

ИСТОРИЧЕСКИЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В БЕЛАРУСИ

Е. В. Коробцова (МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. *С. А. Угликов*,

ст. преподаватель

Развитие национальной физической культуры неразрывным образом связано с историей формирования нашего народа, его этносом, языком и культурными особенностями, с традициями славянской культуры в целом.

Началом этого процесса стало появление первых поселений людей на наших землях, племен тубальцев. В V–VI тыс. до н.э. они перемешались с племенами путешественников-охотников, стали жить обособленными родовыми общинами, имели единую развитую речь. Много охотились, отлично владели

техникой метания копья, прекрасно плавали и ныряли, умело ловили рыбу. Были физически сильными и закаленными. В III тыс. до н.э. территории современной Витебской и частично Минской областей облюбовали финно-угорские племена. Породнившись с местными племенами, они обогатили национальную физическую культуру умениями стрелять из лука, передвигаться на лошадях, кулачным поединкам. Очередной этап многообразия физических упражнений в национальную физическую культуру привнесли индоевропейские племена во II тыс. до н.э. Широкое распространение получили метание топора, передвижение на челноках, единоборства, преодоление препятствий, верховая езда, прыжки через высокие костры, поднятие тяжестей, хороводы и ритуальные пляски.

По мере распада родовых общин воспитательные функции перешли к семье, где физическая культура стала приобретать военно-прикладную направленность из-за постоянных набегов кочевых племен.

В период феодализма совершенствовалась военная подготовка белорусов через организацию княжеских дружин, появились новые самобытные упражнения: кулачные бои, фехтование на палках, катание на санках, ходьба на лыжах.

Значительно обогатил физическую культуру буржуазный период – время создания национальной школы обучения и образования, появления совокупности учебных и научных дисциплин физической культуры, формирования целостной системы физического воспитания.

Литература

1. **Шамак, А.А.** Гісторыя фізічнай культуры Беларусі : ад першабытнасці да пачатку XX ст. : дапаможнік / А.А. Шамак. – Мінск : БГУФК, 2019. – 175 с.