

# Олимпийские игры: БОРЬБА.

Выполнила: Щавлева Мария  
5 «б»

- Древняя Греция – колыбель развития многих видов спорта, и борьба, как вид спорта, достигла подлинного развития именно в Греции. Борьба была включена с 704 года до н.э. в программу Олимпийских игр. Она входила в классическое пятиборье – пентатлон: бег, метание копья, метание диска, прыжки и борьба. Знаменитый греческий атлет Тесеус был учредителем первых правил: побеждал тот борец, кто бросит противника на землю три раза.

- **Олимпийские игры** — крупнейшие международные комплексные спортивные соревнования, которые проводятся каждые четыре года. Традиция, существовавшая в Древней Греции, была возрождена в конце XIX века французским общественным деятелем Пьером де Кубертенем\*.

- \*Пьером де Кубартенем.

# Виды Борьбы.

- В Греции существовало два основных вида борьбы («пале») Первая - «ортопале» или «стадиапале» («прямая» или «стоячая») - борьба исключительно в стойке, без продолжения схватки в положении лежа на земле. Соперники приближались друг к другу с поднятыми руками, выискивая удобную позицию для захвата (лаба) и неожиданного броска. Побеждал тот из них, кто первым повергал соперника на землю. При этом, для победы было вполне достаточно, чтобы соперник коснулся земли хотя бы коленом, правда, как правило, несколько раз: чаще три раза, реже - один.
- Второй вид борьбы византийцев - это «катопале» («лежачая борьба»), «алиндисис» или «килис». В этом виде борьба продолжалась и после падения на землю одного или обоих соперников. Побеждал тот из борцов, который добивался, чтобы обессиленный соперник сам отказался от дальнейшей борьбы, для чего последнему было достаточно поднять указательный палец.

# Место для борьбы.

«Для борьбы специально подбирали покрытое слоем грязи или очень запыленное место. В первом случае грязь значительно увеличивала трудность борьбы. Она мешала борцам сохранить равновесие и сильно затрудняла возможность захватить противника, так как борцы, извалявшись в ней с ног до головы, при том, что их тела, уже покрытые маслом, которым их натирали, и струившиеся потом, становились до такой степени скользкими, что их уже почти невозможно было ухватить. Пыль же наоборот, прилипая к телу, сильно облегчала борьбу, ее поднимали нарочно, целыми облаками, чтобы запылить противника и получить возможность крепко ухватить его.



# Техника и приемы.

- Техника и приемы греческой борьбы, согласно исследованиям, не были едиными повсеместно. Как правило, в ней находили выражение местные традиции, а зачастую и психология жителей того или иного края. Например, «бороться по-арагосски, а не по-дивийски» - это выражение вошло в обиход благодаря беспримерному мужеству арагосцев. Своими особыми методами борьбы гордились и спартанцы. Так, на одном надгробном памятнике спартанского борца была высечена надпись: «Пусть другие прибегают к хитростям, я побеждаю с помощью силы, как подобает сыну Спарты». Из различных произведений изобразительного искусства и литературы известно более сорока приемов греческой борьбы, каждый из которых имел свое назначение.

# «Панкратион» или

## «панкратий»

- Помимо обычной борьбы, древние греки любили «панкратион» или, по-другому, «панкратий» - своеобразный гибрид борьбы и кулачного боя, с преобладанием первой.
- «Панкратион» имел несколько разновидностей, основными из которых были: «ано» или «ортостаден» - где схватка проводилась только в стойке, и «панкратион като», в котором схватка продолжалась и в партере. Последняя разновидность была особенно популярна на Олимпийских играх.

# «Айксиломахиа»

- Во многом похожей на панкратион была «айксиломахиа»-борьба, первые зафиксированные упоминания о которой относятся к античному Херсонесу.
- Иногда в исторической литературе упоминается так называемый «акрохирисмос» - бой, в котором противники держались только за кончики пальцев ».



# Тренеровки в спец.

## учереждениях

- Для занятий борьбой и панкратионом (и кулачным боем тоже) у древних греков были созданы специальные заведения - «палестра» (от слова пале - «борьба»). Первоначально «палестра» была задумана как место, где мальчики могли бы упражняться в борьбе и кулачном бое, но впоследствии, со всеобщим распространением и усложнением гимнастических упражнений, размеры ее увеличились и она превратилась в особую школу для тренировок, обучение в которой проводилось под руководством учителей (гимнастов) и их помощников (педотрибов), являвшихся одновременно и хозяевами этого заведения.
- Палестры были частными учреждениями, но находились под контролем государства

# «Акинетинда»

- *Помимо* борьбы древним грекам было известно множество игр с элементами, ей присущими. Одна из них, широко распространенная, - «акинетинда»: «Стоя твердо, не сгибая колен и с несколько раздвинутыми ногами, должно противиться усилиям противников и не трогаться с места. Знаменитый Милон Кротонский становился на диск, вымазанный маслом, и смеялся над усилиями поколебать его и столкнуть с диска ... »
- В. Теплов упомянул разновидность этой игры: «... один борец складывал руки на спине, обернув их ладонями кверху; другой, упершись коленом в подставленные руки противника, охватывал ему сзади голову и закрывал глаза, затем то же самое делал первый и т.д. , по очереди ».

# Похожие игры.

- Оригинальные игры с элементами борьбы встречались у спартанцев. В одной из них юный спартиат ложился на землю, на него второй, третий, четвертый, а пятый бил верхних палкой. Чтобы избавиться от ударов, каждый старался забраться вниз под других. Тот, кому больше всех досталось ударов, становился водящим и бил новую кучу играющих.
- Другая игра проводилась только в темноте. Водящий должен был поймать кого-либо из участников и укусить его. Если укушенный вскрикивал от боли или издавал хотя бы самый слабый звук, его сначала били все участники игры, а потом назначали новым водящим.
- У спартанцев существовал и специальный «танец борцов», предписанный для мальчиков, который исполнялся в определенном ритме под аккомпанемент флейты.



Спасибо за внимание!!!