



**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

Олімпійський спорт

ОЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ СТАРОДАВНЬОЇ ГРЕЦІЇ

ДОЦЕНТ Л. РАДЧЕНКО

План:

1. Давньогрецька цивілізація та спорт.
2. Легенди та міфи про Олімпійські ігри.
3. Історичні відомості про Олімпійські ігри Стародавньої Греції.
4. Програма та учасники Олімпійських ігор Стародавньої Греції.
5. Значення Давньогрецьких Олімпійських ігор для сучасності.

Література:

1. Олимпийский спорт: учебник для студентов вузов физического воспитания и спорта: в 2 кн. Кн. 1 / В.Н. Платонов, С.И. Гуськов. – Киев: Олимпийская лит., 1994. – 496 с.
2. Олимпийский спорт. Учебник: в 2 т. Т. 1 / В.Н. Платонов, С.Н. Бубка, М.М. Булатова [и др.]; под ред. В.Н. Платонова. – Киев: Олимпийская лит., 2009. – 735 с.
3. Олимпийский спорт: учеб.-метод. пособие для студентов вузов / [В.Н. Платонов, М.М. Булатова, Ю.П. Мичуда и др.]. – К.: Олимпийская лит., 2014. – 176 с.

Давньогрецька гімнастика:

- дитячі ігри – вправи з м'ячем, біг, метання списа, диска та інші вправи, що розвивають спритність;
- палестра (зал для боротьби) – у систему якої входили комплексні іспити – пентатлон: біг (120 м), стрибки в довжину з альтерами, метання списа, диска та боротьба, а також біг зі зброєю, верхова їзда, стрільба з луку, плавання;
- орхестрика (сформувалася з ритуальних танців) - мистецтво рухатися і вправи для розвитку спритності



Історія Стародавніх Олімпійських ігор поділяється на періоди:

- *Давньогрецький: 776 р. до н.е. - 338 р. до н.е. – в Іграх мають право брати участь лише вільно народжені греки:*
 - а) з 776 – 72 рр. до н.е. Ігри носять місцевий характер.
 - б) 720 -576 рр. до н.е. Ігри здобули загально грецький характер. Активну участь бере Спарта.
 - в) 576 – 337 рр. Олімпійські ігри досягли найбільшого розквіту, у них беруть участь представники самих віддалених грецьких міст і колоній. Олімпійські ігри тривають кілька днів, а не один день як раніше.
- *Період Римської Греції: 338 р. до н.е. – 394 р. - в Іграх мають право брати участь як греки, так і іноземці; Ігри втрачають "релігійну спрямованість" поступово перетворюються у видовища; у 186 р. до н.е. Римська імперія офіційно узаконила право покупки олімпійців для виступів на аренах.*

Програма Стародавніх Олімпійських ігор:

- 1-й день** – відкриття Олімпійських ігор, приносили жертву богам, учасники змагань вимовляли клятву.
- 2-й день** - змагалися юнаки до 20 років.
- 3-й день** – змагалися дорослі.
- 4-й день** – кінні змагання (перегони на колісницях).
- 5-й день**- багатоборства, нагородження переможців, закриття Ігор.





Кодекс честі атлетів:

- перший принцип – почесна та бажана великотрудна перемога; випадкова чи легка перемога не приносить морального задоволення
- другий принцип – атлет завжди повинен пам'ятати завдяки чийм зусиллям він став переможцем; слова подяки тренеру – ознака гарного тону;
- третій принцип – не загострюй увагу на негативних моментах змагання;
- четвертий принцип – необхідна гармонія фізичної сили та порядності;
- п'ятий принцип – жага нагороди нерідко перемагає порядність; нехай жага слави не змусить тебе звернути з прямого шляху

Значення Давньогрецьких Олімпійських ігор для сучасності:

- започатковано традицію святкування Олімпійських ігор;
- визнано суспільну значущість фізичного виховання та атлетики;
- затверджено ідеал гармонійно розвиненої особистості;
- започатковано організаційні форми проведення атлетичних змагань, вшанування переможців та покарання порушників.





**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

Олімпійський спорт

ОЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ СТАРОДАВНЬОЇ ГРЕЦІЇ

ДОЦЕНТ Л. РАДЧЕНКО