, преимущества дополняющих движений.

В соответствии с изменением вкусов более гуманным стало и опреде­ление победителя. На старте дистанций бега и конных состязаний были уста­новлены полуавтоматические пускатели. В борьбе как победу засчитывали проведение трех бросков или других установленных приемов, в результате которых соперник оказывался на земле. В кулачном поединке или панкратионе разрешалось признавать поражение раскрытой ладонью, поднятием руки или похлопыванием противника по корпусу. Об относительном росте значения тактических и технических элементов при оценке результатов свидетельствуют записи о конных соревнованиях, надписи на скульптурах, прославляющие ловкость, а также описания победы Тимасифея над шестикрат­ным олимпийским чемпионом Милоном. Однако эстетическая и этическая оценка победителей была уже отнюдь не столь однозначной. Начиная с V в. до н. э. для усиления интереса публики к зрелищной стороне дела кулачным бойцам разрешили повышать силу удара за счет кожаных узлов на пальцах. Однако атлетов, нанесших сопернику смертельные раны, элисские судьи изгоняли со стадиона, что одновременно означало аннулирование их победы. В то же время были примеры того, как подобных дисквалифицированных спортсменов — как это было в случае с Клеомедом и Диогнетом — дома провозглашали героями.

Следует привести отрывок из элегии Ксенофана (570—480 гг. до н. э.), где мастерски раскрываются применявшиеся стимулы, не ограниченные сим­волическим венком и установкой скульптуры победителя:

***«Тот, кто в беге проворном иль в бою пятиборцев***

***смог добиться победы — там, где Зевсова роща,***

***на равнине Олимпа, у Пифа, — в поединке борцов,***

***или в схватках кулачных, иль в побоище страшном,***

***что недаром зовется панкратион,***

***тот пред городом всем еще более славным предстанет:***

***средь соперников может получить он почетное место,***

***что ни съест — все оплатит казна,***

***приз бесценный тому может дать государство,***

***если ж лошадь его победит — это все он получит сполна».***

**1.7. Кризис классических форм древнегреческой**

**физической культуры**

**(IV в. до н. э.)**

С конца V века до н. э. дальнейшему быстрому развитию греческого общества все сильнее препятствуют узкие границы небольших городов-государств, мешавшие свободному расцвету экономической жизни и формирова­нию необходимой политической структуры. Соотношения между городами-государствами не могли изменить даже внутренние резервы самого крупного полиса — Афин. В ходе пелопоннесских войн стало очевидным, что только с помощью внешних сил можно создать охватывающее всю территорию Эллады единое греческое государство, которое положило бы конец внутренней **социальной борьбе,** ведущей к уничтожению производительных сил.

Одновременно с кризисом производственных отношений закономерно обострились также противоречия, присущие традиционным формам физиче­ской культуры. Однако кризис античного рабовладения V—IV веков до н. э. носил лишь локальный и временный характер. Как мы увидим в дальнейшем, этот кризис поколебал те общественные силы и основы, на которых создава­лась греческая физическая культура, но не лишил ее возможности для возрождения. Кризис классических форм, сопровождавшийся перемещением центров тяжести в рамках физической культуры и изменением подхода к ней, нельзя смешивать с тем процессом разрушения и распада ее содержания, который начался лишь в IV—V веках н. э.

Признаки изменений в физической культуре в Афинах обнаружились уже в V веке до ч. э. Именно тогда впервые оказалось поколебленным господство главной классовой базы олимпизма — аристократии, а вместе с ней и его калокагатической системы требований. Об Алкибиадесе, победив­шем в соревновании колесниц на 91-й Олимпиаде (416г. до н. э.), писали, что «он игнорировал гимнастические состязания, так как знал, что среди их участников было много атлетов низкого происхождения, являвшихся гражданами незначительных городов-государств и страдавших отсутствием культуры». Немногим позже Исократ (436—338 гг. до н. э.), отличавшийся антидемократическими взглядами и ироническим складом ума, критикуя свой собственный класс, заявлял уже, что «народ покончил с обычаем заниматься физическим воспитанием и музыкой. Он понял, что не достигнет с их помощью счастья, и поэтому счел, что эти занятия не прекрасны». На самом деле снижение значения физической подготовки было вызвано массовым распространением рабовладения, изменением отношения господствующего класса к труду, изменением методов ведения войны. Наряду с воинами тяжеловооруженной пехоты уже в V веке до н. э. возросла роль в военных действиях легковооруженных воинов и матросов, вербовавшихся из средних слоев общества. Начиная с IV века до н. э. пришел в упадок институт эфебии. Бремя ведения войны лежало в основном на плечах профессионалов-наемников. Более состоятельные слои в городах-государствах стали игнорировать утомительные тренировки по бегу и борьбе. Популярность среди молодежи начали завоевывать облегченные формы занятий физической культурой, ведущее место среди которых заняли выразительные движения. Однако даже, несмотря на это, посещаемость гимнасий падала. В области политики стре­мление к изоляции постепенно стало брать верх над тенденцией к объединению. Панэллинские игры, некогда символизировавшие свободу и сплоченность независимых городов-государств, в IV веке до н. э. становились лишь напоминанием о былом величии.

Влияние на систему ценностей в классовом соотношении сил и условиях жизни греческих полисов явно прослеживается также в эволюции идей того времени. Ксенофан из Колофона, основатель элейской школы философов, еще в середине VI века до н. э. поставил под сомнение однобокость идеалов архаических агонистиков, заявив: «Те, кого прославляют их быстрые ноги или резвые кони, явно не могут достичь никаких вершин, потому что мудрая наука стоит большего, чем рекорды чемпионов и лошадей». Наиболее полно выразивший идеи софистов Еврипид, который, кстати, удостаивался лаврового венка победителя соревнований по борьбе и боксу в Элеусе и на Панафинеях, в V веке до н. э. высказывался уже явно осуждающе.

***«По всей Элладе есть бесчисленное множество гнойников,***

***Но нет ничего более злостного, чем род атлетов», — писал он в «Антолике».***

Строки из произведений двух греческих мыслителей, относящиеся к периодам зарождения и последующего развития духовной революции, совершенной софистикой, дают лишь общее представление о том историческом процессе, который во второй половине V века до н. э. создал новую основу картины мира греков, построенного на идеях аристократической культуры. Новый культурный идеал в противовес основанной на ритуалах аристократической калокагатии выдвинул задачу воспитания политически мыслящих, рассудительных и наделенных ораторскими способностями граждан. Гражданские достоинства, постепенно выходившие на первый план вместо аго­низировавших идеалов аристократии, строились на сознании, логическом мышлении и развитии духовных проявлений и в условиях кризиса городов- государств закономерно вступили в конфликт с проповедовавшейся агонистиками системой ценностей физической культуры. То обстоятельство, что интересы новых, поднимавшихся слоев способствовали выходу на передний план таких норм поведения свободного гражданина, которые освобождали его от физических нагрузок, грозило сделать неактуальной всю систему ценностей физической культуры, выросшей из традиций аристократии, до сих пор не имевшей конкурентов. Аристофан (450—370 гг. до н. э.) в своем ' произведении «Облака» устами Правды выступает еще в защиту прежних идеалов. То же самое делает молодой Аристокл (427—347 гг. до н. э.), который после успехов, достигнутых в соревнованиях по борьбе на истмийских играх благодаря физическим данным, приобрел известность в истории философии под именем Платона. Однако в старости среди посещавших панэллинские состязания торговцев, спортсменов и зрителей он уже выделяет последних как наиболее высокопоставленных представителей грече­ского общества. Его ученик Аристотель (384—322 гг. до н. э.), подходя более широко к этому вопросу, заявлял, что утомительная, односторонне развивающая тело деятельность, за которую платят денежное вознаграждение и которая требует слишком высокой самоотдачи, недостойна свободного человека. Поэтому он считает гимнастику более ценной, чем агонистику. Исходным пунктом у Аристотеля было отчуждение от физических нагрузок. Начав с этой основы, он пришел к требованию умерить нездоровый, слишком раздутый культ атлетизма.

Эволюция критериев ценности личности точно отражалась также в греческом изобразительном искусстве. И, пожалуй, нигде влияние нового духа не проявляется столь отчетливо, как в творчестве двух наиболее выдающихся скульпторов IV века до н. э. — Лисиппа и Праксителя, которые создали новый тип атлета, заменивший собой прежний идеал мужчины Поликлета. Их Гермес и Апоксиомен уже и не герои, и не аристократы. Своими фигурами и движениями они скорее напоминают танцующих светских повес, чем готовых к борьбе атлетов.

Само собой разумеется, из программы панэллинских игр, за исключе­нием олимпийских, исчезло пятиборье, хранившее память об обрядах инициа­ции. На задний план отошли номера программы, связанные с бегом. В то же время получили широкое распространение конные соревнования, а также состязания колесниц и глашатаев. Наряду с ними по-прежнему сохранили популярность благодаря своей зрелищности борьба, бокс и атлетические состязания. Однако среди участников этих соревнований все реже попадались члены более зажиточных семей. Несмотря на все это, мероприятия агонистиков продолжали проводиться, сохраняя внешне то же содержание и ту же пышность. Особым блеском прежнего величия были окрашены состязания, проходившие в рамках Панафиний и Олимпиад. Бывшие в прошлом символом борьбы греческих городов-государств за гегемонию, эти состяза­ния превратились в спортивные конкурсы, ставшие почти самоцелью. Все большее число городов начали нанимать за деньги атлетов, чтобы поддержи­вать ореол прежней славы. На 98-й Олимпиаде (388 г. до н. э.) разразился первый скандал, связанный с подкупом спортсменов. Обнаружилось, что соперники фессалийского боксера Евпола за различные денежные вознаграждения уступили ему дорогу к олимпийскому венку. Позднее подкуп получил такое широкое распространение, что ссылки на него стали применяться в качестве ораторского приема. В обиход вошло новое понятие для обозначения участников соревнований (аскеты). Теперь их стали называть атлетами (участвующие в состязаниях за вознаграждение). Расширились трибуны, господствующим стал дух зрелищности.

**1.8. Формирование эллинистической**

**физической культуры**

**(IV—III вв. до н. э.)**

Внутренний кризис греческого общества был временно разрешен в результате завоевания Греции Македонией (337 г. до н. э.). Колонизатор­ская деятельность Греции, опиравшаяся ранее только на спорадически раз­бросанные города-государства, превратилась в организованное, завоевательское по своему характеру движение. Руководимая Александром Великим, Македония подчинила своему господству значительную часть Древнего Востока. Под влиянием греческой общественной структуры и культуры образовался целый ряд эллинизированных империй и городов-центров, которые столь же нуждались в институтах, способствовавших их внутреннему объединению, как и прежние греческие полисы. Не случайно, поэтому диадохи (преемники Александра Великого), конкурируя друг с другом, создали свои торговые, политические, религиозные и спортивные центры. Они построили купальни, гимнасии, дворцы и стадионы, которые сохранились сегодня лишь в виде развалин, но все равно поражают высоким уровнем художественного исполнения. Поэтому нет ничего удивительного в том, что в результате миграции наиболее известных гимнастов и атлетов именно сюда переместились центры греческой физической культуры.

**Однако богатые столицы вновь возникших империй** (Александрия в Египте, Антиохия в Сирии или Пергам в Малой Азии) **требовали от физической культуры совершенно иного, чем Древняя Эллада.** Хотя система гимна­стических упражнений сохранила свои классические формы, изменились ее цели: эта система утратила характер подготовки к обрядам инициации. **Пятиборье, требующее разносторонней физической нагрузки, было вытеснено** менее трудоемкими эстетическими упражнениями, развлекательными играми и танцами. **Осуществление общего контроля за «физическим состоянием» окончательно перешло к профессиональным атлетам, «обладающим осо­быми способностями» и достигшим выдающихся результатов в каком-либо одном виде спорта.** Однако это не означало, что представители знати, взяв на себя роль меценатов или начав лично участвовать в состязаниях конников и глашатаев, уже отказались от того, чтобы оказывать влияние на возросшую массу людей, проявляющих интерес к зрелищам.

Граждане эллинизированных городов жили в намного лучших условиях, чем на своей прежней родине. Здесь они уже не только пользовались выгодами от рабовладения и торговли, но и имели доступ к тому огромному доходу, который государство выжимало путем эксплуатации порабощенных народов Древнего Востока. В этих условиях, которые обеспечивали возможности относительно более легкой жизни, необходимо было считаться с возникшей проблемой использования молодежью увеличившегося свободного времени.

В диалоге Лукиана (120—180 гг. н. э.) «Анахарсис, или О тренировке тела» Солон особо подчеркивает, что он заставляет сыновей выполнять физи­ческие упражнения с тем, чтобы они были хорошими защитниками своего государства, а его граждане могли жить свободно. В условиях мира польза от этого еще выше, поскольку молодые люди, не зная, куда деть свободное время, не предаются распутству, а заботятся о тренировке тела и тем самым занимают себя.

В городах эллинских империй основной элемент физической культуры составляла агонистика, отличавшаяся большой зрелищностью. Будучи неспособной, конкурировать с ней, физическая культура ближневосточных наро­дов, верная древним традициям, оказалась оттесненной на задний план. В этих условиях эллинистическая физическая культура стала не только органической частью культурных связей, объединявших греков, но и средством, с помощью которого греческие правящие слои могли оказывать влияние на порабощенные народы. В то же время она способствовала развитию общественных процессов в этой застывшей части мира.

**1.9. Эллинистическая физическая культура после римских завоеваний**

Во II веке до н. э. римские завоевания положили конец потрясениям в эллинском мире. Однако необходимо было поставить институты и учрежде­ния рабовладельческого общества, укрепившегося в эпоху Рима, на службу имперским интересам. Среди первых шагов по реализации этого политиче­ского курса следует упомянуть предоставление грекам свободы, о чем объявил, Фламиний после победы над Филиппом в 196 г. до н. э. на истмийских играх. Вслед за ним многие римские политические и общественные деятели предпринимают попытки превратить Олимпиады в имперские игры и перенести место их проведения в Рим. Однако все эти попытки не увенчались успехом. Например, согласно указу, изданному Суллой в 80 г. до н. э., 175-е Олимпийские игры должны были пройти в Риме. Однако римляне не поддержали его идею. Игры вновь состоялись в Алтисе. Позднее римские императоры объединили игры в одно празднество. Организованная Неро­ном лжеолимпиада не была причислена даже к категории периодически проходивших соревнований того времени. Потерпев поражение, **римские императоры, начиная со II века оставили попытки силой изменить характер игр,** получивших распространение на всем эллинизированном Востоке. Согласно порядку, установленному Римом, местные правящие круги лиша­лись политической власти и были обязаны платить налоги. Однако уважение римлян к экономической жизни и местным обычаям давало им возможность создавать видимость того, что они играют какую-то значительную роль, организовывать культовые игры, осуществлять надзор за гимнасиями, купальнями и театрами. Аристократии различных провинций была оставлена видимость неограниченной власти и возможность использовать культурные институты для нейтрализации недовольства низших слоев населения. С помощью этой политики в конечном итоге классические панэллинские игры тоже были включены в сферу римского правления.

Такого рода сотрудничество господствующих классов провинций с заво­евателями дало начало процессу известной взаимной ассимиляции греков и римлян. Эллины, принадлежавшие к имущим слоям, получили право на римское гражданство, а панэллинский союз признал культ императоров в такой же степени, как культ Зевса. Императоры и высшие чиновники стали участвовать в тайных религиозных греческих обрядах — мистериях, брать на себя функции организаторов различных игр, представительствовать на наиболее знаменитых соревнованиях. В тогдашних условиях такие древние институты, как общегреческий религиозный центр в Дельфах и панэллин­ские игры, утратили свой прежний, чисто греческий характер и вместе с ним самостоятельную политическую роль, которую они когда-то играли. Однако их культовое и традиционное значение возродилось. Многие письменные свидетельства того времени говорят о том, что известнейшие атлеты считали высокой честью попасть в список победителей каких-либо панэллинских игр, прежде всего Олимпиад, у себя на родине.

**1.10. Распространение панэллинских игр в Римской империи**

**После некоторого временного спада, наступившего за римскими завоеваниями,** благодаря содействию императоров и наместников **места проведения игр вновь стали активно посещаться.** Возрос спрос на способных атлетов. Действовавшие при гимнасиях залы для занятий физическими упражне­ниями были превращены в институты по подготовке спорстменов. Оживился интерес и к заново отстроенной Олимпии. Точно так же, как это делали Александр Великий и его преемники, римские императоры с помощью орга­низации памятных соревнований греческого типа стремились увековечить свои победы. Эллинизированные провинции побогаче старались придать местным празднествам панэллинский характер. Наиболее простым решением этой проблемы было получение права на организацию каких-либо тради­ционных греческих игр.

По образцу Олимпиад проводились игры в Неаполе, Леонтине на острове Сицилия, Александрии, Ницце, Фуатейре, Траллейсе, Пергаме, Смирне, Эфесе, Атталее, Аназарбосе, Тирсосе, Магнезии, Сидоне, Антиохии и других местах. В Мегаре, Сикионе и Теосе продолжали традиции пифий-ских игр, в Ангоре и Сиракузах— истмийских. В Этне на Сицилии и в Аннале во Фракии проводились игры, напоминавшие своим ритуалом не-мейские. Число мест, где проходили подобные состязания, достигало сорока. Последние археологические раскопки также доказывают, что в распо­ложенных к северу от Черного моря городах Горгиппия и Херсонесос, которые находились под греческим владычеством, также проводились соревнования наподобие древних греческих Олимпийских игр. В программе этих соревнований фигурировали атлетические номера, борьба, вольная борьба (панкратион), соревнования на колесницах, стрельба из лука и метание молота.

**Однако игры, проводившиеся в эллинизированных центрах по образцу панэллннскнх соревнований, только названием и сопровождавшими их церемониями походили на прежние состязания, которые проходили некогда в Греции.** Иными стали их содержание и роль. Эти игры символизировали уже не только единство греков, но в первую очередь блеск и величие соответству­ющих городов, щедрость тамошних римских наместников. Они привлекали большое число зрителей, играли важную роль в нейтрализации классовых столкновений и проведении выборов. В других отношениях игры также постепенно теряли свой традиционный характер, и все больше приспосабли­вались к условиям Римской империи. В их рамках стали проводиться бои зверей, состязания гладиаторов. Более того, в некоторых местах среди их участников появились женщины. Древние «импресарио» собирали атлетов в особые организации и в соответствии с заключенными с ними контрактами заставляли их выступать по различным случаям. Одной из таких организаций во II веке н. э. был «Союз атлетов, получивших венки победителей на играх в честь Геракла», руководители которого осуществляли также надзор за императорскими купальнями. Гимнастика, являвшаяся когда-то основным видом занятий в гимнасиях, полностью утратила свое значение на фоне мероприятий агонистиков.

Большой спрос на атлетов и выход, на первый план агонистики повлияли на методы тренировки. Прежние критерии отбора участников состязаний утратили свою силу. Тетрастиль стал догмой, тренеры больше не обращали внимания на долгосрочную подготовку атлетов. Из замечания Павсания о случае, когда александрийский атлет Аполлоний из-за участия за денежное вознаграждение в другом состязании с опозданием прибыл на 218-ю Олим­пиаду (93 г. н. э.), можно сделать однозначный вывод: уже в элисской гимнасии от участников соревнований не требовали выполнения предвари­тельных упражнений, бывших ранее обязательными. Главными задачами атлетов на тренировках стали погоня за достижением сиюминутного резуль­тата и успехом у зрителей. Мягкий ремень, которым обматывали кисти рук участники кулачных боев, снабдили железными накладками, а кое-где — медными обручами. Раны, полученные в схватках, ставших откровенно гру быми, увековечивали скульпторы, на них ссылались противники развития физической культуры. В то же время в кругах истинных любителей спорта по-прежнему высоко ценилось знание техники и тактики боя. «Златоустый ритор» I века н. э. Дио Христостомос и даже такой известный софист, как живший в IV веке Темистиос Ефрадес, с восхищением отзывались о стиле кулачного бойца по имени Меланкомос, добивавшегося побед над своими соперниками, не нанося им почти никаких повреждений.

«Был среди наших предков кулачный боец — Меланкомос, который прославился благодаря прекрасному и великолепному искусству движения. Согласно преданиям, император Тит также очень любил Меланкомоса, так как тот никогда никого не ранил и даже не бил, а лишь с помощью выбора позиции и вытянутых вперед рук побеждал своих соперников, уходивших (с поля боя), радуясь снисхождению, даже если терпели в схватке поражение».

**1.11. Запреты (конец IV — середина VI в. н. *э.)***

*В* конце VI века н. э. древний рабовладельческий строй вступил в период окончательного разложения. **Игры и другие мероприятия, поглощавшие огромные денежные суммы, стали играть все меньшую роль в нейтрализации недовольства.** Законы общественного саморегулирования вынуждали власти прибегать к экономии. Началось сокращение строительных работ, помощи, оказываемой развитию искусства. Затем очередь дошла и до спортивных игр. Особенно **там, где игры окончательно подтвердили неспособность выполнять отводившиеся им функции, предпринимались даже попытки запретить их.** Само собой разумеется, христианство, ставшее в это время государственной религией, но еще слабое в идеологическом отношении, тре­бовало полного запрещения игр. Приверженцы его доктрины, выступавшие против «греховной телесности» и проповедовавшие крайний аскетизм, призывали к борьбе против всех форм физической культуры, объявленной ими языческим обычаем.

Выступление древнего христианства против физической культуры нельзя отрывать от оценки его идеологической и политической роли. Кстати, можно заметить, что наиболее радикальные течения, представляющие взгляды классов и групп, поднимающихся в различные переходные эпохи, и в более поздние периоды истории приходили в столкновение с прежней системой ценностей и этическими нормами физической культуры. В дальнейшем мы увидим это на примере не только древних христиан, но и средневековых пуритан, более того, ранних организаций международного рабочего движения.

Помимо давления со стороны различных течений христианства, римские власти настраивало против игр и то обстоятельство, что начиная с 380 года постоянно возобновлявшаяся борьба т. н. «агонистиков» (богоборцев) в большинстве случаев брала начало со стадионов. Феодосии подавлял это движение с помощью самых жестоких мер. Например, в цирке города Фессалоники он устроил избиение шести тысяч граждан. **Вступивший в силу в 393 г. Миланский эдикт запретил вести олимпийское летосчисление и проводить периодические игры, хранившие на себе печать языческих образов, за исключением тех празднеств, которые проходили в дни рождения императора и по случаю вступления его на престол.** Элис, бывший в свое время центром проведения блестящих олимпийских состязаний, а теперь обедневший и постоянно подвергавшийся нападениям варваров, стал лишь местом паломничества сторонников развития физической культуры. Введенные запреты здесь действительно имели силу закона и означали ликвидацию остатков некогда проводившихся игр.

Однако в восточных провинциях империи нельзя было одним росчерком пера уничтожить агонистику, имевшую тысячелетние традиции. По требованию городов, придерживавшихся этих традиций, императоры, власть кото­рых ослабла, были вынуждены время от времени разрешать проведение игр. Правда, «катарсис» древнегреческой физической культуры уже и здесь был не в состоянии смягчить проблемы, обострившиеся в результате кризиса рабовладельческой формации. Более того, роль игр стала прямо противоположной. На стадионах и в гимнасиях, по существу, концентрировалась та социальная напряженность, нейтрализовать которую они были призваны. Как четко показало и вспыхнувшее в 532 году на константинопольском стадионе восстание «Ника», игры пришли в столкновение с феодализировавшейся центральной властью, вернее, с ее идеологией — христианством. В первую очередь этим, а не юридическими причинами объясняется принятие то запрещающих, то разрешающих патентов, о которых упоминают хроникеры IV и VII веков. Последний патент, в котором еще фигурировало понятие Олимпиады, был издан в 520 году Юстинианом, обновившим в 563 году эдикт Феодосия. В остальных случаях в связи с играми, проходившими по образцу олимпийских, но приобретших чисто римский характер, об Олимпиадах уже даже не упоминалось.

История древнегреческой физической культуры показывает тот процесс развития, который происходил в условиях рабовладельческого общества в области физической подготовки человека. Обряды инициации превратили систему движений, заимствованную из ритуала культов плодородия и умерших, в средство сплочения народа. Было признано общественное значение физической культуры, образованы устойчивые формы физкультурной и спортивной деятельности. Была открыта взаимосвязь физической культуры, этики и эстетики. Впервые в истории осуществилось требование создания системы разносторонней, гармонической подготовки человека. Греческая агонистика пережила падение городов-государств. Однако постепенно рабовладельческое общество отвыкло от труда и тяжелых физических испытаний. Атлетика, достигшая выдающихся результатов, уже не привлекала молодежь, которая завидовала ее славе, но в то же время презиравшую ее. Спортивные достижения, превратившиеся в труд, в тех условиях уже отрицали сами себя.

Римские завоеватели не внесли никаких изменений в основные элементы греческой физической культуры. Они сыграли определенную роль в ее распространении и сохранении, но не обогатили новыми мотивами. Римляне переняли некоторые общие идеи греческих теорий гигиенических движений, а игры, проводившиеся по образцу Олимпиад, включили в арсенал своих политических средств. Значительная часть писателей и историков той эпохи не понимала греческую физическую культуру либо сознательно искажала представление о ней. Этим объясняется тот факт, что, когда в эпоху Возро­ждения вновь открыли и начали использовать наследие греческой физиче­ской культуры, одна из наиболее существенных составных ее частей — агонистика — оказалась утерянной в результате влияния авторитетных латинских посредников.

**2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДРЕВНЕГО РИМА**

**Физическая культура в государстве, достигшем наивысшей ступени развития в эпоху древнего мира, относится к числу наиболее противоречивых проблем истории культуры.** Именно здесь при рабовладельческом строе была армия, наилучшим образом подготовленная в физическом отношении. Беспрецедентными были масштабы и пышность состязаний, носивших характер народных развлечений. В Риме не было организованного школьного физического воспитания. Римский господствующий класс не чувствовал жизненной потребности в том, чтобы активно включаться в занятия спортом. Спорт вызывал некоторый интерес, но тех, кто участвовал в соревнованиях, презирали. Историки спорта объясняют этот подход принципом целесообразности и полезности, которым руководствовались римляне, таким образом, вольно или невольно противопоставляя физическую культуру идеалу прак­тически мыслящего римлянина. Однако их утверждения чрезвычайно спорны. Намного вероятнее, что причины этого явления кроются не во взглядах, а, прежде всего в условиях развития Рима.

1.Многочисленные источники указывают на то, что физическая подготовка юношей до 16—17-летнего возраста, т. е. до службы в армии, являлась исключительно задачей семьи. Правда, в IV веке до н. э. было создано учебное заведение под названием «лудус», однако из этого мы можем сделать вывод только о том, что и в Риме были стремления к организации физического воспитания подобно греческому. Но в III веке до н. э. подготовка воинов была уже сосредоточена в общих лагерях. Физическая и духовная подготовка были обособлены друг от друга. В последнем столетии существования республики большинство граждан забросили физические упражнения.

2.Основой, на которой держалась Римская империя, ее внутренней определяющей силой являлись наводнявшие Рим народные массы, на кото­рые Рим в конечном счете всегда мог рассчитывать. (На Древнем Востоке, в Индии и Спарте о такой опоре даже речи быть не могло.) Однако народу нужен был не только хлеб, но и духовные наслаждения, соответствовавшие укладу жизни. Этой цели служили такие зрелища, как бои гладиаторов и состязания колесниц.

3.В отличие от греческих полисов в Риме власть всегда была сосредоточена в руках немногочисленной группы людей. В этой атмосфере не могло возникнуть общественного движения, которое придало бы занятиям физической культурой организованный характер и поощряло бы к этому народные массы. В этих условиях физические упражнения оставались средством удовлетворения личных потребностей и формой индивидуального развле­чения.

4.Не могли принести существенных изменений и попытки отдельных государственных деятелей и политиков, преклонявшихся перед эллинизмом.

В период, когда граждане Рима познакомились с греческой физической культурой, физическая сила и ловкость там не были в почете. «Глупость, дорогой Луций, — писал Сенека, — и для образованного человека менее всего подхо­дящее дело тренировать мышцы рук, шеи, укреплять грудную клетку. Даже если твое тело увеличивается в объеме, растут твои мышечные связки, ни сила твоя, ни вес не достигнут силы и веса раскормленного быка». Не говоря уже о том, что греческая гимнастика и агонистика, предназначавшиеся служить образцом, также утратили престижные прежние ценности. Кстати, воспитатели не переняли из греческой физической культуры даже те элементы формы, которые применялись в Риме устроителями зрелищ.



Мальчик, прыгающий в во­ду (рисунок на гробнице, 480 г. до н. э.)

**2.1. «Царский период» (VIII—VI вв. до н. э.)**

Крушение патриархата и периода военной демократии создало в Италии условия для развития физической культуры на классовой основе. Рисунки на вазах и в местах захоронения этрусков, обнаруженные в ходе раскопок, сохранили следы состязаний по легкой атлетике, борьбе и плаванию в исто­рический период, предшествовавший Древнему Риму. Подобные же памятники сохранились из жизни греческих колоний в южной Италии с той разни­цей, что здесь были распространены гимнасии и палестры греческого типа. **Таким образом, физическая культура Рима складывалась из особенностей, отличавших физическую культуру населявших Италию греков, создавших свое государство этрусков и латинских племен латинян.**

**Приблизительно в VIII веке до н. э.** Рим и окружающие его селения заключили союз городов во главе с Альба Лонга. Союз городов имел общие храмы, предположительно здесь устраивались общие состязания, сопровождавшиеся ритуальными церемониями. **Спортивные игры, проводившиеся союзом, были самым тесным образом связаны с ритуалами, призванными обеспечить плодородие, успех в бою, с остатками тотемизма, родовыми куль­тами, поклонением семейным божествам и почитанием предков.** Согласно преданиям, в программу соревнований входили бег, гонки колесниц, фехтование и борьба. Образ главного бога-покровителя, ритуал и сами игры **с изменением соотношения сил приобретали постепенно все более «римский» характер.** На играх VIII—VII веков до н. э. соседние народы присутствовали только в качестве гостей. В истории описан случай, когда сабинян пригласили на культовые состязания и ограбили их.

По мере отмирания празднеств, устраивавшихся союзом городов, патри­ции стали демонстрировать свою силу во время военных игр. Они устраива­лись перед боевыми походами, по случаю победы или принятия присяги. Постоянное место проведения конных скачек и состязаний колесниц в долине между Палатином и Авентином получило название «цирка». Здесь прово­дились т. н. троянские игры, устраивались боевые пляски. Однако танцы этрусков и латинских племен того времени не имели прикладного значения, как средство физического воспитания. Возможно, этим объясняется и то, что классический жанр орхестрики не получил своего развития.

**2.2. «Период республики» (VI—I вв. до н. э.)**

**В конце VI века до н. э. власть этрусков ослабла. Рим прогнал послед­него короля этрусков и стал республикой.** После возникновения новой формы государственности Рим попал под перекрестный огонь нападавших на него соседних государств. Игры под названием Луди Магни, устроенные по случаю клятвоприношения и в память о победе, одержанной над бывшими союзниками, носили всенародный характер. Однако по мере обострения борьбы между патрициями и плебеями каждая из этих общественных групп образовала свои обособленные игры. В 287 году до н. э. плебеи, без которых не могла обходиться армия, торговля и мануфактурное производство, доби­лись, наконец, предоставления им равных прав, чему способствовало и то обстоятельство, что римляне наряду с внутриполитическими баталиями к этому времени завоевали всю Италию.

**Во времена завоевательных походов** постепенно менялась структура общества, а вместе с ней **менялся и характер римской физической культуры.** С арены цирка исчезли представления, во время которых молодые патриции и плебеи демонстрировали умение владеть оружием. Представители мужского пола лучшие свои годы проводили в военных лагерях. Вследствие этого отпала необходимость в организации обычных упражнений и соревно­ваний. **Прежние гимнастические традиции были забыты или перекочевали в военные лагеря в качестве элементов военной подготовки.**

Военная подготовка в лагерях была очень жесткой и всесторонней. Тренировки в беге, по прыжкам в высоту, в длину, по преодолению препятствий, плаванию проводились вначале в обнаженном виде, а затем при полной боевой выкладке. Наряду с овладением различными движениями очень важным считалось умение владеть оружием. При снаряжении весом в 20—25 кг устраивались переходы на 30—40 км со средней скоростью 6 км в час. Эти упражнения должны были выполнять не только новобранцы, но и легионеры-ветераны для того, чтобы сохранить бодрость и гибкость тела и чтобы тяготы и лишения оставались для них привычным делом. Конники проходили особую подготовку. Умение быстро вскакивать на лошадь отраба­тывалось на деревянном коне.

**Несмотря на все это, мы погрешили бы против исторической правды, если бы утверждали, что граждане Рима в эпоху республики предали забвению все формы физической культуры.** В высших кругах, хотя и не повсеместно, сохранился обычай упражняться в беге, прыжках, с гантелями. В сферистериумах, построенных рядом с дворцами патрициев, проводились оздоровительные упражнения с мячом. Овладение искусством плавания также входило в число этических норм. Во всяком случае, об этом свидетельствуют те памятники письменности, в которых восхваляются успехи в плавании отдельных высокопоставленных государственных деятелей. Именно из них вышли те, кого высокая степень развития физической культуры в завоеванных греческих полисах побудила следовать их примеру. Для них в I веке до н. э. во многих городах Италии были сооружены гимнасии по образцу греческих. Многие известные римские граждане — среди них Цицерон — то или иное время проводили в греческих гимнастических залах. В то же время внимание средних слоев и т. н. античного пролетариата было привлечено только к игровым площадкам.

Здесь в любое время дня всегда толпилось много народа. Одни упражня­лись в верховой езде, другие отрабатывали навыки езды на колеснице, играли в мяч, занимались борьбой. Некоторые же плавали и занимались греблей в Тибре. «Каждое проявление ловкости и силы зрители встречали аплодисментами», — писали хроникеры. Особенно популярными были игры с мячом.

Цирковые состязания колесниц, символизировавшие круговое движение небесных тел, обрели новое содержание: стали средством развлечения знати и разорившихся, хлынувших в город народных масс, «античного пролетариата». А потому их цель теперь состояла уже не в том, чтобы оказать магическое воздействие на природу или в состязаниях публично продемонстриро­вать силу и ловкость, научиться владеть своим телом, а в том, чтобы завоевать расположение народа, заполучить голоса, сдерживать народный гнев и обогащаться! Цирковые представления стали более жестокими, поскольку эстетические и этические запросы бездельничающего населения Рима приту­пились; оно жаждало крови и острых ощущений. Осторожничающих вла­дельцев колесниц освистывали. Кумирами становились те профессионалы, которые *не* щадили *себя* для того, чтобы завоевать симпатии капризной публики. Точно так же все более грубую форму принимали заимствованные у греков состязания по боксу.

**Наряду с представлениями в цирках в III веке до н. э. стали устраиваться новые зрелища: заимствованные у этрусков поединки гладиаторов.** Вначале они являлись исключительно составной частью культа жертвоприношения усопшим. Со временем, по мере того как возрастал интерес к ним, они были отделены от похоронного церемониала и превратились в одно из средств борьбы за власть.

Характерным эпизодом в этом процессе явился жест Гая Сампориуса Гракха, который в эпоху народных трибунов значительно увеличил свою популярность тем, что разрушил ограду вокруг арены форума, и тем самым народ получил бесплатный доступ к зрелищам (122 г. до н. э.). В I веке до н. э. поединки проходили уже на специальных, окруженных трибунами пло­щадках — амфитеатрах.

Бои гладиаторов времен республики были намного более жестокими, чем во времена империи. За исключением нескольких отчаянных авантюристов, большинство гладиаторов выбрали этот путь, подчиняясь силе. Это были похищенные жители, военнопленные, осужденные, преступники и т. д.

Пополнение гладиаторов обеспечивалось благодаря трем видам наказаний:

1) осуждение мечом гладиатора. Такого осужденного выставляли против опытного гладиатора. Естественно, что победителем в этих поединках всегда выходил гладиатор, искусный фехтовальщик, опытный, владеющий приемами нападения и защиты боец;

2) осужденного бросали к диким зверям. В этом случае осужденным давали примитивное оружие, чтобы поединок мог протянуться подольше;

3) согласно приговору, осужденный зачислялся в школу гладиаторов. Эта форма наказания не означала обязательную смерть. После определенного количества боев гладиатор освобождался от обязанности участвовать в поединках. В знак этого ему вручался деревянный меч, и, если он был рабом, он получал свободу.

**Чем же объяснялась популярность поединков гладиаторов, которые в эпоху республики почти оттеснили на задний план театральные и цирковые представления?** Рассмотрим только некоторые факторы. Во-первых, они оказывали огромное психологическое воздействие на суеверных римлян тем, что в их представлении с помощью крови они могут покончить с губительной властью покойных. Во-вторых, поединок должен был означать, что народ также привлекается к публичному отправлению правосудия над осужденными и мошенниками. В-третьих, захватывающие поединки полностью удовлетворяли массовые потребности той эпохи в развлечениях и зрелищах. И не в последнюю очередь преследовали ту цель, чтобы приучить юношей-римлян безразлично относиться к смерти, не быть чувствительным к человеческим страданиям.

«Некоторые, — говорил Цицерон, — могут считать наши поединки гладиаторов жестокими и бесчеловечными. В том виде, как они проходят сейчас, они таковыми и являются. Может, для уха и есть лучшая школа, чтобы перенести боль и смерть, но для глаза определенно нет».

Все это попытаемся рассмотреть через призму уже упоминавшихся средств политической борьбы, когда предводитель какой-либо группировки изыскивал для народа с притупившимися эстетическими чувствами все новые и новые жестокости, желая таким образом произвести впечатление на своего противника. В период упадка республики гладиаторы использовались в борьбе за власть, совершали убийства. Противники Юлия Цезаря ехидно замечали, что уже во времена эдилов было столько гладиаторов, что благодаря им он держал «в страхе» весь сенат.

***ВОССТАНИЕ СПАРТАКА* (74—71 гг. до н. э.)**

Бытовавшие в эпоху республики беспощадные методы подготовки (не случайно владельца школы, руководившего обучением, называли мясником) и постоянная боязнь смерти не раз воспитывали из гладиаторов борцов за свободу угнетенных. Восстание Спартака началось с того, что около 70 гладиаторов, вырвавшихся из гладиаторской школы в Капуе, вместе с присоединившимися к ним окрестными рабами разгромили на склонах Везу­вия посланный против них римский отряд. Их выступление вылилось в восстание десятков тысяч рабов. Гладиаторы стали руководить их обучением военному искусству, а свое умение фехтовать использовали в борьбе против своих бывших владельцев. Армия рабов под предводительством Спартака на протяжении ряда лет наносила удары по военной силе величайшего и находившегося в стадии расцвета государства древнего мира.

**2.3. «Императорский период» (31 г. до н. э. — 476 *г.* н. э.)**

Со сменой политической формации, а одновременно и жизненного уклада **в эпоху империи в истории римской физической культуры** наступила новая глава. Захватнические войны, а также применение владельцами круп­ных поместий рабского труда пагубно отразились на крестьянстве: большинство из них потеряли землю и пополнили собой число людей, паразитирующих на рабском труде. Республиканская государственная структура с тече­нием времени оказалась неспособной обеспечить господство малочисленного меньшинства над разорившимися свободными гражданами, жителями про­винций и рабами. Основанная на военной диктатуре империя положила в конце I века до н. э. конец полувековому внутреннему кризису. Окончание гражданских войн, обеспечение внутренней безопасности создало условия для почти 200-летнего мирного развития экономической и культурной жизни.

**Физическая культура из средства межпартийных баталий превратилась в предмет «заботы» императорской власти и стала выполнять репрезентатив­ные функции.** Императоры строили громадные купальни, посреди которых под открытым небом размещалась площадка для посетителей. Представители наиболее зажиточных слоев здесь проводили значительную часть времени, общались между собой. Помимо плавания каждый здесь выполнял наиболее приятные для него двигательные упражнения. Одни танцевали, делали пробежки, боролись, поднимали тяжести, другие развлекались, играя в мяч и в настольные игры. Представление о гимнастических упражнениях в римских купальнях мы можем получить из письма Сенеки своему другу, в котором он сетует на царившую там обстановку.

«Отовсюду вокруг меня доносится хаотический шум. Представь себе все, что неприятно для восприятия на слух. Некоторые выполняют утомительные упражнения или поднимают тяжести, если же они притомятся или изображают утомление, то сколько раз они вздохнут, столько раз слышу, как они пыхтят и задыхаются, если же кто-то делает себе массаж, я слышу, как хлопает по нему рука, причем звук этот меняется в зависимости от того, раскрытой или согнутой ладонью бьют по телу. Если же к этому присоединяется еще игрок с мячом, который считает свои удары, то горе мне!»

Были в Римской империи и стремления со стороны господствующего класса культивировать состязания по греческому образцу. Во время консульских праздников устраивались соревнования в беге, верховой езде и гребле с участием граждан Рима. Август попытался возобновить троянские игры в цирке. Более удачной оказалась попытка Домициана, чьи игры, учрежденные в 86 году, просуществовали вплоть до развала Западной Римской империи.

Однако активный интерес к организации состязаний удавалось поддерживать только в узком кругу представителей высших слоев общества. Свободные граждане, сторонившиеся военщины, презиравшие труд, жившие только сегодняшним днем или на иждивении других, выступали скорее в роли «пассивных потребителей» зрелищных пороков, порожденных физической культурой. В знаменитых сатирах Д. Ю. Ювенала ярко описывается тип нахлынувших в столицу римлян, которые до тех пор сидели в неподвиж­ности, пока не получали хлеб и цирковое представление. В случае победы их любимцев они забывали все свои беды и, одурманенные, неистовствуя,



Гимнастические упражнения римлянок (рисунок на стене III века н. э.)

воздавали своим кумирам божественные почести. Ну, а «если потерпит пора­жение тот или иной гладиатор, считавшийся непобедимым» и к тому же «даже зеленые не побеждают», тогда в городе царила такая печальная и подавленная атмосфера, как после поражения консулов в битве при Каннах». Для удовлетворения потребностей народа в развлечениях после Колизея был построен цирк Максимус, трибуны которого в IV веке были расширены до 350 тысяч мест. В конце эпохи Римской империи продолжительность развлекательных представлений достигла 175 дней в году.

Громадные цирковые сооружения и амфитеатры воздвигались не только в Риме, но и в Помпее, Капуе, Вероне и Сиракузах. В начале эпохи Римской империи поединки гладиаторов были оттеснены на задний план цирковыми представлениями и различными состязаниями греческого происхождения, но в период ее упадка снова обрели главенствующую роль.

Для того чтобы сделать народные зрелища более разнообразными, арены крупнейших амфитеатров переоборудовали в бассейны, которые можно было заполнять водой, где устраивались затем всевозможные поединки на воде с участием судов. Обычно воспроизводились те или иные наиболее запо­мнившиеся морские сражения (в Саламисе), в ходе которых зрители могли вдоволь полюбоваться тем, как в этом бою рабы душили друг друга и стал­кивали в воду.

Судя по описаниям, в этот период хорошо обученные всадники на колес­ницах и гладиаторы наряду с самоотверженностью пользовались огромной популярностью. Зрители из зажиточных слоев, стремясь произвести впечатление на массы, одаривали своих любимцев дорогими подарками. Сам импе­ратор не раз посылал вошедшему в милость гладиатору дорогой кубок, наполненный золотыми монетами. Однако всех превзошел Нерон, который подарил одному из них дворец и землю.

Ювенал утверждал, что доход хорошего всадника на колеснице соответствовал заработку ста адвокатов. Во II веке одним из таких всадников, обладавшим выдающимся талантом, был Гай Апулей Диокл, который на колеснице, запряженной парой лошадей, побеждал 3000 раз, а на четверке лошадей — 1500 раз. Он участвовал в состязаниях до сорокадвухлетнего возраста и при 32 миллионах сестерций принес факции большой доход, значительная доля которого досталась ему самому.

В грубых и неотесанных гладиаторах женщины видели воплощение мужественности. Художники прославляли их, изображая в мозаиках, на керамических плитах и на вазах. Неудивительно, что со временем снова выросло число сенаторов, рыцарей и даже императоров, принимавших уча­стие в любительских гонках на колесницах и выступавших в роли гладиаторов (Нерон, Тит, Гадриан, Каракалла, Коммод и др.). Славе гладиаторов завидовали даже амазонки и в погоне за сенсацией, к немалому удоволь­ствию зрителей, участвовали в поединках в смешанных парах вместе с муж­чинами.

Однако наряду с гладиаторами и всадниками — «звездами» и любим­цами публики — была многочисленная группа побежденных неудачников. Большой процент всадников заканчивал свою спортивную карьеру с многочисленными травмами и не в ореоле славы. Многие из них находили смерть под копытами мчавшихся за ними лошадей или под колесами проносившихся над ними колесниц. Большинство раненых гладиаторов не получало пощады. Понятие об идеальном мужчине требовало, чтобы победитель с криком «По­лучай!» заколол корчившегося от боли противника. Служители амфитеатра в таких случаях бросались к валявшемуся на песке трупу. Они постукивали его молотками по лбу и, если не находили в нем ни малейших признаков жиз­ни, крючками выволакивали с арены. Остальные наспех переворачивали ок­ровавленный песок, посыпали арену свежим, и под приветственные крики присутствующей толпы на арену выходила новая пара.

Великий мыслитель-стоик Луций Аннеус Сенека (4 г. до н. э. — 65 г. н. э.) принадлежал к числу немногих, кто не одобрял этот бесчело­вечный вид развлечений. На основе впечатлений, полученных в амфитеатре, он с глубоким возмущением и презрением писал:

«По сравнению с этим все прежние бои были милосердными по своему характеру. Ни о каком развлечении здесь нет и речи, здесь идет сплошная человеческая резня. У них нет никакого убежища. Всю свою силу они вкла­дывают в удар, и ни один из этих ударов не проходит бесследно... Те, кто только что по приказу убивали сами, попадают в руки других, чтобы быть убитыми. Победителя оставляют в живых до следующего, нового убийства. У каждого из этих несчастных фехтовальщиков конец один — смерть. Эти игры сопровождаются огнем и железом. И это продолжается до тех пор, пока арена не опустеет.

«Убивай, режь, жги! Почему он бежит на меч, так осторожничая? Почему убивает недостаточно решительно? Почему он так неохотно умирает?!» Пинками, оплеухами и затрещинами их выгоняли, чтобы они получали раны, при этом удары друг друга они должны были встречать обнаженной открытой грудью».

**В конце эпохи Римской империи с обострением общественной борьбы поклонники коневодческих факций объединились в настоящие «цирковые» партии.** Цвета основных факций — белый, красный, синий и зеленый — были едиными на территории всей империи. Факций различных городов были в V веке реорганизованы в соответствии с общественным расслоени­ем. С этого времени конные состязания, и состязания колесниц превратились в своеобразную открытую арену политической борьбы. Имперская админи­страция с удовольствием наблюдала массовые стычки болельщиков, отдавав­ших свои симпатии различным факциям, так как это отвлекало их внимание от действительного участия в решении вопросов, касающихся власти.

Время от времени сами императоры становились во главе той или иной факций. Особенно они старались завоевать расположение «синих» и «зеленых», располагавших наибольшим числом сторонников. Калигула, напри­мер, отравив наиболее опасные упряжки противников, тем самым усилил позиции своей партии.

**В период упадка Римской империи,** как это мы уже отмечали в разделе, посвященном греческой физической культуре, стадионы и цирки стали местом, где начинались народные восстания. В 529 году на стадионе Неаполя возникла целая серия восстаний, которые формально были направлены против засилия христианской церкви и новых форм угнетения. Юстиниан, чтобы предотвратить дальнейшее распространение волнений, закрыл все древние учреждения физической культуры, за исключением византий­ского ипподрома, и среди них — наиболее авторитетный в ту пору афинский гимнасий. Его преподаватели бежали в Персию.

Едва успели подавить народное восстание палестинцев, как на византий­ском ипподроме началось восстание «Ника» (победа), которое покачнуло императорский трон. Юстиниан уже готов был бежать из столицы, когда евнуху Нарсесу удалось подкупить предводителей «синих». Брошенные на произвол судьбы «зеленые» были на ипподроме разгромлены отрядами наемников Белизара. Жертвами этого кровопролития стали почти тридцать тысяч человек. Победа императорских наемников означала одновременно и победу над древней физической культурой. Цирковые партии, последние остатки древних форм выражения народного недовольства, постепенно отми­рали.

Своеобразное развитие физической культуры в Древнем Риме представ­ляет собой ценный опыт в истории культуры. Она зарождалась как ритуальное обрамление военных упражнений, служила средством сплочения народных масс. В эпоху республики она превратилась в арену политической борьбы. Стала фактором, с помощью которого можно было разобщить народные массы, столкнуть их между собой, т. е. служила своего рода буфером между рабами и господствующими классами. В начале эпохи Рим­ской империи в качестве одной из разновидностей народных зрелищ помогала создавать божественный культ императоров. В конце эпохи империи существовала как средство наживы, а затем снова стала ареной политической борьбы, форумом классовой борьбы, неподвластным господствующим клас­сом. Центральная власть — предвестник феодального общественного строя — положила ей конец как одному из институтов, который уже не способствовал укреплению власти, а представлял для нее определенную опасность.