

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В СТАРОДАВНЬОМУ РИМІ

Анатолій Денисовець¹, Олена Пантус¹

¹Старший викладач кафедри фізичного виховання Поліського національного університету, fyznau@gmail.com

Вступ. Історія фізичної культури і спорту вивчає виникнення і розвиток засобів, методів, теорії і систем фізичного виховання на різних етапах існування суспільства. Будучи важливим розділом науки про фізичну культуру і спорт, історія розглядає їх як складову загальної культури. На основі об'єктивних закономірностей розвитку суспільства простежується еволюція фізичної культури з найдавніших часів до сьогодення. Розвиток фізичної культури і спорту розглядається у взаємозв'язку й обумовленості з іншими аспектами життя суспільства, а також залежно від конкретної суспільно-економічної формації, географічного середовища, національних особливостей. Рівень розвитку фізичної культури і спорту, їхнє місце в житті людей завжди залежали і залежать від конкретних форм виробництва, суспільних відносин, політики, стану науки і культури. Визначені історичні умови породжували і різні системи фізичного виховання [1].

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних наукових джерел, історико-логічний та хронологічний методи.

Результати дослідження. За свою понад тисячолітню історію Римська держава пройшла великий та значний шлях розвитку, на якому можна виділити три етапи. Заснування Риму – «вічного міста», «міста на семи пагорбах» датують серединою VIII століття до нашої ери. Перші століття Рим нічим не відрізнявся серед інших міст. Корінне його населення (патриції) підкорило навколишніх мешканців, перетворивши їх у залежне, позбавлене політичних прав населення (плебеїв).

Перший період іменують «царським» (Reks – цар), який датується VIII–VI століттями до нашої ери. Характерним для цього періоду була боротьба патриціїв та плебеїв, котра завершилась вирівнюванням у правах. Тоді створилась Римська республіка, аристократична за своїм характером.

Пам'ятки тих часів засвідчують розповсюдження серед населення Риму численних святкувань, ігор, танців з яскраво-військовою спрямованістю. Найбільш характерними були «троянські ігри», де переважали змагання вершників у заплутаних ходах лабіринту. Ця гра була популярною серед рядової аристократії (патриціїв), адже кінні підрозділи домінували тоді на війні. Розповсюдженими були змагання колісниць, метання списа, кулачні бої, боротьба, військові танці. Стародавні елементи фізичної культури лягли в основу своєрідної системи військово-фізичного виховання у рабовласницькому Римі [3].

Часи від середини III до середини II століть до нашої ери увійшли в історію Риму як період Пунічних війн, внаслідок яких влада Риму розповсюдилась на Сицилію, Сардинію, Корсику, а згодом і на північ до Альп, потім Карфаген в Африці, побережжя Іспанії, східне Середземномор'я, Балкани, Малу Азію. Далі, до I століття нашої ери, етап носить назву «Громадянських війн», боротьби сільської та міської бідноти, посилення повстань рабів. Тоді були ліквідовані пережитки республіканського устрою, і в Римі встановили деспотичну владу, подібну до східних монархій (I–V століття нашої ери).

Таким чином, Рим об'єднав під своєю владою значну територію від Піренейського півострова до кордонів Вірменії і Персії, від Британії до Єгипту. Тут рабовласницька формація досягла завершального розвитку.

В Римі була наймана армія, що вела безперервні війни. Величезна кількість рабів дозволила здійснювати будівництво водоводів, каналізацій, доріг (звідси вислів: «Всі дороги ведуть у Рим»). І сьогодні зберігає окремі їх ділянки, а в термах-каракалах, що інколи дозволяли тисячам відвідувачів одночасно ними користуватись, були не тільки бані, басейни, але й майданчики для ігор, розваг і змагань.

На жаль, ці здобутки цивілізації суттєво не позначились на розвитку фізичної культури. Ми можемо лише говорити про особливості фізичного виховання, відмінні (або гірші) від попередніх. Своєрідність економічного та політичного розвитку, особливості військової організації обумовили формування в Римі інших методів фізичного виховання, ніж у Греції.

В римських школах (елементарній, граматичній, риторській) фізичне виховання не посідало такого значного місця, яку Греції. Фізичній підготовці особлива увага приділялась при навчанні воїна тому, що для нескінченних війн потрібна була численна армія. Як відмічав Ф. Енгельс, «... римляни створили систему навчання кожного окремого воїна ще більш доцільну, ніж спартанська. Навчання

було дуже суворим і розраховане лише на розвиток в ньому фізичної сили всіма можливими способами...»

До засобів фізичного виховання входили: біг, стрибки, лазіння, боротьба, плавання, спочатку без одягу, а потім у повному озброєнні та у сполученні з різними руховими діями. Обов'язковими були тривалі марші у важкому похідному спорядженні. При цьому кожен воїн ніс 40–60 фунтів вантажу у марші зі швидкістю 5 миль за годину.

До військового навчання входило також володіння окопним інструментом, облаштування укріпного табору та інше. І не тільки новобранці, але й легіонери-ветерани мусили виконувати ці вправи для збереження тілесної свіжості, гнучкості та здатності долати втому і поневіряння.

У третій період (період імперії) значне місце посідають циркові ігри та різноманітні видовища. До їх програми входили, крім іншого, змагання з фехтування, кулачного бою, боротьби, їзди на колісницях, бої гладіаторів.

Суспільство відчутно поділилось на горстку заможних людей та величезну армію бідноти. Саме у цей період натовпи бідних римлян вимагали «хліба та видовищ...» Невипадково, напевно, поступово збільшувалась кількість святкових днів. Так, на початку I століття нашої ери їх було 66, у середині II століття – 135, а в IV віці – 175 днів на рік.

Особливого розмаху тут набули гладіаторські бої. Вони перетворились у криваві побоїща, відбувались не тільки на аренах, але й на морі, або на арені у боротьбі з дикими тваринами. Для видовищ тільки у Римі було збудовано Колізей-амфітеатр з трибунами на 50000 глядачів (залишки збереглись до сьогодення). Гладіаторами були переважно раби або невольники. Для їх підготовки існували спеціальні школи. Гладіатор-переможець міг стати вільною людиною, але для цього треба було зберегти життя. Вкрай важке становище гладіаторів спричинило численні їх повстання. Найзначнішим із них було таке під проводом гладіатора Спартака (74–71 рік до нашої ери) [2].

Висновки. Таким чином, у Стародавньому Римі не склалася така струнка система фізичного виховання, як у Греції. Зате система військово-фізичної підготовки воїнів досягла тут досконалості. Навчання воїна було дуже суворим і розрахованим на розвиток у нього, всіма можливими способами, фізичної сили. Окрім регулярного навчання володінню зброєю, широко практикувалися біг, стрибки, стрибки із драбиною, скелелазіння, боротьба, плавання – спочатку без одягу, потім у повному спорядженні.

Джерела та література

1. Конспект лекцій з дисципліни «Історія фізичної культури» для здобувачів вищої освіти за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня спеціальності: 017 «Фізична культура і спорт» очної форми навчання / Укладач: к.т.н., професор Губарєв І. В. Кам'янське, ДДТУ, 2022. 173 с.
2. Пангелова Н. Є. Історія фізичної культури. Київ: Освіта України, 2007. 288 с.
3. Філь С. М., Худолій О. М., Малка Г. В. Історія фізичної культури. Харків: "ОБС", 2003. 160 с.