История появления силовых видов спорта Если мы обратимся к истории, то заметим, что занятия спортом, вероятно, берут своё начало, в религии. Доисторический человек поклонялся богам, исполняя обрядовые танцы. Эти танцы напоминали движения воинов и охотников. Позже они стали исполнятся для удовольствия самих танцующих и, вероятно, превратились затем в одну из разновидностей спорта. У египтян некоторые виды спорта существовали ещё 4 тысячелетия назад. Но спорт как занятие лёгкой атлетикой зародился в Греции. Первые Олимпийские игры, о которых известно историкам, проходили в Греции в 776 году до н.э. Сегодня мы знаем, насколько важную роль играет спорт в нашей жизни. Но несравнимо важней она была в Древней Греции. Каждый мальчик пока учился в школе, тренировался в беге, прыжках, борьбе. Человек считался хорошим атлетом, если он, достигнув среднего возраста, продолжал оставаться сильным и выносливым. Идеалом греков было иметь здоровый дух в здоровом теле. Поэтому они не восторгались тем человеком, который был только атлетом, как и таким кто наоборот, преуспел во всём, но спортом не занимался. Однако у них были и профессиональные спортсмены, особенно в таких видах спорта, как бокс или борьба. В Греции было много спортивных праздников, но самые древние и самые важные — Олимпийские игры. Состязаться могли только молодые мужчины чисто греческого происхождения, которые проходили десятимесячную подготовку. Первоначально Игры состояли из соревнований по бегу и прыжкам. Позже добавились борьба, бокс, метание диска и копья, состязание колесниц. Борьба Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Заказать реферат Борьба — один из самых древних и любимых народом видов спорта. Истоки ее зарождения уходят в глубину веков. Еще в первобытно-общинном строе человеку приходилось вступать в единоборства. В этих поединках формировались определенные навыки, тактические уловки. Человек искал и находил такие способы единоборства, которые обеспечивали бы ему победу с наименьшим риском и наименьшей затратой сил. Так, наряду с трудовыми навыками, накапливались и приемы борьбы, которые передавались из поколения в поколение. Случайно найденные приемы, придуманные уловки и хитрости становились достоянием людей. Создавались зачатки народных видов борьбы. Судьбы многих народов решались в многочисленных войнах. А исход сражений зачастую зависел от искусства воинов вести единоборство. Естественно, наши предки не могли не оценить благотворного влияния мирных борцовских поединков на воспитание отважных и сильных воинов — защитников родной земли. Сотни сцен из поединков борцов изображены на стенах древнеегипетских гробниц. На них показаны практически все захваты и стойки, известные в наше время. Таким образом, борьба была высокоразвитым видом спорта уже 5000 лет назад. В качестве организованного и научно обоснованного вида спорта борьба появилась в Греции, вероятно, Из Египта или Азии. Но существует греческая легенда, согласно которой борьба была изобретена героем Тезеем. В древнегреческой системе видов спорта борьба занимала очень важное место. Греческие борцы обычно намазывали своё тело маслом, после чего втирали в масло песок, чтобы обеспечить хороший захват. Лучший борец древнего мира Милон Кротонский одержал 32 победы в чемпионатах страны и имел на своём счету шесть побед в олимпиадах. В Японии, где борьба очень популярна, первый официально зарегистрированный матч по борьбе состоялся в 23 году до н.э. У японцев есть один стиль борьбы, сумо, в котором большое значение имеет вес борцов. Некоторые чемпионы по сумо весили не меньше 135 кг, будучи чрезвычайно сильными, в то же время легко передвигаясь. Сами по себе борцовские поединки — очень увлекательное зрелище. Здесь можно показать свою удаль, силу, ловкость, смелость, хитрость. Поэтому они стихийно возникали всюду, где собиралась молодежь. О популярности борьбы прошлого говорят памятники искусства. Поэты и художники того времени не могли оставаться равнодушными к любимому народному спорту. Интересной находкой в этом отношении была гробница в селении Бени-Гассан в Египте. Стены гробницы расписаны эпизодами из борцовских схваток. Несмотря на то, что этому уникальному памятнику культуры более 4000 лет, многие приемы, которые применяли египетские борцы, существуют и по сей день (рис.1.1.). Рис.1. Рисунки на стенах египетской гробницы. Анализируя рисунки на гробнице, нетрудно убедиться, что борьба в то время велась в стойке и в партере. Целью было бросить противника на землю и прижать его спиной к земле. По всей видимости, правила египетской борьбы разрешали применять удары и болевые приемы. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Подробнее В Древней Спарте существовала целая система физического воспитания молодежи, в которой видное место занимала борьба. Назначение преподавателей в школы такого профиля было в компетенции государства, настолько важным считался этот вопрос. О том, какое развитие и популярность имела борьба в Древней Греции, свидетельствует тот факт, что она была вторым после бега видом спорта, включенным в программу олимпийских игр древности. Широкое распространение состязаний в Древней Греции объяснялось не только интересом к спортивным зрелищам, но и стремлением господствующих классов воспитать сильных и ловких воинов для того, чтобы еще более укрепить свою власть. Греческая борьба за время своего существования неоднократно претерпевала изменения. По мере ее развития и совершенствования стала допускаться борьба лежа. Со временем Греция начала терять свое величие. В I в. до н.э. она была завоевана Римом. Олимпийские игры утратили свое значение, перестали быть общенародным праздником, превратившись в обыкновенные состязания по разным видам спорта. Многие выдающиеся спортсмены, в том числе борцы, стали профессионалами. Борьба как профессиональный спорт получила широкое распространение в Римской империи. Подготовленные в специальных школах борцы добывали себе средства к существованию, выступая на различных состязаниях. Многие из них достигали большой популярности, становились поистине народными героями. В XVI веке появились первые книги по борьбе. К числу наиболее значительных следует отнести «Искусство борьбы» Ф. Ауэрсвальда (1539 г.). В 1793 г. вышла книга известного немецкого педагога Гутс-Мутса «Гимнастика для юношества», в которой впервые были затронуты методические вопросы спортивной борьбы. Классическая борьба С конца XVIII в. в Европе, и в особенности во Франции, стало возрождаться увлечение борьбой. Пробуждение интереса со стороны значительной части населения к борьбе как зрелищу вызвало появление большого числа профессионалов, которые разъезжали по стране и за деньги демонстрировали свое искусство. Они колесили по Франции, все шире рекламируя борьбу среди всех слоев населения, в особенности среди простого народа. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Заказать реферат Наиболее популярным стал вид борьбы, в котором не разрешалось захватывать ниже пояса, а целью схватки было положить противника на лопатки. При таком стиле борьбы преимущество имели те борцы, которые могли подавлять своих соперников силой. Первые атлетические арены борцов-профессионалов были открыты в 1843 г. Они стали центром сплочения и сборов любителей этого вида спорта. Постепенно французская борьба стала проникать в другие европейские страны. Там тоже по французскому образцу стали функционировать профессиональные борцовские чемпионаты, получила жизнь невиданная доселе профессия — борец. По мере того как борьба завоевывала все большую популярность и получала географическое распространение, она обогащалась и в техническом отношении. Поединки грубых силачей не вызывали симпатий у публики, стали цениться техника, ловкость, красота. Профессиональная французская борьба стала самым любимым видом спорта в Европе. Популярность ее была удивительной. Ни один другой вид спорта не вызывал такого всеобщего восхищения. Начинала развиваться любительская борьба, стали организовываться соревнования среди любителей. Возрожденная во Франции борьба проводилась по следующим правилам: захваты разрешались только выше пояса; захваты ног и приемы с действием ногами запрещались; противосуставные и болевые приемы запрещались; конечной целью схватки было положить противника на лопатки. В любительской борьбе мгновенное касание лопатками ковра считалось поражением. В профессиональной борьбе нужно было удержать противника на лопатках в течение нескольких секунд. Французы развили и усовершенствовали такие приемы, как броски через спину с различными захватами, приемы со стойки, проводимые через мост (их называли суплесы — ныне броски прогибом). Финны изобрели полусуплесы (броски с поворотом через мост), а также великое множество переворотов в партере с захватом руки под плечо (эти приемы долгое время называли «финский ключ»). Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Подробнее Практически спортсмены каждой страны, куда проникала борьба, вносили в ее технику что-то новое. Многие приемы брались из национальных видов борьбы. Например, турецкие борцы в тридцатых годах стали применять перевороты в партере обратным захватом туловища. В настоящее время за рубежом французскую борьбу называют греко-римской, а у нас в стране — классической. Первый чемпионат Европы был проведен в 1898 году в Вене. Победителем вышел наш соотечественник, воспитанник «Кружка любителей атлетики» доктора В.Ф. Краевского Георг Гаккеншмидт. Первый чемпионат мира состоялся в 1904 году в Вене в двух весовых категориях. В легком весе победил датчанин С. Альгвист, в тяжелом — австриец Б. Арнольд. Вольная борьба В этом виде борьбы разрешаются захваты за ноги, приемы с действием ног. Правила, по которым проводятся поединки по вольной борьбе, те же, что и в классической борьбе. Конечная цель тоже одинаковая — положить противника на лопатки или добиться победы за счет преимущества в набранных баллах. Большая свобода действий, предоставляемая борцу, делает вольную борьбу зрелищно интересной, темпераментной. Вольная борьба вобрала в себя лучшие приемы из национальных видов борьбы. Официальная, принятая во всем мире версия считает родиной возникновения и развития вольной борьбы Англию. Уже в XVIII в. в Англии существовал вариант борьбы, в котором борцам предоставлялось широкое поле деятельности в выборе атакующих средств. Разрешались захваты за ноги и приемы с действиями ногами.в. стал веком бурного развития профессиональной борьбы в Европе. Профессионализм в спорте захватил и Америку. Борьба стала прибыльным занятием. Из всех вариантов борьбы, которые применяли профессиональные борцы, наибольшую популярность приобрел английский. Постепенно он вытеснил все остальные. В Северной Америке стали возникать молодежные спортивные кружки, популяризующие борьбу. На нее уже смотрели не только как на средство развлечения и профессию для добывания денег, но и как на интересный и полезный вид спорта. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Заказать реферат Борьба кэтч (английский вариант борьбы) получила два направления. У студентов и любителей среди молодежи она стала спортом, прекрасно и гармонично развивающим спортсмена, зрелищно интересным. У профессионалов она превратилась в отвратительное зрелище, рассчитанное на пробуждение животных чувств у борцов и зрителей. Профессиональный кэтч представляет собой побоище, в котором разрешены и удары, и удушающие захваты, и болевые приемы. В 1904 г. третьи по счету Олимпийские игры проводились в США в Сент-Луисе. Американцы, используя свое право хозяев, впервые в олимпийскую программу включили борьбу кэтч (студенческий, любительский вариант). Олимпийский комитет принял её и назвал борьбой свободного стиля (Free stile). Европейцы в то время не были знакомы с этим видом борьбы, поэтому никто из них не дерзнул принять участие в соревнованиях. Олимпийский турнир оказался под угрозой срыва. Тогда предприимчивые американцы решили приурочить свой очередной чемпионат страны по борьбе вольного стиля ко времени проведения Олимпиады и организовать его под флагом олимпийского состязания. Поэтому, естественно, на первом олимпийском турнире по вольной борьбе все до единого участника были представителями одной страны — США.Олимпийские игры проходили в Афинах в 1906 г. Греки отдали предпочтение греко-римской борьбе (классической), убрав из программы вольную, для них незнакомую и непонятную. Окончательно судьба вольной борьбы решилась на V Олимпийских играх 1908 г. в Лондоне. Англичане безоговорочно включили в программу свою борьбу, надеясь на успех в соревнованиях. Но тут встал вопрос: как быть с классической борьбой? На одной Олимпиаде две борьбы?! Такого никогда не бывало. Однако, учитывая право устроителей Олимпиады на выбор своего вида спорта и «олимпийское происхождение» классической борьбы, ее необыкновенную популярность в Европе, было решено проводить соревнования сразу по двум видам борьбы: по вольной и классической. Теперь европейцы не только увидели новый вид борьбы, некоторые даже попробовали в ней свои силы. И несмотря на то, что победителями во всех весовых категориях стали английские и американские борцы, вольная борьба понравилась европейцам. Вольная борьба стала олимпийским видом спорта, но олимпиада была единственным соревнованием, в котором могли тогда померяться силами борцы вольного стиля из разных стран. Никаких других международных соревнований по вольной борьбе в то время не проводилось. В 1912 г. Олимпийские игры состоялись в столице Швеции Стокгольме, где популярной была классическая борьба. Ее и включили в программу. Вот почему европейцы вновь увидели этот вид борьбы на Олимпиаде лишь в Антверпене в 1920 г. На этот раз среди победителей преобладали уже европейские борцы. Лишь один американец сумел получить золотую медаль. Финские и шведские борцы были вне конкуренции. Скандинавы были настолько сильны в те времена как борцы, что даже их не самые лучшие «классики» быстро приспособились к необычным условиям ведения вольной борьбы и добились успеха. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Подробнее Первые победы сразу изменили отношение европейцев к вольной борьбе. Многие борцы стали совершенствоваться в новом виде борьбы, изобретать приемы, учиться делать подножки и выполнять другие действия ногами. В 1928 г. в Париже был проведен первый чемпионат Европы по вольной борьбе. Отныне чемпионаты Европы стали самыми крупными соревнованиями по борьбе на Европейском континенте после Олимпийских игр. Чемпионаты мира по борьбе тогда еще не проводились. Первый чемпионат мира по вольной борьбе был проведен в 1951 г. в Токио. На XV Олимпийских играх в Хельсинки впервые выступили российские борцы. Завоевав две золотые и одну серебряную медали, они победили и в командном зачете. Успех наших борцов был неожиданным и ошеломляющим. Обострение конкуренции на международных соревнованиях вызвало стремительный рост тактико-технического мастерства борцов-вольников. В 50-е годы вольная борьба заняла лидирующее положение среди других видов. Ф. Энгельс, говоря о системе воспитания в Спарте и Афинах, отмечал, что основное внимание там обращалось на развитие выносливости, силы, смелости и ловкости. Основоположником кулачного боя греки считали Амикуса, который не выпускал из своего государства ни одного чужестранца, не сразившись с ним в кулачном бою. Характерными являются высказывания Сократа, Платона и Аристотеля о кулачном бое как эстетически красивом виде упражнений смелых и сильных людей. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Подробнее Кулачным боем увлекались поэты, государственные деятели, писатели. Например, знаменитый математик Пифагор был прекрасным кулачным бойцом и даже участвовал в олимпийских играх. На протяжении целого ряда столетий кулачный бой занимал сравнительно большое место в жизни общества. В народных сказаниях, былинах, песнях, в различных произведениях искусств воспевались мужество и сила, смелость и благородство, патриотизм и честность, проявленные кулачными бойцами во время поединков, т.е. те качества, которые делают человека прекрасным и ценным для общества. Вооружение кулака Из описаний и изображений на вазах и фресках мы видим, что бои проводились не только на голых кулаках, но и с забинтованными кистями (позже делались приспособления для надевания на руки). Начиная с XI-XII вв. и до конца IV в. до н.э., бойцы употребляли наиболее простую форму перчатки, называемую мейлихай (рис.3, а). Руки бинтовались 3-3,5-метровыми ремнями из мягкой бычьей кожи, сыромятной или просто смазанной маслом или жиром, чтобы придать ей мягкость. Изображения на древних вазах показывают несколько способов бинтования. Чаще всего сначала бинтовали четыре пальца, затем предплечье. Рис.2. Статуя кулачного бойца в перчатках с толстым кожаным кольцом (II век до и. э.) В VI в. до н.э. мейлихай был вытеснен более совершенным видом вооружения кулака — сфайраем (рис.3, б), представление о котором дает скульптура сидящего кулачного бойца того времени — Амика. Эти перчатки состояли из двух частей — самой перчатки и крепкого кожаного кольца, окружающего суставы. Кольцо имело примерно 2 1/2 см ширины и 1/4 см толщины. Перчатка доходила до половины предплечья и заканчивалась толстой полоской из овечьей кожи. Если мейлихай должен был главным образом предохранять кисти рук от травм, то сфайрай уже предназначался для увеличения ударной силы. Третий период в развитии боевой перчатки — это период тяжелых перчаток римского происхождения (с конца IV до II вв. до н.э.) со свинцом и железом, называемых цветами (рис.3, в). Введение подобных перчаток пагубно отразилось на спортивной культуре и искусстве боя. Такие перчатки применялись лишь в гладиаторских боях. Уже в те далекие времена появлялись кулачные бойцы-профессионалы. Профессионалы зажимали в кулаке металлические и каменные шары. Бой длился до тех пор, пока один из бойцов не сбивал противника с ног или не наносил ему удара с «большим ущербом». Это снижало воспитательную ценность и привлекательность кулачного боя, порождало нездоровый азарт и требовало чрезмерного напряжения сил; бойцы часто получали увечья. «Этот олимпиец, каким ты его видишь теперь, — писал один историограф, — когда-то имел нос, подбородок, уши и брови. Став профессиональным кулачным бойцом, он потерял все, что унаследовал от родителей; его красивый брат дает представление о том, каким он был. » Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Подробнее В Древней Греции писаных правил кулачного боя не было. Искусство вести схватку передавалось по наследству. Точно отмеренной площадки (ринга) также не было, и зрители сами образовывали ограждение боевой площадки. Обширное пространство для ведения боя не давало возможности загнать противника в угол. Бой не делился на раунды, и противники сражались без ограничения времени. Когда они настолько уставали, что не могли продолжать бой дальше, то по обоюдному согласию состязание прерывалось до тех пор, пока бойцы восстанавливали силы. Обычно бой продолжался до тех пор, пока один из противников не подавал сигнал о сдаче — поднимал вверх руку. За правильностью хода боя следил судья, изображаемый на вазах с лозой в руках. Ударами этой лозы он разнимал бойцов в случае нарушения ими правил боя. Классификация бойцов по весовым категориям не была известна грекам. Состязания были открыты для всех желающих, независимо от массы тела. Следовательно, кулачный бой был монополией тяжеловесов. Состязания проводились по турнирной системе. Кулачный бой в программе древних олимпийских игр В истории физической культуры Древней Греции одним из наиболее ярких явлений, несомненно, были олимпийские игры. Всеобщее признание как мероприятие огромной общественно-политической важности олимпийские игры получили в 776 г. до н.э. Именно с этого года в Греции вводится счет времени по олимпиадам. Кулачный бой был включен в олимпийскую программу XXIII Олимпийских игр (688 г. до н.э.). Прежде чем приступить к олимпийским состязаниям, бойцы тренировались в палестрах — особых школах под руководством специалистов. На тренировках бойцы применяли перчатки из мягких ремней, голову защищали маской (шапкой с наушниками, вероятно, сшитой из мягкой кожи с подкладкой). Подобием современной набивной висячей груши у греков был мешок из кожи, наполненный финиковыми косточками. Он подвешивался на высоте головы и служил для тренировки в ударах. Широко применялись упражнения в бою с тенью. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Цена реферата Игры проводились по твердым правилам. Участникам запрещалось прибегать к каким-либо недобросовестным приемам для достижения победы, в частности подкупать друг друга, наносить друг другу увечья. За соблюдением всех этих правил должны были следить эланодикиуш (судьи). После падения Римской империи бокс исчез и не появлялся вновь, пока не был возрождён в Англии 18 века. Вскоре он стал очень модным видом спорта, и так продолжалось на протяжении более чем 100 лет. Бои проводились голыми кулаками. Многие из них длились несколько часов. Разрешалась борьба и броски. Раунд заканчивался только тогда, когда одному из бойцов удавалось сбить противника с ног, а время отдыха между раундами могло колебаться. Эта жёсткая схватка продолжалась до тех пор, пока один из бойцов в начале очередного раунда оказывался уже не в состоянии выйти в центр ринга. Естественно, что бокс в такой форме поднимал массу протестов общества. Для спасения этого вида спорта надо было что-то менять. С этой целью стали применять перчатки, набитые чем-нибудь мягким, например ватой. Затем понемногу старые правила делались всё более гуманными. И, наконец, в 1876 году был сделан важный шаг: маркиз Куинсберри предложил свод правил, которые пошла на пользу боксу и вернули ему былую популярность. В частности, продолжительность каждого раунда ограничивалась тремя минутами. Перерыв между раундами длится одну минуту. Эти правила были приняты во всём мире и практически действуют по сей день. Рис. 3. Боевая стойка призового боксера Джемса Браутона (1740 г.) До 20-го века боксом занимались, можно сказать, в двух странах: Англии и Соединённых Штатах. Но с тех пор бокс успел широко распространится по всему миру, и сегодня это — один из самых популярных на Земле видов спорта. Бокс в дореволюционной России Спортивная жизнь царской России ограничивалась существованием немногих спортивных организаций и в области бокса оставила незначительное наследие. Первыми пропагандистами бокса в нашей стране были в Москве М, Кистер, который издал на русском языке в 1894 г. пособие по английскому боксу, организовал атлетический кружок, где занимались боксом, и в Петербурге приехавший из Франции Э. Лусталло. В Москве считался сильнейшим боксером С. Лопухин, а в Петербурге ученик Э. Лусталло — Г. Майер, совмещавший бокс и упражнения с гирями. Первые состязания по боксу в Москве состоялись 15 июля 1895 г., в Петербурге — 31 мая 1898 г. (между Г. Манером и англичанином Мази, работавшим на одном из заводов). Особенно преуспел в боксе ученик Э. Лусталло — И. Граве. В 1911 — 1912 гг. группой энтузиастов была организована «Арена физического развития», в которой занимались боксом В. Коновалов, В. Жуков, Н. Алимов (Кара-Малай), Б. Денисов.18 ноября 1913 г. общество «Санитас» организовало чемпионат России, в котором участвовало 15 петербургских любителей. Первый приз, золотую медаль и звание чемпиона России 1913 г. получил И. Граве. В то время не существовало никаких организаций, объединяющих боксеров разных городов. Поэтому москвичи независимо от петербуржцев устроили свое «первенство России», затем в этом же году организовало подобное «первенство России» в Петербурге эстонское общество «Калев», в котором приняли участие и москвичи. В 1913 г. в Москве организовался второй кружок бокса при обществе любителей лыжного спорта (ОЛЛС) в Сокольниках, где начал преподавать А. Харлампиев, который за время своего пребывания в Англии, Германии и Франции выступал в качестве профессионального боксера. Здесь же преподавал П. Никифоров, впоследствии известный советский преподаватель и спортивный деятель. На площадке ОЛЛС иногда устраивались матчи, где выступали любители: Н. Алимов (Кара-Малай), Б. Денисов, П. Никифоров и др. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Цена реферата Несмотря на то, что бокс в дореволюционной России был развит слабо, он выгодно отличался от бокса в западноевропейских странах. Русский бокс имел преемственную связь с кулачным боем. Характерно, что первые чемпионы России — П. Никифоров, Н., Алимов (Кара-Малай) и другие были сильнейшими кулачными бойцами. Русский бокс унаследовал от кулачного боя черты мужества, высокой спортивной гуманности, на основе его приемов складывалась техника и тактика первых русских боксеров. Отдельные спортсмены, такие как И. Граве, Н. Никифоров и А. Харлампиев, резко выделялись из всей массы боксеров своей технической подготовленностью. В 1913 г. обществом «Санитас» впервые изданы правила бокса, а в 1915 г. были введены правила бокса, переработанные из английских. бокс борьба силовое состязание Вторым первенством России можно считать турнир, состоявшийся в 1914 г. в Петербурге. Соревнования проводились в трех весовых категориях (легкой, средней и тяжелой), в пять раундов по 3 мин. При равенстве очков давался дополнительный, шестой раунд. Ввиду нарушения правил и создавшегося конфликта между судьями и участниками соревнование не было доведено до конца и продолжение состоялось несколькими месяцами позже. Лучшими боксерами турнира были И. Граве, Лушев, В. Гомолицын, Кауделька и киевлянин Соколов. Наиболее значительным из дореволюционных соревнований по боксу было первенство России, состоявшееся в декабре 1916 г. в Петрограде. В нем приняли участие 23 боксера. Продолжительность боя была установлена в четыре раунда по 3 мин. Спортивная печать того времени отмечала хорошую подготовленность московских боксеров. По существу организованно бокс культивировался только в Москве, Петрограде, Киеве и Одессе. Здесь в обществе «Сокол» в основном занимались гимнастикой, частично другими видами, в том числе и боксом. Энтузиасты-одиночки были и организаторами этого вида спорта и бойцами. Первенство России 1914 г., в котором участвовали москвичи, петербуржцы и киевляне, является началом летоисчисления отечественного бокса. Бокс в СССР В 1919 г. на курсах Всевобуча П.В. Никифоров и В.В. Самойлов начали преподавать бокс. В 1920 г., после слияния нескольких курсов Всевобуча в отдел физического воспитания при Военной медицинской академии, бокс был включен в программу как предмет физической культуры. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Цена реферата В Москве многое сделала для бокса Главная военная школа физического образования трудящихся. Из ее стен вышли знаменитые советские боксеры: М. Фомин, М. Петров, Л. Лебедев, А. Илюшин, Р. Рождественский. Бокс начал культивироваться в обществе «Динамо», вырастившем первых чемпионов СССР В. Езерова, Я. Брауна, А. Павлова, Ф. Бреста и А. Гольдштейна. В 1924 г. было проведено первое после революции первенство Ленинграда для новичков. К этому времени в городе занималось уже несколько групп под руководством молодых инструкторов бокса из числа учеников В. Осечкина; кроме того, учебную и тренировочную работу вел И. Граве. В Московском совете физической культуры была создана объединенная секция бокса. Секция разработала и издала первые правила советского бокса и организовала соревнования. В апреле 1925 г. было разыграно первенство СССР (без участия ленинградцев). Чемпионами стали В. Рукштелер, Ф. Брест, Л. Вяжленский, А. Павлов, Я. Браун, К. Градо-полов, А. Анкудинов, В. Езеров. Советские боксеры успешно выступают на I Спартакиаде рабочего спорта в Норвегии (1928 г.). В Стокгольме состоялась товарищеская встреча с командой Швеции, закончившаяся победой советских спортсменов. В период с 1928 по 1930 г. бокс широко распространяется по городам союзных республик Закавказья и Средней Азии (Азербайджана, Грузии, Узбекистана и т.д.). В 1929 г. проводится первенство Закавказья, в котором участвовали команды Тбилиси, Еревана и Баку. В эти годы стабилизировалась методика обучения и тренировки; на базе обмена опытом между тренерами Москвы, Ленинграда и других городов начали вырисовываться контуры советской школы бокса. Производство в стране перчаток, снарядов позволило расширить круг подготовительных и специальных упражнений. В 1938 г. выходит из печати учебное пособие по боксу К.В. Градополова, ставшее на много лет настольной книгой тренеров, преподавателей и боксеров. В пособии были классифицированы все специальные действия боксеров, указаны средства и методы развития физических качеств, технических и тактических навыков, освещались вопросы тренировки и др. В 1939 г. бокс был включен в комплекс ГТО (II ступени), что способствовало дальнейшей его популяризации. С этого времени началась работа по боксу среди подростков и юношей. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Подробнее К началу Великой Отечественной войны в стране боксом занималось более 5 тыс. человек; из их среды вышли боксеры высокого класса, такие как Л. Темурян, А. Ксенофонтов, Л. Сегалович, Г. Вартанов, А. Грейнер, И. Ганыкин, Е. Огуренков, А. Тимошин, В. Михайлов, Н. Королев, С. Но-восардов, Н. Штейн, А. Постнов, А. Булычев и др. Большой урон нанесла нашему спорту война. В боях за Родину погибли многие лучшие боксеры, среди которых были чемпионы страны и союзных республик. Вернувшиеся домой добавили к своим спортивным наградам боевые ордена и медали. В дни войны бокс как средство воспитания боевых качеств широко использовался советскими тренерами в работе с допризывной молодежью. Бокс был включен в программу военно-физической подготовки суворовских и ремесленных училищ. Новый этап в развитии бокса в стране наступил с 1952 г., когда советские спортсмены, в том числе и боксеры, впервые выступили на олимпийских играх. Накануне игр наши боксеры приняли участие в московском турнире семи европейских стран, где стали победителями во многих весовых категориях. Заключение Бокс или борьба? Выбираем силовой вид спорта для мальчика. Каждый любящий родитель мечтает, чтобы его сын вырос сильным, здоровым и способным постоять за себя. Примерно к семилетнему возрасту ребенка многие мамы и папы начинают задумываться, в какую спортивную секцию определить свое чадо? К примеру, в бокс или же в борьбу? Итак, сейчас в бокс берут мальчиков с 6-7 лет, в борьбу — с 7-8 лет. Причем, занятия борьбой поначалу больше носят игровой характер, чем спортивный. И до 12 лет тренировочные нагрузки минимальны. Эти возрастные ограничения не имеют строгих рамок и зависят как от общего физического и морального состояния ребенка, так и от желания его родителей. Если есть боевой настрой на спортивные свершения, а также планы на дальнейшую карьеру, тренер должен уделить ребенку особое внимание, грамотно повышая физическую нагрузку. Основные, особо важные для бокса скоростные качества, активно развиваются у ребенка до 13-14 лет, а затем замедляются и снижаются. То есть именно в возрастном промежутке между шестью и тринадцатью годами нужно начинать занятия. Ребенок должен со всей серьезностью проникнуться боксом и посещать тренировки по собственному желанию и с удовольствием. Боксерские качества могут проявиться уже к семи годам. И в этом возрасте мальчик может показать отличные результаты. Кроме отточенной техники, большое значение имеют и природные данные. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Заказать реферат И бокс, и борьба идеально подходят активным и подвижным детям. Обычно таким ребятам очень важно самоутвердиться среди сверстников. Занимаясь силовыми видами спорта, дети получают возможность выплеснуть свою энергию и проявить инициативу. Многие мальчики не случайно изъявляют желание заниматься боксом или борьбой. Ведь подобное стремление к боям и силовому превосходству определяется мужской природой. Так что родителям не стоит волноваться, что подобные спортивные занятия воспитают агрессию в ребенке. Скорее наоборот. Занимаясь силовыми видами спорта, ребенок не только сможет укрепить свое физическое состояние, но и в будущем утвердиться в жизни. Юный спортсмен учится грамотно оптимизировать свое свободное время, начинает лучше учиться и все успевает. Бокс и борьба развивают в ребенке ловкость, силу, выносливость, быстроту реакции, чувство равновесия и координацию движений, а также благородство, уверенность в себе и, как ни странно, человечность и доброту. Но если мальчик — замкнутый и стеснительный, ему вряд ли подойдут подобные спортивные занятия. Такие дети тяжело переживают поражения на ринге, замыкаются в себе, поэтому для них лучше подобрать другой вид спорта. Нельзя не сказать о спортивных травмах. Причем, в боксе опасности подвержена голова, особенно лицо. Хотя, при наличии правильной защитной экипировки риск этих травм значительно снижается. А в борьбе чаще всего травмируются коленные суставы, голова, лицо, шея, спина, туловище, плечевые и голеностопные суставы. Можно сделать вывод, что борьба — более травматичный вид спорта. И здесь многое зависит от компетентности и опыта тренера. Вообще, выбор тренера — это отдельная тема. В этом вопросе следует проявить всю родительскую бдительность и ответственность. Кроме того, делая выбор между несколькими секциями, стоит обратить внимание на наличие детского врача. Спортивный врач должен наблюдать как начинающих боксеров, так и юных борцов. Список использованных источников 1. 2-е издание энциклопедии «Бокс», 2011 г. . Ниязов Е.С. Образовательная программа по греко-римской борьбе, 2012 г. . Программа для спортивных секций, коллективов физической культуры, 1998 г. . Романенко М.И. Бокс, 1978г. . Щитов В.К. Основы техники бокса, 2005г. Нужна помощь в написании реферата? Мы - биржа профессиональных авторов (преподавателей и доцентов вузов). Наша система гарантирует сдачу работы к сроку без плагиата. Правки вносим бесплатно. Подробнее Предыдущий примерСледующий пример Поставьте оценку первым. 1891 ЗАКАЖИТЕ ТАКУЮ ЖЕ РАБОТУ Узнать стоимость написания работы БЕСПЛАТНО Выберите тип работы Оформите заказ и авторы начнут откликаться уже через 10 минутУзнать стоимость СМОТРИТЕ ТАКЖЕ Дипломная работа на тему «Соединение силовых механизмов власти с маркетинговыми коммуникативными практиками «мягкой силы» как необходимое условие устойчивости российских властных структур» 31 октября 2020 270 ХХI век характеризуется появлением новых форм воздействия государства на социум. Использование механизмов влияния мягкой и жесткой силы российскими властными структурами, а именно их комбинирование, на данный момент изучено недостаточно. Реферат на тему «Эксплуатация силовых трансформаторов» 19 марта 2018 5206 Силовые трансформаторы, установленные в ТП и РП, предназначены для преобразования высшего напряжения в низшее напряжение и относятся к установкам высокого напряжения. Реферат на тему «Исследование кинематических и силовых параметров гусеничного хода землеройных машин» 17 ноября 2020 204 Строительная и горнодобывающая отрасли Украины в достаточной мере обеспечена экскаваторной техникой. Наибольшее распространение получили одноковшовые экскаваторы, которые применяются для разработки, погрузки и укладки грунта или полезных ископаемых [ Дипломная работа на тему «Воспитание скоростно-силовых качеств юных метательниц молота (15-17 лет)» 20 февраля 2017 5985 Пример дипломной работы студентки 5 курса факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности Челябинского государственного педагогического университета Курсовая работа на тему «Развитие силовых возможностей человека» 23 марта 2020 876 Развитие физических качеств в разной мере зависит от врожденных особенностей. Вместе с тем в индивидуальном развитии ведущим механизмом является условно-рефлекторный. Этот механизм обеспечивает качественные особенности двигательной деятельности конкр  
  
Источник: https://bank.nauchniestati.ru/primery/referat-na-temu-boks-i-borba-kak-osnovnye-vidy-silovyh-sostyazanij-imwp/