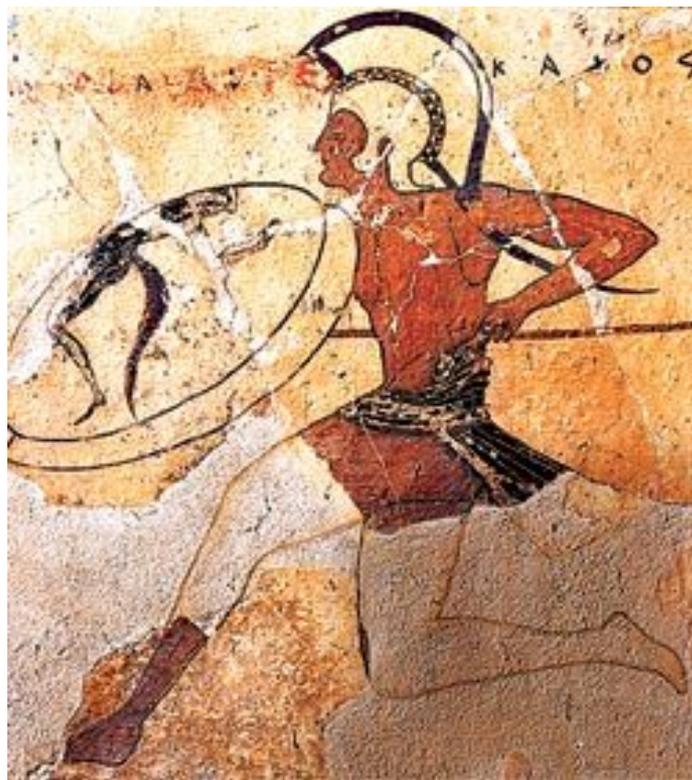


# Спартанское физическое воспитание



Физическая культура Спарты достигла наиболее высокого значения к VI в до н.э.

Спартанцы (правлящий класс) занимались исключительно военным делом, получая военно-физическую подготовку с раннего детства.

Спартанец-отец обязан был показывать новорожденного ребенка совету старейшин, который оставлял его живым, если тот, по их мнению, был абсолютно здоровым.

До семилетнего возраста физическое воспитание осуществлялось в семье, где основное внимание уделялось закаливанию. После 7 лет детей отбирали у родителей и воспитывали в специальных общественных домах, где, разбив их на группы, с ними занимались государственные воспитатели из наиболее заслуженных вольных граждан.

Главное место в воспитании занимала физическая подготовка.

Воспитание было суровым. Мальчики получали скудную пищу, ходили босиком и, как правило, без верхней одежды.

Каждый год завершался состязаниями в беге, прыжках, метаниях копья и диска, различными обрядовыми танцами. При этом использовались различные мистификации.

Например, состязания устраивались перед открытыми могилами героев прошлого. Из ужесточенных форм испытаний перед посвящением в подростки, в 15-летнем возрасте, был обычай криптий (сокрытие), когда группы численностью 30 — 40 человек под руководством своего воспитателя проходили своеобразные учения в районе мятежных деревень илотов. Название “криптий” связано с тем, что на дома и деревни, считавшиеся наиболее опасными, совершались ночные налеты, жертв уводили и убивали в неизвестном месте.

По истечении испытательного срока (года) 15-летние подростки попадали в группу эйренов. Здесь в основе обучения были строевые занятия и овладение оружием.

Базу собственно физической подготовки составляли пентатлон (пятиборье) и кулачный бой. Кулачный бой, а также приемы рукопашной схватки составляли "спартанскую гимнастику". Даже танец служил подготовке воина: по ходу ритмических движений требовалось имитировать поединок с противником, метание копья, манипулировать щитом, чтобы увернуться от камней, которые бросали во время танца воспитатели или другие взрослые.

Достигшие 20-летнего возраста спартанцы снова подвергались испытаниям, а после них переводились в группу эфебов.

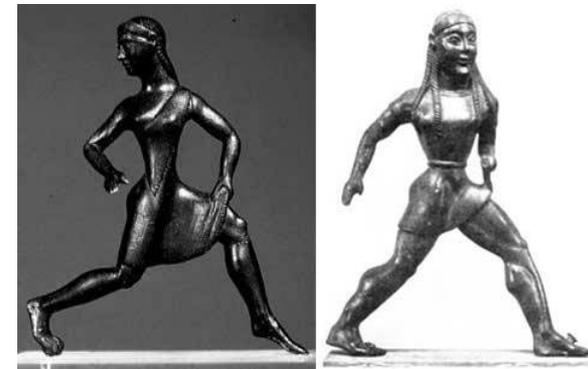
Систематическое военное обучение продолжалось до 30 лет.

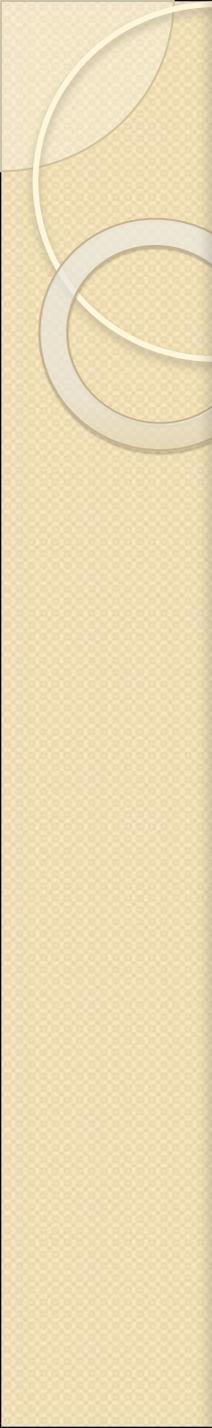
До 20 лет девушек обучали подобно юношам.

Когда мужчины уходили в военные походы, обеспечение порядка становилось обязанностью отрядов женщин.

Древнегреческий писатель и историк Плутарх так пишет об этом: "...Девицы также упражнялись в беге, борьбе, бросании диска и

копья, чтобы их тела были сильны и крепки и чтобы такими же были и рождаемые ими дети. Закаленные такими упражнениями, они могли легче вынести муки деторождения и выйти из них здоровыми".





Таким образом, спартанское воспитание в основном было направлено на улучшение военно-физической подготовленности.

По этому поводу Плутарх говорил следующее: "...Что касается обучения предметам, то ограничивались лишь абсолютно необходимым. Во всем остальном воспитание было рассчитано на то, чтобы сделать юношей послушными приказаниям, выносливыми в работе, способными сражаться и побеждать".