

О Спорт! Ти – радість!

***Окраса нашого життя,
О Спорт, сьогодні твоє свято.
Там пульс прискорює биття,
Де прапори твої піднято.
Пора досягнень і невдач
Прийшла за п'ять хвилин до старту.
Тут і стотисячний глядач
І честь поставлено на карту.
О Спорт, ти – радість на всяк час.
І на яву, і немов сон ти.
Ти до вершин підносиш нас,
І відкриваєш горизонти.
Ти – лікар і цілитель, Спорт!
Де ти – недуги там безсилі,
Межа можливості – рекорд,
А що під ним – нам не все по силі.
Нам радість завжди до лиця.
О Спорт, ти щедрою рукою
Розлий її по всіх серцях –
Тепла широкою рікою!***

***П'єр де Кубертен
(«Ода спорту», шостий вірш)***

С. А. Лазоренко, В. В. Ворона, М. Б. Чхайло

**ІСТОРИЧНА
ОНТОЛОГІЯ
ОЛІМПІЙСЬКИХ І
НЕОЛІМПІЙСЬКИХ
ВИДІВ СПОРТУ**

*Затверджено на засіданні вченої ради Навчально-наукового
медичного інституту Сумського державного університету
(протокол №1 від 30.09.2024 року)*

Рецензенти:

П. Ф. Рибалко, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри теорії та методики фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка.

Л.П. Пилипей, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри фізичного виховання і спорту Сумського державного університету.

Лазоренко С. А., Ворона В. В., Чхайло М. Б.

Л17 Історична онтологія олімпійських і неолімпійських видів спорту. Навчально-методичний посібник. / С. А. Лазоренко, В. В. Ворона, М. Б. Чхайло Суми : ФОП Цьома С. П., 2024. – 286 с.

Навчально-методичний посібник написаний для здобувачів першого бакалаврського рівня освіти, спеціальностей 017 Фізична культура і спорт та 014 Середня освіта (Фізична культура). Матеріал даної публікації вирішує прогностичні завдання стосовно оновлення інформаційного контенту навчальних дисциплін «Історія фізичної культури», «Олімпійський спорт», «Професійний спорт, «Адаптивний спорт». Читачам і студентам представлені пролегомени історичної онтології олімпійських, неолімпійських, національних видів спорту, діалектичні процеси у ігровій індустрії через призму сучасних даних історії, археології, філософії та філософської антропології.

УДК 796.011.03:796.032/.034(075.8)

© Лазоренко С. А., 2024

© СумДУ, 2024

© ФОП Цьома С. П., 2024

ЗМІСТ

ВСТУПНЕ СЛОВО	5
РОЗДІЛ 1 ІСТОРІЯ ОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ	15
Футбол – улюблена гра мільйонів.....	16
Королева спорту – легка атлетика.....	32
Спортивна боротьба.....	44
Спортивна і художня гімнастика	59
Бокс – спорт кулачних бійців	70
Спорт мушкетерів – фехтування	81
Важка атлетика – суперництво людини і металу	92
Спортивне плавання	97
Сучасне п’ятиборство – спорт для офіцерів.....	108
Триатлон – спорт залізних людей.....	112
Королівська гра – бадмінтон	117
Керлінг – улюблена гра нащадків кельтів.....	125
Ковзанярський спорт або швидкісний біг на ковзанах	129
Історія лижного спорту та біатлону.....	136
ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ	145
РОЗДІЛ 2 ОНТОЛОГІЯ НЕОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ	147
Панкратіон – спорт сили і міці.....	150
Кінні перегони – продовження традицій гонок колісниць Античності.....	154
Сават або французький бокс – галльське бойове мистецтво ..	166
Армспорт – боротьба на руках американських далекобійників.....	171
Сумо улюблена боротьба імператорського двору Японії	176
Лакрос – гра індіанців Північної Америки.....	181
Сквош – «шахи на корті».....	184
Ігри групи «боул-спорт» – бочче, пітанк та боулз.....	189
Флорбол – хокей з м’ячем на паркеті.....	195
Фістбол – гра імператора Гордіана	198
Корфбол – «молодший брат» баскетболу	201

Нетбол – ігровий вид спорту для жінок	206
Пляжний гандбол – гра італійських відпочивальників	211
ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ	215
РОЗДІЛ 3 ІНТЕЛЕКТУАЛЬНІ ІГРИ АНТИЧНОГО СВІТУ	217
Сенет	221
Асеб, гра двадцяти квадратів або царська гра з Ура	225
Мехен	227
Пси проти шакалів.....	228
Пачисі.....	230
Категорія ігор «манкала»	231
Чатуранга.....	232
Го	234
Патоллі.....	235
Ludus duodecim scriptorum табула та нарди	237
Latrunculi або Ludus latrunculorum	240
ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ	242
РОЗДІЛ 4 НАЦІОНАЛЬНІ ВИДИ СПОРТУ	243
Бойовий гопак – спадщина українського козацтва	246
Рукопаш гопак – козацький «панкратіон»	252
Спас – носій традицій трипільського військового мистецтва..	254
Хортинг – український універсальний вид бойового мистецтва	260
ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ	263
ЗАКЛЮЧНЕ СЛОВО.....	265
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ.....	270

ВСТУПНЕ СЛОВО

Українська система вищої освіти переживає досить глибокі трансформаційні перебудови: глобалізацію, інтернаціоналізацію, формування потужної платформи конкурентної та інноваційної національної науки які обумовлені афіліаційними процесами з вектором, спрямованим на уніфікований Європейський і світовий просвітницький загал. Тому автономність закладів вищої освіти, актуалізація наукової та творчої діяльності студентів (студоцентризм), потребує формування у майбутніх фахівців інформаційно-цифрової культури – уміння моніторити та обирати потрібну інформацію з цифрового та друкованого контентів. З цією метою наукові дані соціальних мереж та науково-методичної літератури повинні враховувати сучасну академічну думку і останні емпіричні результати наукових досліджень. Ідентичні реінтеграційні процеси до світової науки, відбуваються і у фізичній культурі та спорті. У цьому контексті досить перспективною і раціональною буде інформація даного навчально-методичного посібника.

Конкретною проблемою, яка перешкоджає афіліації спортивної науки до міжнародного наукового консорціуму є невідповідність категорійно-понятійного апарату національного у порівнянні зі світовим. Конвенція ЮНЕСКО (Організація Об'єднаних Націй з питань освіти, науки і культури) 2015-го року визначила наступні дефініції – «*physical education*», буквальний переклад з англійської мови «фізична освіта», що в Україні розуміють як фізичну культуру; «*physical activity*» – фізичну активність, ми трактуємо як «рухову активність», без змін залишається тільки переклад терміну «спорт». Такі невідповідності гальмують обмін інформаційним контентом між українськими і міжнародними науковцями.

З метою вирішення зазначених проблем та виправлення невідповідностей інформаційного матеріалу навчальних дисциплін «Історія фізичної культури», «Олімпійський спорт», «Професійний спорт», «Адаптивний спорт» у цьому навчально-методичному посібнику читачеві представлені пролегомени історичної онтології олімпійських, неолімпійських, національних видів спорту, діалектичні процеси у ігровій індустрії через призму сучасних даних історії, археології, соціології та філософії. У якості прикладу, хотілося б заперечити історичний факт про те, що засновник філософської школи математик Піфагор Самоський був чемпіоном Античних Олімпійських ігор з кулачного бою. Як доказ, у наукових публікаціях

можна зустріти наступну інформацію, де зазначається що науковця, який був невисокого зросту і не мав видатних фізичних даних, організатори змагань у Зевсовому святилищі, тривалий час до Ігор не допускали. Але інтелектуал Піфагор запевнив суддів, що буде наносити своїм опонентам удари з такою математичною точністю, що їм стане непереливки і еладоніки (олімпійські організатори) після такої патетичної промови пішли на поступки. Як виявляється, історичні хронології розповідають нам, що в давнину існувало два Піфагора, один філософ, математик, батьком якого був Мнесарх і олімпієць – батьком останнього вважається грек на ім'я Кратет. Син останнього, за 16-ть років до народження Піфагора математика, здобув оливковий вінок у змаганнях кулачних бійців на Олімпійських іграх стародавніх часів. З того моменту пройшли цілі століття і факти з життя обох історичних фігурантів було об'єднано з превалюванням особистості науковця. Таких фактів у історії фізичної культури і спорту, на великий жаль, досить багато. Виправлення історичних невідповідностей – послужило лейтмотивом до написання даного навчально-методичного посібника. Тому дозвольте перейти до формальної презентації етимології дефініцій, про які йтиме мова у даній публікації.

Термін «спорт», яке в дослівному значенні перекладалося як «розвага», «вільне проведення часу», «гра», його орфографія сягає глибини віків і вперше починає вживатися, у зазначеному сенсі кельтськими племенами, які мешкали на території сучасної гірської місцевості Шотландії. Цим словом родова кельтська знать називала ініціативні заходи, де юнаки демонстрували фізичну готовність залишити молодість позаду і перейти до когорти мужів і воїнів – захисників своїх територій і свого роду. Згодом, уся Англія, почне називати змагальні заходи, цим терміном. Нині дефініція «спорт» – соціальне явище, пласт субкультури, де атлети і атлетки демонструють високі результати фізичної підготовленості, встановлюють рекорди, а змагальний елемент став невід'ємним аспектом сучасної цивілізації. Як складова розваг та видовищ, де демонстрація величі і краси людської тілесності та високих індивідуальних можливостей є головним аргументом, спорт увійшов у життя багатьох людей в усьому світі. За словами українського доктора філософських наук, професора В. А. Косяка – філософське осмислення спорту, як феномену у новітню епоху, обумовлене соціокультурним розвитком ХХ-го і початком ХХІ-го століття, лейтмотивом діалектики яких виступає явище «спортизації» багатьох сфер суспільного життя. У

історії людської цивілізації вже були приклади такого явища. У Античній Греції періоду «золотої доби Афінської держави» історики констатують протистояння майстрів літературної трагедії Арістофана, Есхіла та Еврипіда, майстрів живопису Апеллеса і Пртогена, Зевксида і Паррасія. Відомий римський історик Пліній Старший (22/24–79 роки н.е.), авторитетна думка, якого не підлягає сумніву, цікавився окрім історичних пошуків, ще й особливостями виникнення грецького живопису та впливу спортизації на нього. У своїй «Природничій історії» автор зберіг для нащадків відомості про перших художників, скульпторів та їхніх покровителів, адже мистецтво вимагає коштів. А головне, що історик описав шедеври античних майстрів, які надихали на творчість творців Римської доби та епохи Ренесансу. Однією з характерних рис тексту 35-ї та 36-ї книг «Історії...» можна вважати опис суперництва між Античними художниками, які змагалися у найменших нюансах тонкощів свого ремесла. Пліній Старший увіковічнив опис «змагального поєдинку», який стався у Афінах середини V-го століття до н.е. між двома видатними живописцями – Зевксидом і Паррасієм. Картини Зевксида дивували своєю витонченістю та естетичністю, вони настільки чітко передавали натуралістичність зображуваного об'єкту, що навіть Античні критики говорили про те, що на картинах майстра люди зображені краще ніж у житті. Досить чітко риси людського обличчя зображали картини іншого метра живопису – Паррасія. Нажаль, його картини до наших днів не збереглися, про їх витонченість ми можемо робити висновки з римських реплік, які зберігаються у найвідоміших музеях світу. Згідно з Плینیєм, Зевксид намалював на стіні будівлі виноградне гроно. І відкривши полотнище, яке затуляло його малюнок, змусив глядачів приголомшено зітхнути, настільки зображення було реалістичним, що навіть птахи злетілись щоб клювати виноградні ягоди. Потім Зевксид звернувся до опонента і попросив Паррасія продемонструвати його шедевр: «Чим ти мене можеш здивувати?», «Скоріше відкривай полотнище!» – промовив Зевксид. «Не можу» – відповів візаві – «Воно у мене намальоване». Так, два великих майстри, підтвердили високе власне реноме і продемонстрували відвертість змагального духу. І все ж таки власну поразку визнав Зевксид: «Я зміг обманути очі птахів, а ти – очі живописця» – сказав він Паррасію. Хотілося б також зазначити, що у подальшому процвітанні обох майстрів, агон не відіграв негативної ролі. За словами історика і Зевксид, і Паррасій продовжували творити свої

шедеври, незалежно один від одного, адже у кожного з них були свої впливові покровителі, власні замовники, для яких художники малювали шедеври.

Інше протистояння між метрами живопису Античної Еллади – Апеллесом та Протогеном, описує прекрасна легенда, яку зберіг для нас, вже згадуваний Пліній Старший. Коли Апеллес завітав до будинку Протогена, останнього не виявилося вдома. В майстерні він побачив лише дошку для майбутнього шедеву. Апеллес взяв пензля і намалював на дошці тонесеньку лінію. Не дочекавшись власника будинку, художник пішов у своїх справах. Коли повернувся Протоген, то дізнався від служниці, що за його відсутності, до майстерні завітав якийсь незнайомец, але хто власне, вона не знала. Зайшовши до власної студії і звернувши увагу на дошку, Протоген одразу зрозумів хто був його гостем. Він поміркував, а потім взяв пензля і провів іншу лінію, іще тоншу, прямісінько на лінії, яку намалював Апеллес. А потім пішов прогулюватися рідним містом. Поки Протоген був відсутнім, до його оселі знову завітав Апеллес і в першу чергу звернув увагу на дошку. А потім взяв пензля і намалював третю лінію, нею він розділив дві попередньо намальовані, причому ця лінія була настільки досконалою і витонченою, що могла вважатися на думку Плінія Старшого, вершиною живописної майстерності. Протоген, прийшовши надвечір додому, виявив нову лінію і визнав, що незнайомец більш талановитий живописець, а ніж він сам. Але в житті сталося так, що саме Апеллес зробив творчість свого візаві відомим для сприйняття власними земляками. Художник заплатив 50-т талантів за декілька робіт Протогена, що на той час було величезними коштами, змусивши мешканців острову Родос по іншому подивитися на творіння рук їхнього співвітчизника, у яких острів'яни не вбачали ніякої естетики взагалі. До речі дошка, на якій змагалися два метри живопису була знаною у Стародавньому світі і вважалася оригінальним артефактом. За інформацією Плінія, вона довгий час зберігалася у Вічному місті (Римі), безпосередньо у палаці імператора Тита.

На теренах сьогодення, спорт декларує себе як незалежну від політики субкультуру, як соціокультурний феномен, що впливає на моральні цінності суспільства – освіту, культуру, мистецтво, економіку, науку, засоби масової інформації, тощо. У своєму збірнику есе «Прозорість зла», французький соціолог, культуролог та філософ-постмодерніст Жан Бодріяр (1929–2007), констатує наступне: «Спорт екстравертний і відцентровий», спорт вийшов

за межі власне самого спорту – він у бізнесі, в сексі, в політиці, у загальному стилі досягнень. Все вимірюється спортивним коефіцієнтом переваги, зусилля, рекорду, інфантильного само визнання, тощо».

Спорт формує нову моральну і естетичну винятковість сучасного суспільства. Спортивні свята – Олімпійські, Паралімпійські, Дефлімпійські, Всесвітні ігри з не олімпійських видів спорту, чемпіонати світу та континентів, національні першості, спорт-шоу, змагання для осіб з інвалідністю, тощо – на думку доктора філософських наук М. Я. Сарафа, можна вважати новим видом мистецтва щодо організації публічних видовищ. Спорт існує і саморозвивається незалежно від зовнішніх проявів та впливів, це багатофакторна система, яка структурована наступними підсистемами: олімпійською, неолімпійською, параолімпійською, професійною, адаптивною, традиційною або національною, тощо.

Олімпійський спорт – започаткований у Античній Греції від самого заснування носив ознаки ініціативного, церемоніального та сакрального обряду ушанування пам'яті видатного царя, воїна, героя, тощо. На пам'ять одразу наворачтається інформація про поховальні ігри царя Іолку (місто у грецькій Фесалії) Пелія, царя доліонів (народ котрий мешкав у Пропонтиді, Чорноморське узбережжя) Кізіка, поплічника героя Троянської війни Ахіллеса – Патрокла, героя народу пеласгів – Пелопса. Саме з іменем останнього і пов'язаний факт започаткування Ігор на честь верховного бога Зевса у Олімпійському святилищі. Навколо поховального кургану Пелопса – «Пелопіону», у XV-му столітті до н.е. молоді юнаки з Античного міста Піси змагалися з «дромосу» (грец. *big*), щоб отримати статус воїнів. У той час жителі, зазначеного полісу, підтримували Зевсове святилище – Олімпію, яке згодом славнозвісний Геракл у кінці XIII-го століття до нашої доби, перетворив на культову столицю спортивної індустрії Стародавньої Еллади.

Найвищим проявом оптимальності грецького олімпійського спорту за п'ять століть до Різдва Христового стане Антична агоністика. Агоністика – (грец. *agonisticos*) здатність до боротьби, один із найголовніших елементів старогрецького буття і культури, принцип змагальності, творчий початок у діяльності людини. Агоністика – прагнення до самостверджуючих перемог в атлетичних та інших змаганнях, що вимагало від еллінів постійного і цілеспрямованого тренування фізичних якостей: сили, витривалості, швидкості, спритності. Формувати міць і велич власної душі і тіла.

Іншими словами змагальна діяльність була невід'ємною частиною існування стародавніх греків. Змагання Античності проводилися для чоловіків і жінок, для юніорів та юніорок. Протягом багатьох століть агоністика, заняття фізичною культурою та зустрічі в гімнасіях були головними аспектами життя еллінів не тільки метропольної, а і колоніальної Греції. У гімнасіях греки не тільки здобували освіту і змагалися, а і збиралися для бесід на різні політичні, економічні і соціальні теми. Там читали лекції вчені та філософи, виступали хори, які співали оди та лірику на честь видатних героїв, поети, ритори і музики. Нагадаємо, що Академія Платона та Лікей Аристотеля існували при афінських гімназіях де були бібліотеки з творами філософів, драматургів, ораторів і як правило, поеми Гомера.

Звання чемпіона Олімпійських ігор залишається назавжди на відміну від – чемпіона світу. У Античну добу, видатні чемпіони Ігор у Олімпії користувалися нормою «ісополітії» – це престижне положення, яке давало можливість олімпійцям статусність користуватися однаковими правами і можливостями у будь-якому місті «ойкумени» (так називали греки усі відомі їм географічні території). Титул олімпіоніка давав можливість увіковічнити ім'я спортсмена у віках – усім відомі імена атлета Леонідаса з міста Родос, який дванадцять разів увінчувався оливковим вінцем, десять олімпійських перемог мав сурмач Геріодор з Мегар (у Античну добу на Олімпійських іграх були такі змагання), вісім – спринтер з Ксанфа Гермоген. Ця традиція не зазнала змін і у наш час. Усім знавцям спорту і причетним до нього людей відомі олімпійські здобутки – першого в історії відроджених Олімпійських ігор чемпіона, майстра потрійного стрибку – американця Джеймса Конноллі, багаторазового переможця цих же змагань німця Карла Шумана (завоював три золоті нагороди у гімнастиці і одну у боротьбі), володаря золотої олімпійської медалі у марафонському бігові в Афінах 1896-го року листоноші з грецького села Марусі – Спиридона Луїса. Сучасними олімпійськими авторитетами фахівці спортивної журналістики вважають американського плавця Майкла Фелпса, фінського легкоатлета Пааво Нурмі, кубинського борця Міхаїла Лопеса Нуньєса, який у Парижі-2024 буде змагатися за п'яту золоту олімпійську нагороду у найважчій категорії греко-римської боротьби, наймолодшу олімпійську чемпіонку в історії Ігор, американську гімнастку румунського походження – Надю Коменеч та ін. До когорти олімпійських знаменитостей потрапили і українці – найкращий

сороход XX-го століття – Володимир Голубничий, 35-ти разовий рекордсмен світу у стрибках з жердиною – Сергій Бубка, олімпійські чемпіони, гімнасти – Борис Шахлін, Віктор Чукарін, Ніна Бочарова, Лариса Латиніна, Лілія Подкопаєва, Тетяна Гуцу, плавчиня – Яна Клочкова, боксери – Володимир Кличко, Олександр Усик, Василь Ломаченко, веслувальник – Юрій Чебан, борчиня – Ірина Мерлені (Мельник), фігуристи – Оксана Баюл, Віктор Петренко та ін.

Альтернативою олімпійському спорту виступає – неолімпійський, куди входять види, які не потрапили до програми головного змагального форуму чотириріччя. Неолімпійські види спорту, Міжнародний Олімпійський Комітет визнає легітимними та розглядає їх як кандидатів на включення до програми Ігор Олімпіад. Неолімпійський спорт – охоплює велику кількість спортсменів, які знаходяться у активному пошуку інновацій у змагальній індустрії та завжди готовий презентувати свої види до зимових і літніх Олімпійських ігор. Серед таких, на змаганнях у олімпійському Парижі-2024 будуть представлені – брейк-данс, спортивне скелелазіння, скейтбординг та серфінг.

Паралімпійський спорт – як самостійна систематична одиниця олімпійського, під свої прапори об'єднує спортсменів з інвалідністю за наступними нозологіями:

- сліпі або спортсмени з обмеженням зорових можливостей – змагальний елемент, зазначеним спортсменам, забезпечує Міжнародна федерація спорту сліпих (*IBSA*);
- з ураженнями опорно-рухового апарату – особи з особливими можливостями пересування, апмутанти, атлети, у яких діагностовано дитячий церебральний параліч (ДЦП), їх об'єднує Міжнародна спортивна федерація візочників і ампутантів (*IWAS*);
- особи з вадами розумового розвитку (спортсмени з інтелектуальним порушенням), якими опікується Міжнародна спортивна федерація для осіб з порушеннями розумового розвитку (*INAS*), Міжнародний Олімпійський Комітет організовує і проводить для таких спортсменів Спеціальні Олімпіади.

До паралімпійського відноситься дефлімпійський (сурдлімпійський) спорт для осіб з вадами слухового апарату, змагання для яких покликана забезпечувати Міжнародна федерація глухих (*WFD*). Дефлімпійські ігри – найвищі змагання, санкціоновані Міжнародним Олімпійським Комітетом, для глухих та слабочуючих

спортсменів. Професійний спорт – різновид підприємницької діяльності спортивних функціонерів та спортсменів-професіоналів, метою якої є виробництво спортивного видовища, що набуває форми товару.

Дефініція «спорт» на теренах сьогодення, може існувати і в інших іпостасях. Професійний спорт – елемент комерційної діяльності розважальної індустрії, вид змагальної практики покликаний, перш за все, забезпечити суспільну потребу у видовищах, а суб'єктів причетних до цього процесу – фінансовими надходженнями. Діяльність у професійному спорті бізнесменів, спонсорів, спортсменів, тренерів та інших фахівців, яка полягає у підготовці та участі у спортивних змаганнях серед спортсменів-професіоналів і є основним джерелом капіталізації усіх аспектів спортизації шоу-бізнесу. Спортсмен-професіонал – це кваліфікований спортсмен, що визнав спорт своєю основною професією і підписав трудову угоду (контракт) з відповідною організацією чи приватною особою (клуб, команда, менеджер. Професіонал – це висококваліфікований спеціаліст у своїй галузі (в тому числі і в спорті), який ефективно виконує свої професійні обов'язки і отримує за це адекватну матеріальну винагороду.

Згідно з нормативними документами Міжнародного Олімпійського Комітету спортсменом професіоналом вважається той, хто підписав трудову угоду з певною професійною організацією чи особою і цим визнав, що спорт є його трудовою діяльністю. Слід зазначити, що Олімпійський Конгрес у Баден-Бадені 1981-го року виключив з олімпійського лексикону поняття «аматор» і класифікував спортсменів за двома категоріями – «професіонали» і «непрофесіонали».

Адаптивний спорт – спеціальна фізична культура спортивної орієнтації, що задовольняє потреби осіб з обмеженими фізичними можливостями у здоровому способі життя, забезпечує перманентні процеси реінтеграції їх до соціального середовища, формує у них стійкі психологічні установи відчувати себе повноправними членами суспільства, сприяє реалізації власних здібностей та не залишає інваліда на самоті. Адаптивний спорт, як соціокультурний елемент, надає можливість особі з інвалідністю досягти наступних результативних рівнів – загальне оздоровлення, подолання фізичної та психологічної невпевненості, досягнення максимального спортивного результату, встановлення рекорду, демонстрація найвищих людських можливостей, тощо. Загальними принципами

адаптивного спорту є наступні норми:

- принцип гуманістичності – передбачає визнання цінності кожної окремої особи незалежно від ступеня фізичних чи інтелектуальних порушень, поваги до її бажання займатися спортом;
- принцип соціалізації – створює підґрунтя для набуття соціального досвіду, реінтеграції до суспільного життя, професійного навчання, та самостійного матеріального забезпечення;
- принцип оздоровчої та реабілітаційної спрямованості – передбачає орієнтацію на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних якостей, компенсацію порушених або втрачених функцій, активізацію адаптаційних і компенсаторних процесів, тощо.

Національний або традиційний спорт має фундаментальну платформу, яка представлена національними видами спорту. Національний вид спорту – це автохтонний етнічний вид фізичної та інтелектуальної активності, який протягом певного історичного терміну зберіг власні ознаки і характеристики; складає специфічний невід'ємний аспект загальної культури конкретної нації або цивілізації та являється національним надбанням, що виступає символом збереження ідентифікації цілісної соціальної системи. До національних видів спорту належить стрільба з луку у монголів на спортивному святі на честь національного героя Чингісхана; «малакхро» (малакхда) – традиційна боротьба сіндхів, народу який проживає на території Пакистану у провінції Сінд; «тапаті рапа-нуї» – історично традиційні змагання, в яких бере участь населення Чілі і острова Пасхи, фактично це свято вшановування пращурів, у якому змагається усе чоловіче населення Тихоокеанського регіону. В Україні національними видами спорту визнано бойовий гопак, рукопаш гопак, спас, український рукопаш спас та хортинг.

Інформація навчально-методичного посібника – це аналіз багатьох наукових думок, точок зору, щодо соціокультурного феномену, який ми називаємо «спортом». Адже під впливом сучасних наукових пошуків повинен відбуватися міжкультурний перманентний дискурс, який потребує від майбутнього фахівця сфери фізичної культури і спорту високого рівня професійних компетентностей, всебічної ерудиції, сформованої інформаційно-цифрової культури, для вирішення прогностичної мети формування власного світогляду та здобуття орієнтирів конкуренто-

спроможності на міжнародному ринкові професій і активної життєвої позиції учасника трансформаційних процесів української вищої школи. Тому майбутній вчитель фізичної культури, аніматор, інструктор, тренер, повинен володіти усім системоутворюючим комплексом необхідних знань з історії фізкультурно-оздоровчої діяльності та конкретного виду спорту, для повноцінної і ефективної реалізації власних професійну амбіцій, оскільки діалектика сучасної освіти заперечує постійне користування набутими у період навчання в університеті знаннями. Професійну конкуренцію, щодо виховання майбутньої генерації, витримують професіонали які здатні до самоосвіти та самовдосконалення у контексті епістемологічних і гносеологічних підходів, які орієнтуються у мінливих соціокультурних процесах виховання на аналітичному і рефлексивному рівнях у їх багатофакторності та взаємозв'язку.

РОЗДІЛ 1

ІСТОРІЯ ОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ

З 26-го липня по 11-те серпня 2024-го року у Парижі пройшли літні Олімпійські ігри або Ігри XXXIII-ї Олімпіади. Столиця Франції стала другим після Лондону містом, яке тричі проводило Олімпійські змагання. На цьому форумі спортивного чотириріччя відбувся дебют брейк-дансу, спортивного скелелазіння, скейт-бордингу та серфінгу як олімпійських видів спорту. Це були останні Олімпійські ігри, проведені за президентства у Міжнародному Олімпійському Комітеті Томаса Баха. Париж-2024 – перша столиця Ігор Олімпіади, у яких змагалися однакова кількість спортсменів і чоловіків, і жінок. Програма Олімпійських ігор 2024-го року представлена 32-ма видами спорту. Для оптимізації олімпійських змагань та популяризації сучасних видів спорту до програми Ігор, окрім 28-ми основних олімпійських видів, в якості додаткових було включено: брейк-данс, спортивне скелелазіння, скейтбординг і серфінг, які дозволили встановити новий стандарт змагань, що враховує естетичність, гендерну збалансованість і навіть елемент екстремальності орієнтований на сучасну молодь. За два роки у 2026-му році на олімпійські об'єкти вийдуть представники зимових Олімпійських ігор. І пройде це свято спорту у італійських містах Мілан і Кортіна д'Ампеццо. Зимові Олімпійські ігри будуть представлені 15-ма видами спорту.

У кожній країні, під час формування бюджету фінансування спортивної галузі на наступний рік, обов'язково враховується верховенство олімпійського спорту над неолімпійським. Тому останні, намагаються отримати прописку на Іграх Олімпіад. Зробити це нелегко, Міжнародний Олімпійський Комітет висуває досить жорсткі вимоги щодо визнання виду спорту олімпійським, він повинен бути достатньо популярним на усіх п'яти континентах, мати міжнародну федерацію, що взяла б на себе управління структурою змагань, питаннями відбору тощо, та відповідати гендерним нормам – мати однакову популярність і у представників чоловічої статі і серед жінок.

В Україні визнано 40-к літніх олімпійських видів спорту та 13 – зимових. До цього переліку увійшли: бадмінтон, баскетбол, бейсбол, біатлон, бобслеї, бокс, боротьба вільна, боротьба греко-

римська, брейк-данс, важка атлетика, велосипедний спорт, веслувальний слалом, веслування академічне, веслування на байдарках і каное, вітрильний спорт, водне поло, волейбол, волейбол пляжний, гандбол, гімнастика спортивна, гімнастика художня, гірськолижний спорт, гольф, дзюдо, кінний спорт, ковзанярський спорт, керлінг, легка атлетика, лижне двоборство, лижні гонки, плавання, плавання синхронне, регбі, санний спорт, серфінг, скелелазіння, скелетон, сноубординг, софтбол, стрибки на батуті, стрибки на лижах з трампліна, стрибки у воду, стрільба з лука, стрільба кульова, стрільба стендова, сучасне п'ятиборство (пентатлон), теніс, теніс настільний, триатлон, тхеквондо (ВТФ), фехтування, фігурне катання на ковзанах, фрістайл, футбол, хокей з шайбою, хокей на траві, шорт-трек.



Гольф



Бейсбол

Для організації та втілення у життя на теренах країни концепції сучасного олімпізму, наша держава має керівний орган Національний Олімпійський Комітет (НОК), який отримав офіційне визнання від Міжнародного Олімпійського комітету 9-го березня 1992-го року. Тому далі представлена інформація про історичну онтологію провідних та популярних в Україні та світі олімпійських видів спорту.

Футбол – улюблена гра мільйонів

Футбол – найпопулярніша гра в усьому світі. Футбол – гра мільйонів. Люди затамовують подих, кидають невиконану роботу і на дві години стають прикутими до екранів телевізорів, щоб вболівати за свою улюблену команду з національного чемпіонату, чи за збірну своєї країни. Розклад матчів чемпіонату світу, Європи,

Ліги чемпіонів УЄФА, Ліги Європи УЄФА, Ліги Конференцій УЄФА, національних чемпіонатів та Кубків, вболівальники зі стажем, знають краще ніж «Отче наш». В сучасну епоху розвитку спортивно-змагальної діяльності, за своєю популярністю на всіх рівнях, футбол поступається тільки легкій атлетиці та посідає перше місце серед командних видів спорту. Футболісти національних збірних є героями у себе на батьківщині, їхні фото завжди на передових шпальтах спортивних видань, вони є об'єктом «полювання» спортивних журналістів, які у гонитві за сенсаціями навіть вторгаються у особистий простір гравців.

Футбол – гра, яка за свідченнями сучасних енциклопедичних видань, з'явилася вперше на Туманному Альбіоні і з цим погоджується більшість знавців історії фізичної культури і спорту. Але останнім часом, боротьба за право вважатися родоначальником популярної гри, загострюється між країнами світу, які знаходять історичні факти про те, що саме в їхній державі у футбол грали за довго до того, коли дату народження «його величності» задекларували британці.

Енциклопедичний словник юного спортсмена, дає визначення футболу, як гри між двома командами, мета яких забити м'яч у ворота суперника. У складі кожної команди по 11-ть чоловік, включаючи голкіпера. Тривалість гри – 90-то хвилин (два тайми по 45-ть хвилин, з 10-ти хвилинною перервою). Гра відбувається на трав'яному майданчику, розміри якого довжина 100–110-ть метрів, ширина від 69-ти до 75-ти метрів. Гравцям у полі заборонено торкатися м'яча руками, окрім воротаря і то лише у своєму карному майданчику. Ворота знаходяться посередині обох країв поля, їх розмір: ширина – сім метрів тридцять два сантиметри; висота – два метри сорок чотири сантиметри. Назва гри походить від англійських слів *«foot»* – ступня, *«ball»* – м'яч. За даними словника, «ножний м'яч» вперше з'явився Англії. А ось з цим фактом треба розібратись. Тому хотілося б, через призму сучасних наукових досліджень у галузі спорту, систематизувати сучасну історичну інформацію і переглянути аспекти становлення найпопулярнішої командної гри в світі.

Англійський автор Кір Реднідж в першій главі під назвою «Зародження футболу» книги «Футбол» пише: «Точної дати походження футболу, як і раніше не існує. Заснування сучасного варіанту гри – 11-ть проти 11-ти, можна приписати Англії ХІХ-го століття, але є свідчення, що в Китаї розважалися у гру з м'ячем, задовго до того, як Юлій Цезар (100–44 роки до н.е.) привіз на

Британські острови гру «ґарпастум»». І все ж таки сторія футболу Кіра Редніджа, починається з Туманного Альбіону, і досить недостатньо розкриває інформацію про гру з м'ячем задовго до указаної дати. Не систематизовану хронологію про розваги з м'ячем, можна знайти у навчальному посібнику В. В. Григоревича, в розділі «Фізична культура первісного суспільства і Древнього світу», в якому представлені дані про гру у Китаї, Єгипті та Греції і жодної оповіді про сучасний період становлення футболу.

Колискою сучасного футболу – була британська шкільна система, так вважав Ласло Кун, відомий угорський знавець історії фізичної культури і спорту. В середині 1840-х років в Британії скасували заборону на публічні ігри. В цей же час, у багатьох навчальних закладах починають створюватись любительські клуби «масового футболу», який був фактично грою регбі. Велика кількість випадків травмування школярів, під час таких розваг, викликала незадоволення керівників навчальних закладів. Тому, адміністративні працівники разом з ветеранами регбі престижних коледжів, 1848-го року розробляють «Кембриджські правила», які не визнало керівництво багатьох британських навчальних закладів. Ректор коледжу в місті Аппінгем Едвард Трінг – відомий гравець в крикет, 1862-го року, допрацьовує «Кембриджські правила» і навічно розділяє дві гри: одну – де м'яч можна передавати за допомогою голови і ніг з іншою, яка фактично залишилася без змін – регбі. Такі правила задовольнили майже усіх керівників навчальних закладів Вікторіанської Англії. А вже за рік створюється Асоціація футболу, з цієї дати гра з м'ячем ногами отримала назву «Association football», скорочено «соккер» – Пише Ласло Кун. Тому в Британії та гра, яку ми називаємо футболом, має назву «соккер», а масовий футбол, який розповсюдився теренами Британської імперії задовго до 1863-го року в Австралії і Новій Зеландії називається «австралійським футболом», що є абсолютно ідентичним проявом сучасного регбі. Ласло Кун, історичну інформацію, щодо становлення найпопулярнішої сучасної командної гри, не розглядає у контексті хронологічної послідовності.

У народів Центральної Америки, доколумбової епохи, сапотеків, ольмеків, тольтеків, майя, ацтеків, досить популярною була гра в м'яч, яка мала автентичну назву в залежності від географічного регіону: «пок-та-пок», «тлачтлі» або «улама». Історія цих ігор розпочалася за IV-ри тисячі років до відкриття Америки Христофором Колумбом. І є досить шанованою у мексиканському штаті Синалоа і по теперішній час. У місті Чичен-Іца, яке побудували

маїя, до наших днів зберігся храмовий комплекс з вертикальним кільцем для гри в тлachtli, яка носила ініціативно-релігійні ознаки. Маїя грали в м'яч на майданчику з глиняним покриттям розміром 146-ть на 36-ть метрів, який оточений по периметру стіною з кам'яними кільцями на висоті 6-ти метрів. Залежно від типу гри, індіанці використовували м'яч різної ваги – від половини до чотирьох кілограмів. У деяких видах тлachtli метою було якомога довше не давати м'ячу торкнутися землі. Команда набирала залікові очки, коли суперник дозволяв торкутися м'ячу поверхні ігрового поля, або ж торкався його забороненою частиною тіла (кистю, передпліччям або ж стопою). Перемагала та команда, яка першою набирала вісім очок. Зазвичай час матчу становив декілька годин. Визначною вважалась перемога, коли гравці однієї з команд перекидали м'яча на сторону суперника через вертикальне кільце, але таких випадків було досить мало.



Скульптурки гравців в тлachtli (зліва) та гравця готового принести себе в жертву (справа) – культура маїя

У пізніший час, ацтецькі ігри теж проходили поблизу храмових комплексів, в м'яч грали усередині великих кам'яних споруд, форма яких мало змінилася за півтори тисячі років. На теренах Мезоамерики усього було виявлено понад 1300-т стадіонів для гри в уламу. Розмір стадіонів у різних регіонах Америки від Нікарагуа до Мексики, сильно різняться, проте їхня форма однакова – довгий вузький простір між горизонтальними та похилими стінами (зрідка вертикальними). Стіни були поштукатурені та яскраво розфарбовані, частіше усього художники розмальовували їх тематикою принесення офіри (пожертви) богам, так як ігри не рідко закінчувалися жертвопринесеннями самих гравців. Ранні версії стадіонів були відкритими з боків, пізніше з двох сторін були побудовані

стіни, що оконтурювали ігровий майданчик повністю, через що вид стадіону зверху був схожим на геометричну фігуру – прямокутник. Відношення довжини до ширини, у пропорціях ігрового поля, були досить постійними і становили чотири до одного. Розміри найбільшого стадіону в Чічен-Іці – 96,5-х на 30-ть метрів, а стадіону в Тікалі – усього 16-ть на 5-ть.

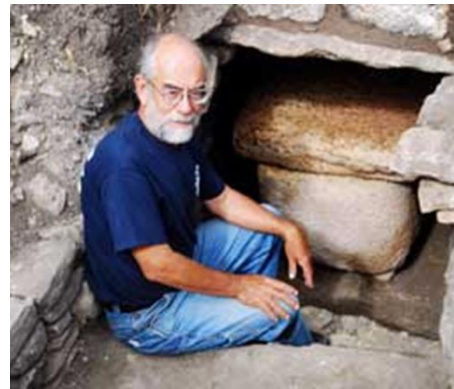
Хоча стадіони для гри в уламу були знайдені здебільшого на територіях древніх індіанських поселень, їх розподіл за часом створення та місцезнаходженням досить нерівномірний. Наприклад, у місті Ель-Тахін, яке було центром класичної культури Веракрус, налічується щонайменше 18-ть стадіонів, тоді як на півночі Чьопаса та на півночі низинних територій Мексики, де мешкали майя, їх зовсім небагато. Майданчики для гри в пок-та-пок зовсім відсутні в деяких великих поселеннях, таких як Теотіуакан, Бонампак і Тортугуеро, хоча пов'язана з грою іконографія була знайдена і на стінах храмів у цих містах. Серед стадіонів древніх міст, найкраще збереглися ігрові поля в Тікалі, Йашхсі, Копані, Ішимче, Монте-Альбані, Ушмалі, Мишко-В'єхо, Пасо-де-ла-Амада та Закулеу. Відновлення власної ігрової традиції, може вплинути на подальшу професійну кар'єру «археологів-аматорів». Відкриття стадіону для гри в уламу перевернуло життя юриста Альфонсо Касо, який після знайденого у 1926-му році комплексу на пагорбі Шочикалько в мексиканському штаті Морелос, здобув ще й другу освіту – дипломованого археолога.

Окрім ігор, на стадіонах проходили і інші культурні та ритуальні заходи, музичні театралізовані вистави, спортивні фестивалі представників різних племен одного народу, зібрання вождів, тощо. Це підтверджують вотивні предмети, закопані на головному стадіоні Теночтітлана, які включають мініатюрні свистульки, окарини та барабани. На доколумбових керамічних виробах із західної Мексики досить часто можна зустріти зображення матчів з улами, що проходить на стадіоні біля храмового комплексу. Це вказує на те, що пок-та-пок, тлачтлі або улама, у житті корінних мешканців Центральної Америки, мали велике соціокультурне та сакральне значення. Гравці команд у більшості випадків уособлювали або ж небесне світило, або ж дощ. Саме за результатами гри жерці тлумачили майбутню долю власного народу. Якщо перемагала команда-сонце то рік мав бути посушливим і треба готуватися до неврожаю, який спричинить голод, якщо гору здобувала команда-дощ, то рік буде врожайним. Сакральність гри полягала у принесенні жертви богами, які

посиляли людям оптимальні кліматичні умови. Адже життя багатьох народів Мезоамерики залежало від погоди та гарних врожаїв сільськогосподарських культур, в основному маїсу (кукурудзи). І гравців, яких приносили як офіру, йшли на це свідомо, так як були альтруїстами та вірили у краще потойбічне життя. Древні племена майя, до каучуку, з якого виготовляли ритуальні м'ячі для гри тлачтлі пок-та-пок та улама, додавали навіть прах своїх правителів. Цього висновку дійшов Хуан Ядеун Ангуло, археолог із Мексиканського національного інституту антропології та історії. Він виявив 1300-річний склеп в лабіринті, що носить назву «Храм Сонця» у древньому місті майя Тоніна (яке згадується у класичних текстах індіанців «По'п», «По» або «Попо»), розташованому в мексиканському штаті Ч'япас, на схід від поселення Окосінго. У склепі знаходилися залишки близько 400-т одиниць посуду, що містили органічні матеріали, у тому числі людський попіл, деревне вугілля та натуральний каучук, які майя застосовували для вулканізації гуми. На користь даної теорії говорить і розташування царських рештків у склепі. «Зважаючи на місце поховання, прах належить правителям майя» – вважає Хуан Ядеун Ангуло.



Стадіон для гри в тлачтлі



Хуан Ядеун Ангуло

Але факти річ уперта, корінні мешканці Центральної Америки, від сучасного Нікарагуа до Мексики, грали гумовими м'ячами в ритуальні ігри за XXVII-м століть до н.е. Перші згадки про гумові м'ячі народів Мезоамерики асоціюються з культурою ольмеків, які збирали для своїх потреб латекс каучуконоса *Castilla elastica* та змішували його з соком луноцвіту іпомеї шипованої *Calonyction aculeatum*, у пропорції 15-ть до 1-го і виготовляли з цієї суміші сфери для тлачтлі, пок-та-пок і улами. Велика кількість ольмекських м'ячів, археологи знайшли разом з полем для гри в місті Ла-Вента, яке чудово збереглося до наших днів. Згодом спосіб виготовлення

м'ячів розповсюдився теренами усієї Центральної Америки. Як вже зазначалося, вага такої гумової кулі досягала кількох кілограмів, від контакту з нею легко можна було отримати травму.



**Ольмекські гумові м'ячі,
вік яких більше чотирьох
тисяч років**



**Найстаріший м'яч у світі із
шотландському замку
Стерлінг, вік якого
450-т років**

Гравці до сакральних випробовувань готувалися з повною відповідальністю. Стегна і коліна обмотували шкіряними стрічками, на шию одягали дерев'яну або кам'яну протекцію на зразок ярма, «робочу» руку захищали дошкою, також протекційні функції носили – спеціальні пояси, наколінники і навіть шкіряні шоломи. Вони амортизували удари від важкого м'яча, а також оберігали лікті і коліна, на які інколи спиралися гравці при прийомі подачі. Дослідження артефактів захисної амуніції, указує на те, що не існувало жодних єдиних стандартів у екіпіровці спортсменів. У деяких регіонах могли грати в одній лише пов'язці на стегнах з мінімальною кількістю захисних обладунків, тоді як спорядження індіанців мая інколи навіть не поступалося сучасній формі гравців у американському футболі. Проте таке спорядження було досить коштовним, його мали лише аристократи. В ацтеків – великий тлатоані (правитель) дарував дорого вартісне спорядження видатним майстрам сакральної гри. Але така екіпіровка не могла забезпечити гравців від садн та синців.



Захисний шолом для гри в уламу – скульптурне зображення (злів) та оригінальне «ярмо» (справа), культура мая

Як свідчить історія фізичної культури і спорту, винахід сучасного футбольного м'яча сягає середини XIX-го століття, коли американський винахідник Чарлз Гуд'їр (1800–1860), 1844-го року запатентував фабричну вулканізацію каучуку, процесу який дозволив виготовити перший гумовий м'яч. Вісім років потому, 1862-го, британець Річард Ліндон (1816–1887) створив першу надувну гумову камеру для м'яча. Пізніше він же сконструював насос для цієї камери, який на виставці економічних досягнень в Лондоні – здобув золоту медаль.



Чарлз Гуд'їр

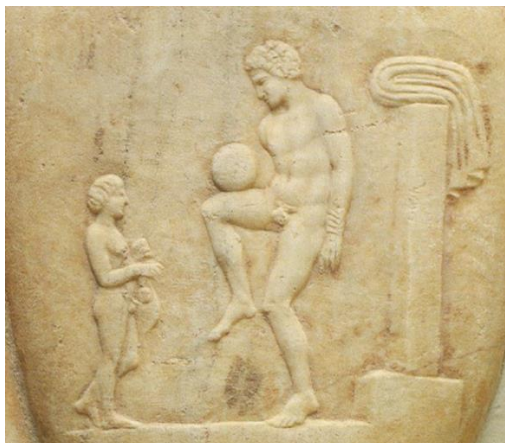


Річард Ліндон

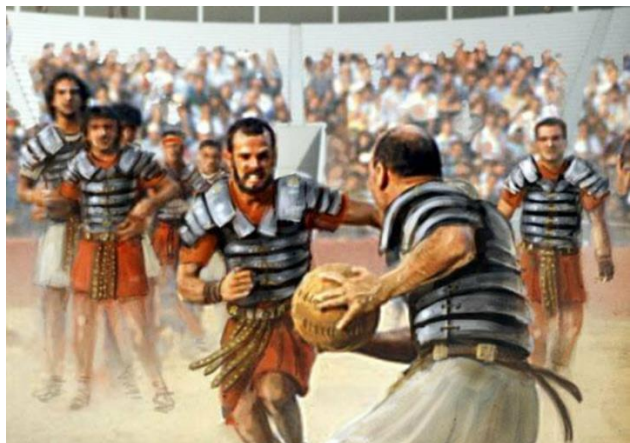
Гра в м'яч була досить популярною і в епоху класових економічних стосунків. У Стародавній Греції існувало три різновиди такої гри. «Епіскірос» – улюблена розвага спартанських воїнів,

мета якої полягала у перекиданні ногами і руками шкіряного м'яча, набитого лахміттям, кінським волосом, пір'ям, піском – на половину ігрового майданчика команди-суперниці. Ще одна давньогрецька гра, схожа на футбол – «фенінда». Про неї згадує драматург Антифан (388–311 рр. до н.е.), якого сучасні історики іноді називають «першим футбольним репортером». Антифан описав матч між двома давньогрецькими командами. Нажаль детальних правил цієї гри історичні хроніки не зберегли. Третій варіант Стародавньої еллінської гри – це «гарпанон» або (від грец. – «викрадення, грабіж, захоплення гаком»). Вона була схожа на сучасний футбол, тільки більш контактний. Кожна команда прагнула провести м'яч на ігрове поле противника. У Лакедемоні (Спарті) в неї грали навіть дівчата. В Ермітажі експонується, виявлена під час розкопок в давньогрецькому Причорноморському місті Ольвія, глиняна ваза 4-го століття до н.е. із зображенням юнака, який грається з м'ячем з одягненим в тогу чоловіком. Можливо це і є найстаріше зображення – гарпанону.

Античним римським варіантом грецького гарпагону була гра з м'ячем під назвою «ґарпастум» – яка мала аналогію з британською розвагою, започаткованою у місті Регбі. У римському варіанті – молоді вояки виховували командний дух, морально-вольові якості, гра ґартувала учасників до майбутніх воєнних кампаній.



Глиняна ваза з Ольвії



**Римський ґарпастум
(сучасний малюнок)**

Мешканці Стародавнього Китаю, теж любили розважатися з м'ячем у гру, яка носила назву «цуцзюй». У цуцзюї користувалися великим шкіряним м'ячем, набитим пір'ям, який був досить важким, у порівнянні з вагою сучасного ігрового атрибуту. Тка що грати такою сферою не викликало особливого задоволення. Цікавий факт про китайську гру: в ній одразу було 12-ть воріт по 6-

ть з кожного боку майданчику. Хоча слід зазначити, що вони не були схожі на сучасні ворота у футболі, скоріше вони нагадували лунки для сучасного гольфу, тільки більші за розмірами. Гра була доволі агресивною, інтенсивною, досить сильно розвивала м'язи нижніх кінцівок, вимагала неабиякої фізичної підготовленості гравців. З моменту заснування, гра набула популярності серед заможних верств Піднебесної та у її армії, так як вважалась тренувальним елементом для військової кавалерії. Серед простого населення цуцзюй набирає популярності за часи правління династії Хань (206 рік до н.е. – 220 рік н.е.). Змагання з цуцзюю проводилися на спеціальному майданчику біля імператорського палацу. Документальні свідчення розповідають, що монарші особи теж були доволі успішними майстрами шкіряного м'яча, так імператор У-ді (156–87 роки до н.е.) був талановитим гравцем і захоплювався «китайським футболом».



Цуцзюй



Чжу-ке

З розвитком китайської культури, змінювався і цуцзюй. За часів династії Тан (618–907) трансформувалися традиційні правила гри. Ворота зникли, замість них встановлювали посередині майданчику сітку, яку натягували на висоті людського зросту. Сітка мала отвір по центру, діаметром від 40-ка до 60-ти сантиметрів (за різними інформаційними джерелами). На майданчику суперничали дві команди, що знаходились по різні боки від розміщеної в центрі ігрового поля сітки. Гравцям треба було перебити м'яча на половину поля супротивника через отвір, не впустивши його додолу. Удари по м'ячу робили руками, ногами, головою, ліктями так, щоб потрапити у отвір сітки. Переможців нагороджували квітами, фруктами, вином. Такий «футбол» почав називатись «чжу-ке». Змінився і сам м'яч, його почали виготовляти з наповнених

повітрям шлунків великих тварин і обшивати шкірою, такий засіб для гри був набагато кращим для гравців. Після видозміни м'яча у цуцзюй почали грати і жінки. Навіть є свідчення літописів, про те як одна талановита гравчиня обіграла цілу команду солдат. Але мода на жіночий «китайський футбол» проіснувала не довго. У Х-му столітті в Піднебесній змінилися вимоги до жіночої краси, дівчаткам з раннього віку почали перебинтовувати туго ступні, щоб вони не виростили більше 10-ти сантиметрів. Зрозуміло, що після таких маніпуляцій, у представниць слабкої статі, шансів пограти у цуцзюй не було.

Середньовічний «китайський футбол» – свого часу, набув популярності далеко за межами Піднебесної. Цуцзюй примножив фізичну культуру Кореї, Японії, додавши видовищності спортивним заходам в цих країнах. В Кореї гра з м'ячем одержала назву «чукгук», а на Японських островах – «кемарі» або «повітряний футбол». До речі, японці, на відміну від китайців, зберегли традиції своєї гри і вона є головним атрибутом сучасних урочистостей острівної країни. Останні довідки про цуцзюй, датовані серединою XVII-го століття. Кемарі, гра в якій немає ніякого спортивного результату. Мета гравця як наймога довше тримати м'яча у повітрі, набиваючи його усіми частинами тіла, навіть головою, що заборонялось у китайській грі. Повітряний футбол нагадував сучасну тренувальну вправу майстрів шкіряного м'яча – фрістайлу. В «японський футбол» можна грати, як одноосібно, так і командою.



Японська кемарі

На Європейському континенті, у епоху феодалізму, традиції гри з м'ячем підтримали «венеціанський футбол» та «флорентійський кальчо», які зберегли спортивно-змагальну культурну спадщину до наших днів. Величезна кількість туристів з усього світу і власне самих жителів Венеції, відвідують щорічні ігрища. Цей середньо-

вічний футбол поєднав традиції римського «гарпастуму» з сучасним національним колоритом. Нерідко такі змагання закінчуються масовими бійками прихильників однієї команди з фанатами іншої, нерідко за участю і самих гравців. Тому у венеціанський футбол грають тільки сміливі і хоробрі чоловіки. Перефразуємо слова відомої пісні про хокей і скажемо – «боягуз не грає у венеціанський футбол».

Флорентійський «кальчо» – з'явився XIV-го століття у столиці італійської Тоскани – Флоренції. Правила кальчо наступні: час протистояння 50-т хвилин на піщаному полі розміром 80-т на 40-к метрів. Ігровий майданчик розділений білою лінією на дві половини, у кінці кожної знаходяться ворота, у які треба закидати м'яча, у разі промаху – зараховується лише пів-очка. Кожна команда складається з 27-ми гравців: 15-ти – нападників, 5-ти – півзахистників, 3-х – захисників та 4-х – воротарів. Завдання гравців закинути як наймога більше м'ячів у ворота суперника. Флорентійський «кальчо» досить жорстока гра, яка часто супроводжується масовими бійками гравців. Судді, що знаходяться за межею поля, інколи дозволяють бійки у форматі один на один за згодою обох гравців.



Венеціанський футбол



Флорентійське кальчо

У епоху Ренесансу, британці те ж грали у футбол, який нагадував сучасний – регбі. У такий спосіб, на престольні свята любили розважатись усі мешканці англійських міст і сіл, інколи футбольні ігрища тривали по декілька діб. А глядачі задля підбадьорення пасивних гравців, мали можливість заохочувати їх за допомогою копняків. В історії зафіксовані випадки, коли футболісти вибігали за межі населеного пункту і боролися за м'яч навіть в болотах, яких в Англії вистачає і сьогодні. Так зародилася гра, яку зараз знають футбол у багнюці (болотний). Правила розваги за інформацією «Великої спортивної енциклопедії» наступні– у грі беруть участь дві команди склад яких по 6-ть гравців, включаючи

воротаря. Кожен гравець бере участь як в атаці, так і в обороні, заміна гравців дозволяється у необмеженій кількості без зупинки гри, штрафні удари пробиваються «з рук». Болотне поле має розміри 60-т на 35-ть метрів, матч складається з двох таймів по 13-ть хвилин кожен. Офсайду в цьому футболі не існує, а пенальті пробиваються з семи метрів. Найцікавішим правилом можна назвати заборону на зміну взуттю. У болотний футбол грають чоловіки, окремо жінки і існують змішані ліги, де в одній команді можуть грати представники обох статей.

На початку XIX-го століття на британських островах грали в футбол ногами і окремо руками. Автором гри руками – був британець Вільям Вебб Елліс (1806–1872). Про це свідчить напис на меморіальній табличці поблизу коледжу у місті Регбі. Від топоніму гру почали називати – регбі.



Футбол в Англії епохи Ренесансу



Дошка у місті Регбі, яка розповідає історію становлення регбі

Варіант гри, наближеної до сучасного футболу, регламентованого правилами, в Британії з'явився лише 1863-го року, коли було створено англійську футбольну асоціацію, завданням якої і було відокремлення футболу за правилами асоціації від інших варіантів гри з м'ячем. До речі, буквальный переклад назви англійського варіанту гри «*Association football*», означає футбол за правилами асоціації. Цього ж року відбулася остаточна стратифікація футболу і регбі. Найстарішим британським футбольним клубом, станом на сьогодні, вважається команда «Шефільд Юнайтед». У 1871-му році вперше визначили володаря Кубка Англії, а 1884-го – було проведено перший чемпіонат Великобританії. Початкові правила Асоціації нічого не говорили про те, яким повинен бути футбольний м'яч. Лише через сім років, у 1872-му році офіційно був встановлений стандартний розмір та вага м'яча. До цього його параметри

визначались передматчевими домовленостями обох команд.



**Футбол ногами у Англії
початку ХІХ-го століття**



Болотний футбол

Представлені вище факти, дають можливість проаналізувати великий пласт історичної інформації, щодо діалектики сучасної гри з м'ячем. Археологічні відкриття, знахідки нових артефактів, древніх рукописних текстів відтермінують дату появи гри у глибину віків. Як бачимо, в такий спосіб розважалися стародавні люди, майже на всій території нашої планети, від Китаю і Японії на сході, через усю Євразію до Центральної Америки. Окрім розважального елемента, гра з м'ячем носила і релігійно-сакральний елемент. І головним атрибутом цієї гри, протягом багатьох століть, був – м'яч. Способи гри та правила у кожного народу були свої, але по суті це було суперництво між двома командами. Тому історія гри має досить глибоке коріння, і не можна говорити про те, що Великобританія є батьківщиною найпопулярнішої гри у світі. Вірніше буде констатувати, що Англія – родоначальниця «соккеру», а не усього футболу в цілому. А для історії залишається відкритим питання, де ж все таки, насправді, вперше з'явився м'яч та сама гра.

Футбол на теренах сьогодення – це не просто забавка для майстрів шкіряного м'яча. Перш за все це емоції, рефлексія, пристрасті не тільки на трав'яному майданчику, а жвава підтримка команд-суперниць на трибунах стадіону, емоції, від яких завмирає серце, це стиль життя. Футбол вже давно став утилітарною грою, в неї грають усі: атлети циклічних, ациклічних, складно-координаційних видів спорту, дорослі і діти, чоловіки і жінки, особи з фізичними вадами. Футбол виконує прикладні, кондиційні, реабілітаційні, адаптивні, соціально-реінтеграційні та ін. функції.

Футбол – гра, яка входить до програми літніх Олімпійських ігор, у 1984-му році у місті Сток-Мандевіль (США) футбол 7-на-7 дебютував на Паралімпійських іграх. У форматі 5-на-5 на чемпіонатах світу та Паралімпіадах в нього грають навіть

спортсмени, у яких відсутній зір. Перший чемпіонат світу серед незрячих відбувся 1986-го року в Іспанії. У 2004-му – футбол для зазначеної нозологічної категорії спортсменів стартував у програмі Паралімпійських ігор. Перемогу у цьому турнірі здобули футболісти збірної Бразилії. За чотири роки на Паралімпійських іграх-2008 знову святкували успіх бразильці.

В Україні футбол вважається пріоритетним видом спорту, національна збірна за років незалежності брала участь у чемпіонатах світу і Європи, молодіжна збірна футболістів віком до 21-го року виборола путівку на літні Олімпійські ігри у Парижі-2024. Але особливої пошани заслуговує збірна команда спортсменів з порушенням зору.



**Футбольна збірна команда України
з футболу серед спортсменів з порушенням зору**

Ця команда-легенда п'ять разів перемогала на чемпіонатах світу (Аргентина-2008, Південна Корея-2015, Італія-2017, Туреччина-2019 та Англія-2023), двічі на чемпіонатах Європи (Туреччина-2016, Грузія-2018) та була призеркою указаних змагань у різні роки. З 2007-го року збірну готують фахівці з міста Суми «Заслужені тренери України» Микола Чхайло (на фото крайній зліва), Ігор Кравченко (на фото крайній справа) та Володимир Гладов.

На Паралімпіадах грають і в регбі на візках. Ця спортивна дисципліна для спортсменів з інвалідністю інтегрує елементи баскетболу, футболу та хокею і відбувається на баскетбольному май-

данчику. Команди складаються з чотирьох польових гравців і восьми – запасних. Класифікація гравців у команді ґрунтується на рівні фізичних можливостей, за ступенем інвалідності кожному присвоюється еквівалентний цифровий код від половини до трьох з половиною балів. Сумарна кількість яких у команді не повинна перевищувати восьми. У грі використовується волейбольний м'яч, який можна носити, передавати руками. Матч у регболі на візках складається із чотирьох періодів, тривалістю по вісім хвилин кожний.



Регбі на візках

Футбол в Україні має велике майбутнє та реалістичні перспективи, так як вектор політики розбудови та розвитку гри Українська асоціація футболу (УАФ) зорієнтувала на Європейський та світовий стандарти. Наші майстри шкіряного м'яча грають у найсильніших чемпіонатах «Старого континенту» – у англійській «Прем'єр-лізі», іспанській «Ла Лізі», італійській «Серії А», німецькій «Бундеслізі», тощо. Українські футболісти вигравали престижні клубні кубкові турніри Європи – Кубок Кубків (зараз переформатований у Лігу націй), Кубок УЄФА, Суперкубок УЄФА. Андрій Шевченко у складі міланського «Мілану», Андрій Лунін разом з мадридським «Реалом» вигравали найпрестижніший для європейських клубів трофей – Кубок «Ліги чемпіонів УЄФА».

Королева спорту – легка атлетика

Використовувати біг під час полювання, з метою переслідування тварин, наші давні пращури почали в епоху середнього палеоліту (120–40 тис. років до н.е.). Вміння бігати, раннім у історичному сенсі людям, допомагало вижити у військових конфліктах, ефективно займатися мисливською справою, адекватно реагувати на негативні прояви зовнішнього середовища у якому вони жили, підтримувати належні фізичні кондиції, які гарантували чоловікам і жінкам статус повноправних представників їхнього соціуму, тощо. Сучасні археологічні відкриття спростовують факт про те, що чоловіки у первісну добу були мисливцями, а жінки – збирачами з верховенством перших. І чоловіки і жінки у ті часи мали рівні права, разом полювали (тому що від кількості учасників залежав результат мисливської акції), водночас захищали свої території, порівну ділили харчі і разом виховували майбутню генерацію. Цікавим фактом є те, що у наші дні, австралійські аборигени (лат. *aborigines* – «від початку»), які вже багато тисячоліть не змінюють спосіб життя, використовують метод полювання – переслідуючи антилоп та кенгуру бігом до того моменту, поки тварина не стає знесиленою і не падає замертво.



Тубільці на полюванні



Трофей бушменів – дикобраз

Гарна фізична підготовленість тубільців забезпечується постійними тренування та фізичною працею. Автохтонне населення Австралії регулярно вишколює майстерність у метанні бумерангу та спису, стрільбі з лука, у стрибках у довжину та бігові, а також у різноманітних іграх. Аналогічні процеси відбувалися і на «чорному» континенті. Давні африканські племена займалися фізичним вихованням власних дітей і щоб жити у гармонії з природою, вчили їх фехтувати за допомогою палиць, бігати з обтяженням (вантажем), боротися, перестрибувати з дерева на дерево, використо-

вуючи ліани. Досить витривалими зараз є нащадки древніх африканців – племена бушменів. Інколи, вони цілими днями змагаються з бігу по пересічній місцевості. Завдячуючи таким тренуванням, мисливці можуть тривалий час переслідувати диких тварин, а після її вполювання, приносити трофеї додому. Як бачимо, біг у давні часи, давав людям можливість витримати конкуренцію у протистоянні з природою, з кліматичними негараздами, з соціальними угрупованнями інших представників *Homo sapiens*. І був фактором, який сприяв появі цивілізацій і культур з їх фундаментальними рисами: стратифікацією суспільства на класи, ремеслом і писемністю, мовою яка забезпечує передачу інформації, архітектурою, релігією та суспільною мораллю.



**Доліходром (біг на витривалість) – один з випробовувань
Античних Олімпійських ігор (чорнофігурний вазопис на
давньогрецькому гончарному виробі – «диносі»)**

Біг (дромос) у кінці V-го тисячоліття до нашої доби, мав колосальний вплив на державотворчі процеси та зміни системи взаємовідносин через підпорядкування однієї особи або групи іншим соціальним прошаркам. Усі ініціативні ритуали (переведення молоді до категорії чоловіків) мали за мету перевірити готовність майбутніх воїнів продемонструвати швидкість та витривалість. З появою перших шумерських держав на території історико-географічного регіону Месопотамія, що на Близькому Сході, у долині біблійських річок Тигру і Євфрату – Ассирії, Мітанні, Осроени, Шумеру, Аккаду, Вавилону, жителі яких вшановували богів Ануннаків і їх споріднену групу Ігігів (у давнину люди вірили, що

небожителі прилетіли з Поясу Оріона – астеризму Південної півкулі небесної сфери) та почали будувати храми де жерці проводили ініціативні обряди на честь небожителів. Месопотамські релігійні заходи, фактично були спортивними випробовуваннями молоді, яка демонструвала власні здібності з бігу, метань, боротьби, вправності володіння холодною зброєю, тощо. Найстарішими змаганнями в світі, прийнято вважати ігри на честь бога Мардука, які щорічно проводилися у Вавилоні, датовані серединою III-го тисячоліття до нашої ери. Згодом, з розвитком логістичних зв'язків між цивілізаціями, явище спортизації розповсюдилося теренами усього Середземномор'я. Тепер стає зрозумілим, чому спортивні змагання у Античних державах, проводилися в угоду автохтонним богам-покровителям. Так, на початку II-го тисячоліття до н.е., завдяки торгівельній діяльності грецьких моряків з острова Евбея, Вавилонські ігри потрапили до Стародавньої Еллади.

Біг – як демонстрація фізичних переваг індивідуума над іншими, за часів єгипетських царів, приблизно у кінці IV-го тисячоліття до н.е., був випробуванням, за результатами якого обиралися єгипетські фараони, аж доки його не замінила боротьба. Єгипетська міфологія розповідає нам, про перемогу царя-бога Менеса, який об'єднав Верхнє і Нижнє царства, над своїми конкурентами у культовому забігові. З одного боку міфологічний факт, а з іншого міфічний фараон міг бути абсолютно реальною людиною. Історично доведено, що першим хто зробив Єгипет централізованою державою був цар Нармер, про це розповідають зображення на одноіменній палетці (франц. *palette* – «пластина»), яка датована цим же періодом. На кам'яній пластині ми бачемо можновладця, який заніс булаву над головою переможеного, саме у такий спосіб, різьбяр намагався увіковічнити перемогу Нармера над фараоном Південного Єгипту, який за відсутності воєнної конкуренції, спокінісенко міг перемагати бажаючих зайняти його трон у культових забігах. Саме обраний богами повинен був продемонструвати свою фізичну підготовленість, щоб вести з перспективним баченням свій народ у подальше майбутнє, цей факт пояснюється примітивністю моралі у класовому суспільстві перших рабовласницьких держав.

Величі і піднесення змагання з бігу набули за часів Античної Греції. Бігові дисципліни входили до програми спортивних змагань Стародавньої Олімпії, Афін, Немеї, Аргосу, Дельф, Делосу та ін. полісів. Найпопулярнішим видом бігу були змагання на дистанцію одного «стадію» (192-ва метри 27-м сантиметрів для чоловіків і дві

третини від чоловічої для жінок – 128-м метрів) – «стадіодромос». Для представниць слабкої статі змагання проводилися в Олімпії та Аргосі на честь дружини Зевса – Гери, та у Спарті – на честь Єлени Троянської.



Палетка Нармера, кінець IV-го тисячоліття до н.е.



Досить мобільними (через вміння бігати) були африканські найманці у війську єгипетських фараонів



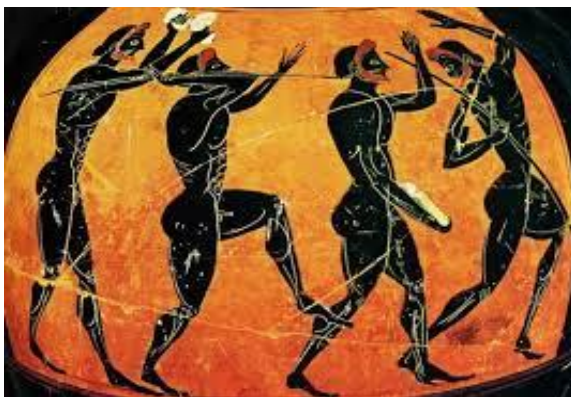
Стародавній стадіон у Дельфах (зліва) та у Немеї (справа)

Стадій, за легендою, для змагань з власними братами відміряв власними ступнями (рівно 600-т) славетний грецький герой – дорієць Геракл. Який був і першим чемпіоном у забігові на визначену ним дистанцію.

За традицією подолання 192-х метрів 27-ми сантиметрів розпочиналося зі старту, яким була кам'яна брила з чотирма парами отворів для ніг спринтерів – «бальбідіс», аналог сучасних легкоатлетичних колодок, але Античне знаряддя було монолітним. На середині дистанції стояв стовп, що носив назву «мета», який огинали бігуни і поверталися на місце старту, яке було одночасно і фінішем. Стадій бігали групами по чотири спортсмени. Переможців спочатку визначали за гучністю криків уболівальників, але згодом виявилась неефективність такого методу. Тому що, досить часто

траплялися випадки, коли вболівальники, за рахунок своєї чисельної переваги, переможцем робили свого улюбленця, а не фактичного чемпіона. І це не дивно, бо давньогрецькі міста-поліси пишалися своїми чемпіонами, а атлети здобували перемоги перш за все не для себе, а щоб прославляти богів-покровителів їхньої батьківщини, рідний край, свою родину і лише потім для власної слави. Поєднання двох грецьких дефініцій «стадій» і «дромос» дало наймення найпопулярнішої бігової дисципліни – «стадіодромосу» та стало ключовим в утворенні назви спортивного об'єкту де змагались атлети минулого і сьогодення, де грають футболісти, регбісти, майстри хокею на траві – стадіону.

Змагалися греки з бігу і на два стадія – «діавлос» (префікс «ді» з грец. перекладається як «два», а «авлос» це назва подвійної флейти, під акомпанемент якої відбувалися забіги) і на багато – «доліхос». Бігали у військовому спорядженні – «гоплітодромія», під час проходження дистанції атлетам дозволялося використовувати щит для боротьби з конкурентами, які робили спробу обігнати лідера, з смолоскипами – «лампадодромія», на честь титана Прометея, який за легендами подарував людям вогонь, учасники змагань були представлені командами і протягом дистанції передавали смолоскип одне одному, щоб він не згас. Від лампадодромії походять усі варіанти естафетного бігу зараз. Стадіодром, стрибки з місця з альтерами (гантелями), метання спису та диску і боротьба входили до програми античного пентатлону.



Античний пентатлон (фото зліва) та гоплітодром (фото справ) – чорнофігурний вазопис

Цікавим у цьому комплексному випробовуванні є те, що боротьба випадає із контексту легкоатлетичних дисциплін, але саме вона визначала чемпіона з переможців попередніх змагань.

Саме під час бігу на змаганнях у Зевсовому святилищі, сталася цікава подія, яка призвела до того що давньогрецькі «агоністик»

(учасники «агонів» – змагань) почали дужатися без одягу – абсолютно голими. Орсіпп – атлет з міста Мегара, що розташоване на заході Греції, у 720-му році до н.е. став переможцем Олімпійських ігор у стадіоні. За переказами, під час змагання у Орсіппа з стегон впала пов'язка і до фінішу він прибіг голим. За іншою версією він сам скинув її, щоб вона не заважала його бігові. Як би там не було, але з того часу атлети почали змагатися голими. Першим після Орсіппана, на старт змагань у такому вигляді вийшов спартанський атлет – Акант. Орсіпп користувався величезною повагою на батьківщині. Був обраний мегарським «полемархом» (військове звання). Очолюване ним військо, успішно воювало проти Коринфу, внаслідок перемоги Мегари відвоювали частину земель, колись анексованих агресивним сусідом. Орсіппа було поховано на центральній площі рідного міста. У VI-му – V-му століттях до н.е. над його могилою було збудовано величний монумент з епітафією на честь олімпійця і військового. І тому помилково є думка, що греки змагалися оголеними через те, що на їхні змагання не допускалися жінки.



**Легкоатлетки Античної доби –
чорнофігурний вазопис**



**Стрибок у довжину з
«альтерами» – чорнофігурний
вазопис**

До сьогодні, на планеті Земля, є цивілізації, які не можуть жити без бігу. На північному заході Мексики, у гористій місцевості Сьєрра-Тараумара, живуть унікальні люди, які можуть за допомогою бігу долати 200-т кілометрові відстані протягом доби. Цими людьми є мексиканські тубільці – народи етносу «тараумара» (ісп. *tarahumara* – «легкі ноги»), які зберігають традиції бігу гористими місцевостями з пізнього мезоліту (XV-ть – V-ть тисяч років до н.е.). Представник чоловічої статі цього племені, не прикладаючи великих зусиль, можуть з легкістю долати зазначену відстань. «Народжені для бігу» – «парамурі», така самоназва місцевих

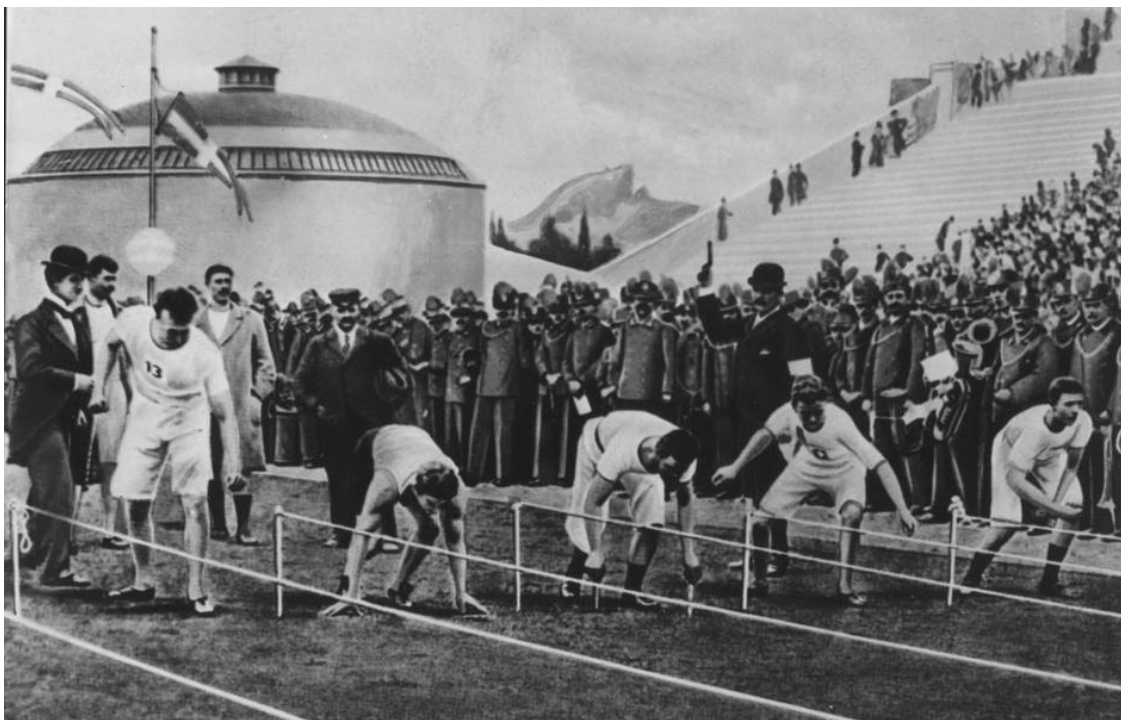
індіанців. Чоловіки народу «тараумара» мають низький зріст і фізично розвинене тіло, гіпертрофовану мускулатуру і жилисте тіло, які дають їм змогу виконувати з легкістю різноманітну силову роботу в горах, за відсутності належної кількості кисню у розрідженому гірському повітрі. На перший погляд, складається враження, що ноги бігунів надто худі, але їхня непропорційність у тілобудові, не є фактом, який указує на слабкість нижніх кінцівок. Жінки «тараумара» не відрізняються мініатюрністю, статура їх масивніша за чоловічу і цьому є логічне пояснення, адже вони виконують більшу частину роботи по господарству, а фізична праця автоматично накладає відбиток на зовнішність слабкої статі. Хоча у даному випадку термін «слабка стать» звучить не зовсім адекватно. Обличчя і чоловіків і жінок позбавлені миловидності, великий ніс, занадто виражені вуста та вилиці підкреслюють відсутність рис витонченості. Це є результатом відсутності дрейфу генів, так як тубільці Мексики живуть відсторонено від людської цивілізації. Відточувати майстерність бігу індіанцям допомагає полювання, «тараумара» виходять на мисливський промисел без зброї, вони не використовують ні луки, ні списи, а просто заганняють об'єкт полювання до знемоги, переслідуючи його гористими рівнинами та схилами до тих пір, поки жертва не впаде за мертво. Етнографи, які вивчають побут індіанців, кажуть що «тараумара» бігають ледве торкаючись поверхні землі, а їхнє обличчя завжди осяяне безтурботною посмішкою. І непогода не є для тубільців приводом залишатися вдома.



Чоловіки тараумара (зліва) та їхнє взуття для бігу (справа)

Взуття індіанців, на думку фізіологів, взагалі не придатне для тривалого бігу, це звичайні шкіряні сандалії з ремінцями, які небезпечні для долання гірських маршрутів, але «тараумара» іншого взуття не хочуть і бачити. Майстри бігу на довгі дистанції байдужі до сучасного спортивного одягу. Бігають вони у звичай-

ному повсякденному вбранні, виготовленому із натуральних тканин, що дозволяє тілу краще «дихати» і вбирати виділену вологу. Як і інші тубільці «рарамурі» носять сорочки просторого крою і пончо. Рекордні показники у бігові, можуть демонструвати більшість чоловіків племені, у газетах були зафіксовані результати, коли чоловіки «тараумара» за п'ять днів пробігали до 960-ти кілометрів. Слід зауважити, що біг тля індіанців не є тренуванням, це їхній спосіб життя, біг для «тараумара» це сенс їхнього існування. У такий спосіб гірські мешканці гармонізують себе з природою, стаючи одним цілим з нею. Вони наче вітер, який мчить просторами гірських схилів.



Олімпійський спринт у Афінах-1896, другий зліва стартує американець Томас Кертіс (чемпіон Ігор у бігові на 110 метрів з бар'єрами) з низького старту, який у Європі на той момент був невідомим

Легка атлетика – безсумнівно є королевою сучасного спорту. Біг, стрибки у довжину та висоту, різні види метань, спортивна ходьба – випробовування, які представлені у чи не найголовнішому форумі спортивного чотириріччя – літніх Олімпійських ігор. Легка атлетика веде змагальну історію від перших відроджених Ігор, які пройшли символічно у столиці Греції 1896-го року.

Легкоатлетичні змагання на відроджених Олімпійських іграх 1896-го року пройшли на стадіоні «Панатінаїкос» з 6-го по 10-те квітня за участі атлетів 9-ти національних збірних команд

Австралії, Великої Британії, Греції, Данії, Німеччини, США, Угорщини, Франції та Швеції. На превеликий жаль ці змагання відбулися без участі представниць жіночої статі. Комплекти олімпійських нагород було розіграно у 12-ти видах легкоатлетичної програми, а саме, на дистанціях сто, чотириста, вісімсот та півтори тисячі метрів, у бігові на стодесять метрів з бар'єрами, марафоні, у стрибках в довжину, висоту, з жердиною та потрійному та у металевих дисциплінах – метанні диску і штовханні ядра.



Джеймс Конноллі



Спиридон Луїс

Героями Ігор 1896-го року стали американці – перший в історії олімпійський чемпіон сучасної епохи Джеймс Конноллі (потрійний стрибок), дворазові чемпіони Томас Берк (біг на сто та чотириста метрів), Еллері Кларк (стрибки у довжину та висоту), Роберт Геррет (метання диску та штовхання ядра); австралієць Едвін Флек (біг на вісімсот та півтори тисячі метрів). Але найочікуванішим випробовуванням у Афінах весною 1896-го року виявився марафонський біг. Його організатори змагань включили до програми першої Олімпіади, як знак подяки античному подвигу грецького воїна Фідіппіда, який приніс звістку до Афін про перемогу греків над персами у битві біля міста Марафон (12-го вересня 490-го року до н.е.) і помер одразу від знемоги і крововтрати. Драматизм подій розгорнувся у кінці дистанції, де до фінішу конкурували австралієць Едвін Флек (вже у статусі дворазового олімпійського чемпіона) та грецький листоноша з села Марусі – Спиридон Луїс. У підсумку перемогу здобув грек, для якого виснажливі дистанції були звичайним випробовуванням, так як кореспонденцію Спиридон Луїс розносив між селами, які лежали на великій відстані одне від одного пішки або підтюпцем. «Королева спорту» завжди була основним видом програми Олімпійських ігор, як це було у Зевсовому святилищі багато років потому. Легкоатлетичні змагання не відбулися на Іграх лише тричі – 1916-го, 1940-го та 1944-го

років за причини Першої та Другої Світових воєн відповідно, під час яких олімпійські форуми не проводилися.



Учасники марафонського забігу у Афінах-1896

Генезис української легкоатлетичної традиції має початок від 1893-го року, коли в Одесі, а трохи згодом у Катеринославі (Дніпрі), Києві, Харкові почали створюватися гуртки любителів бігу. Досить потужним був виступ українських атлетів на Першій робітничій олімпіаді у Києві 1913-го року. Мета якої полягала у відборі найкращих спортсменів для участі у Олімпійських іграх Амстердаму-1916 (які не відбулися через світову війну). Справжньою сенсацією спортивного дійства у Києві, виявився виступ киянки, легкоатлетки спортивного гуртка «Сокіл» Наталії Попової (у деяких джерелах можна зустріти інше ім'я цієї спортсменки – Ніна), яка виграла забіг на 60-т метрів з результатом 9,1-та секунди, стрибки у висоту – 122-ва сантиметри, у довжину з розбігу – 4-ри метри 12-ть сантиметрів та встановила рекорд світу у бігові на стометрівці – 13,1-та секунди. Спортсменка до того ж була першою чемпіонкою царської імперії на дистанції сто метрів та у стрибках у довжину. Представники київського легкоатлетичного гуртка «Спорт», на робітничій олімпіаді, були першими у естафеті чотири по чотириста метрів, за що отримали кубок газети «Южная Копѣйка».



Сергій Бубка



Ярослава Магучіх

За років незалежності знайомі у світі спорту є українські олімпійські чемпіони з легкої атлетики Сергій Бубка (стрибки з жердиною), Іннеса Кравець (потрійний стрибок), Наталія Добринська (семиборство); чемпіони світу – Ярослава Магучіх (стрибки у висоту), Іван Гешко (1500 метрів), Олександр Багач (штовхання ядра), Юрій Кримаренко і Богдан Бондаренко (стрибки у висоту) та ін. Ярослава Магучіх ще є й рекордсменкою світу, який вона встановила на турнірі серії «Діамантова ліга» у Парижі 2024-го року. Її результат два метри десять сантиметрів перевершив досягнення 37-ми річної давнини болгарки Стефки Костадинової. Висота, яка тоді підкорилася болгарській спортсменці два метри дев'ять сантиметрів.

Легка атлетика має прописку і у програмі Паралімпійських ігор, починаючи від перших змагань в Римі (Італія) 1960-го року для атлетів з інвалідністю. Спортивний проєкт сера Людвіга Гутмана (1899–1980) проводиться одразу після головних Ігор Олімпіади, а починаючи з 1992-го року на тих же аренах де відбувалися старты головних змагань чотириріччя.



**Змагання на паралімпійських доріжках атлетів
з ампутованими кінцівками**

В Римі-1960 Паралімпійські ігри було організовано для спортсменів, які переміщаються за допомогою візка. Легка атлетика у столиці Італії була представлена метаннями «клубу» (палиця для метання спортсменів-візочників, за формою нагадує булаву – атрибутуку з художньої гімнастики), спису, штовханням ядра та відкритим п'ятиборством (стрільба з лука, плавання, метання спису, «клубу» та штовхання ядра). Паралімпійський пентатлон організатори змагань включили до програми легкоатлетичних змагань як комплексне випробовування.

Спортсменів до участі у Паралімпійських змаганнях класифікують за різними нозологічними групами, залежно від ступеня інвалідності. Систематика класифікації дозволяє спортсменам з однаковими порушеннями змагатися виключно з собі подібними. Згідно такого розподілу паралімпійці розподіляються на такі категорійні групи:

- «11-13» – спортсмени з порушеннями зору;
- «20» – спортсмени з інтелектуальними порушеннями;
- «31-38» – спортсмени з церебральним паралічем;
- «31-34» – спортсмени на інвалідних візках;
- «40-46» – спортсмени з порушеннями, що впливають на роботу кінцівок та спортсмени з ампутованими кінцівками;
- «51-58» – спортсмени на інвалідних візках для треку та спортсмени, що метають з положення сидячи.

Номери класів мають додаткове позначення латинськими літерами: «Т» – *track* (доріжка); «F» – *field* (поле) та «P» – *pentathlon* (п'ятиборство). У кожному класі, перша цифра указує на характер порушення спортсмена, а друга вказує на кількість функціональних можливостей. Наприклад, бігун, який бере участь у класі 11-ть має або слабкий зір, або взагалі сліпий і використовує допоміжні засоби та допомогу сторонніх осіб щоб дістатися фінішу. У той же час спортсмен класу 13-ть має обмежений зір і не повинен використовувати допоміжні засоби або допомогу сторонніх.

Легка атлетика – є основною і у програмі Дефлімпійських ігор, починаючи з перших змагань у Парижі 1924-го року. По закінченні першої Дефлімпіади, представники країн-учасниць ігор оголосили про створення Міжнародного спортивного комітету сурдоспортсменів – *Comite International des Sport des Sourds* (CISS). Критерієм відбору до участі у Іграх є втрата слуху понад 55-ти децибел (одиниця якою вимірюють ступінь зниження слуху), тобто має значення факт, а не ступінь втрати слуху. Медична класифікація передбачає розподіл осіб з вадами слуху на групи:

- I-ша ступінь – втрата слуху близько 50-ти децибел;
- II-га ступінь – втрата слуху в межах від 50-ти до 70-ти децибел;
- III-тя ступінь – втрата слуху від 70-ти до 80-ти децибел.

Українські паралімпійці і дефлімпійці, починаючи від отримання незалежності нашої країною, завжди є учасниками зазначених спортивних форумів для спортсменів з інвалідністю. У цьому контексті хотілося б пригадати феноменальний виступ українських паралімпійців на літніх Іграх в Ріо-де-Жанейро 2016-го року, коли наші інваспортсмени вибороли третє командне місце у неофіційному медалевому заліку, завоювавши 41-ну – золоту, 37-м – срібних та 39-ть бронзових нагород. А перемогу у Бразилії святкувала команда Китайської Народної Республіки, другу сходинку п'єдесталу пошани посіла збірна спортсменів з Великобританії.



Оксана Зубковська



Руслан Катишев

Відомими паралімпіоніками-легкоатлетами в Україні є Василь Ліщинський (метання диску), Андрій Голівець і Олександр Дорошенко (штовхання ядра), Руслан Катишев (стрибки у довжину), Оксана Ботручук (спринт), Інна Дяченко (біг на сто та двісті метрів), Оксана Зубковська (стрибки у довжину) та багато ін. атлетів з інвалідністю.

Спортивна боротьба

Одним із найголовніших елементів традиційної культури, у тому числі і фізичної, будь-якого народу чи соціального угруповання є його бойові мистецтва та одноборства. Останні були більш ефективнішими і практичнішими, так як у більшості держав

початку появи рабовласницьких суспільних стосунків, народу заборонялося мати зброю. І тоді борцівські вміння і знання давали можливість захистити своє житло, зберегти життя родини, запобігти грабунку майна та продукції натурального виробництва. Але на превеликий жаль деякі з них зникли разом з цілими цивілізаціями, але більшість – дісталася нашої епохи і продовжує удосконалюватися до цих пір. Змагання з національних видів боротьби проводяться на усіх континентах від Австралії до Америки, окрім Антарктиди. Автохтонних видів одноборств у світі існує величезна кількість: японське «дзюдо», індійська – «кушті», монгольська – «барилдаан», «ако» – регіональна боротьба народів що населяють групу тихоокеанських островів Меланезію, «амабві» – національна боротьба народів, що відносяться до етносу банту, мешкаючих в Кенії, та на території Уганди і Танзанії, тощо. Техніко-тактичні акції, більшості національних видів, представлені у сучасній спортивній боротьбі. Зрозуміло, що про всі традиційні види одноборства у цьому навчально-методичному посібнику ми не зможемо розповісти, то детально хотілося б познайомити читачів з історією становлення сучасної спортивної боротьби.

Спортивна боротьба включає в себе три головних напрямки – греко-римську (раніше називалася французькою або класичною), вільну або американську і досить молоду – жіночу, яка з'явилася 1980-го року у країнах Скандинавії і Франції та швидко завоювала популярність в усьому світі. Три різновиди спортивної боротьби представлені у Олімпійській програмі літніх ігор. Греко-римська стартувала на першій Олімпіаді в Афінах-1896, вільна – в американському Сент-Луїсі-1904 (Ігри III-ї Олімпіади) та жіноча – в Афінах 2004 року (Ігри XXVIII-ї Олімпіади).



Індійська боротьба «кушті»



**Африканська боротьба
«амабві»**

Першими письмовими згадками про боротьбу, вважається шумерський епос, який описує героїчні подвиги царя, напівбога Гільгамеша, котрий у грецькій історичній культурі, фактично став прототипом видатного дорійського звитяжця – Геракла. Оповідь про Гільгамеша, найвідоміший твір клинописної літератури, записаний мешканцями міста Аккад – яке було одним з головних шумерських поселень в Месопотамії. Клинописний текст, здійснив колосальний вплив на формування подальшої письмової словесності. У епічному творі розповідається про царя шумерського міста-держави Урук (територія нинішнього Ірану) Гільгамеша – який на думку сучасних істориків, вважається реальною людиною, котра жила у XXVII-му – XXVI-му століттях до нашої ери та збудувала перші мури навколо зазначеного міста, які збереглися і до наших днів. У Стародавні часи, мешканці Урука звернулися зі скаргою до шумерських богів, що їх цар Гільгамеш дуже утискає власний народ, не даючи їм спокою. Щоб вгамувати неповагу царя до людей, богиня-праматір Намму вирішує створити для цього рівного по силі суперника і ліпить з глини дикуна Енкіду. Тіло Енкіду було покрите тваринною шерстю, він не знає цивілізації, їсть траву, живе в степу просто неба з дикими тваринами і захищає їх від мисливців. Мисливці скаржаться на нього Гільгамешу і той відправляє храмову повію Шамхат спокусити і приручити дикуна. Енкіду проводить шість днів і сім ночей в тілесних втіхах з коханкою, а коли намагається повернутися до тварин, ті вже втікають від нього. Шамхат умовляє Енкіду відмовитися від життя у тваринному світі і піти за нею до Урука, де править Гільгамеш та оцінити переваги цивілізованого життя. Енкіду погоджується і під впливом Шамхат починає носити одяг, харчуватися як люди, пасти овець, полювати на левів і вовків. У місті, Енкіду зустрічається з Гільгамешем і у борцівській сутичці обидва епічні герої намагаються визначити хто з них сильніший. Як виявилось герої були рівними по силі і герць закінчується нічийним результатом. З цих пір Енкіду стає кращим другом і соратником Гільгамеша, вони починають захищати місто від набігів диких племен, отари овець від хижаків, змінюється ставлення царя і до власного народу. Так шумерські боги помирили Гільгамеша з його людьми.

Про популярність боротьби у перших рабовласницьких держав на території між річками Тигр і Євфрат, розповідає нам малюнок на камені датований періодом пізнього енеоліту – IV-те тисячоліття до н.е.



Зображення на теракотовій пластині Енкіду (зліва) та Гільгамеша (справа)



Шумерський петрогліф де зображена боротьба, датований періодом пізнього енеоліт (IV тисячоліття до н.е.)

Боротьба у Древньому Єгипті, починаючи з кінця IV-го тисячоліття до н.е., виступає меритократичним (від лат. *meritus* – «гідний» та грец. *κράτος* – «влада», «правління») фактором обрання претендента на трон Великого Єгипту.

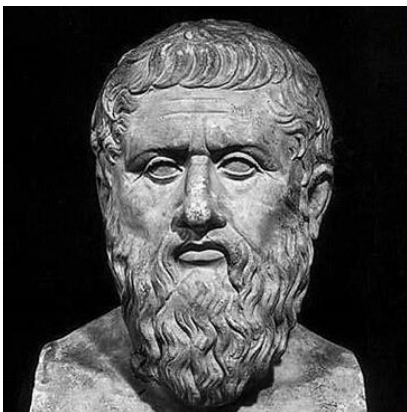


Зображення борцівських сцен на фризі храмового комплексу «Мединет-Хабу»

На фризі храмового комплексу «Мединет-Хабу», присвяченому фараону Рамзесу III (1185–1153 роки до н.е.), зображений борцівський поєдинок між атлетами з Єгипту та Нубії. Починаючи зі Старого царства, у 2778-му –2220-х роках до н.е., Нубія потрапляє під гегемонію Єгипту, тому усі атлетичні заходи, які проводилися за

участі спортсменів обох держав, повинні були прославляти велич фараонів. Переможцями у всіх протистояннях виходили єгиптяни, а переможені нубійці, обов'язково повинні були на знак поваги поцілувати землю у підніжжя трону Царя Нілу.

Про вправність та майстерність єгипетських борців ми дізнаємось з робіт грецького філософа Платона (428/427 чи 424/423–348/347 роки до. н.е.) після відвідин ним Єгипетської Александрії. Це говорить про неабияку популярність цього виду спорту у царстві фараонів. І факт участі єгипетських борців в Олімпійських іграх в Фтичній Олімпії це підтверджує. На Іграх 125-го року, двох майстрів з Північноафриканської країни – Дідаса і Сарапаммона, було публічно оштрафовано елладоніками (організаторами змагань на честь Зевса), за махінації під час борцівського турніру. На ці кошти були встановлені дві бронзові статуї Зевса біля підніжжя величного монументу батька Громовержця – титана Кроноса, який велично здіймався над входом Олімпійського стадіону. Іншого борця із Єгипетської Александрії – Аполлонія, за спізнення на змагання (був задіяний на інших), організатори не допустили до участі у олімпійському турнірі. Після чого єгипетський атлет накинувся з кулаками на грека Геракліда, який стояв на чемпіонській бронзовій тринозі, і чекав моменту увінчання оливковим вінцем переможця Олімпійських ігор. Хоча факти і негативні, але все ж таки говорять про популярність боротьби в Єгипті. Намагання атлетів Царства фараонів дужатись зі спортсменами інших держав тільки указує на їх силу і спортивну підготовленість.



Платон



Зображення боротьби у Бені-Гассан

Цікавою знахідкою в цьому відношенні є гробниця в селищі Бені-Гассан. Одноіменний поховальний комплекс, було вирубано в скельній породі і включає 39-ть гробниць високопоставлених

давньоєгипетських жерців, сановників різного економічного статусу. Найбільш ранні поховання відносяться до епохи VI-ї династії (2347/2297–2216/2166 роки до н.е.). Стіни гробниці розписані епізодами борцівських сутичок. Незважаючи на те, що цьому унікальному пам'ятнику нільської культури більше чотирьох тисяч років, багато прийомів, які застосовували єгипетські борці, існують і донині. Зображення борцівських акцій на стінах біля саркофагу верховного жерця Фіоххотена у Бені-Гассан – можна вважати навчально-методичними рекомендаціями для вивчення боротьби, так як на малюнках представлено техніко-тактичні дії в стійці і позиції «борцівський партер». Аналізуючи «сакральне полотно», можна дійти висновку, що в Єгипті боротьба була аналогом сучасної – вільної.

Історичні писемні документи розповідають нам цікаві факти і про видатне спортивне життя самого Платона. При народженні батьки дали йому ім'я Арістокл, «Платон» – це прізвисько, яким назвав майбутнього засновника відомого афінського навчального закладу Академії, його тренер з боротьби. Друге ім'я, філософ у подальшому житті вважав своїм першим. Платон досить вправно вишколював майстерність володіння боротьбою, мав кремезну статуру з досить широкими плечима, на що звернув увагу наставник, давши вихованцеві таке прізвисько (від грец. «πλάτις» – широкоплечий).



**Боротьбу на пасках.
Багдадський музей
(2800 рік до н.е.)**



**Мілон Кротонський
мармурова скульптура
П'єра Пюже**

Боротьба в Елладі була досить популярним видом змагань – вона загартовувала майбутніх воїнів, розвивала фізичні якості атлетів. За легендою, боротьбу в Греції започаткувала донька бога Гермеса – Пале, від імені якої отримала назву будівля Античної доби для занять фізичною культурою і спортом – «палестра». У палестрах вишколювали свою фізичну майстерність не тільки борці, а інші спортсмени. Борців у Греції називали «палестритами» на честь її засновниці. В Елладі майстрами боротьби були не тільки чоловіки, досить вправною атлеткою була Аталанта з Аркадії, її змагальні подвиги увіковічили малюнки на грецьких гончарних виробках. Інколи представниці прекрасної половини людства дужалися у герцях з чоловіками і навіть перемагали в них. На поховальних іграх пам'яті царя доліонів Кізіка, Аталанта перевершила у майстерності героя Троянської війни – Пелея. Указана сюжетна лінія, була досить популярною у художників, які розмальовували гончарні вироби. Тому для чіткого розуміння, хто є учасником борцівського поєдинку, жіночі торси, живописці, малювали білою фарбою.



Поєдинок між Аталантою та Пелеєм – учасником Троянської війни та славнозвісного походу «аргонавтів»

Але особливого піднесення боротьба у Античній Елладі, набула в період розквіту «агоністики», коли змагання палестритів входили до програми багатьох спортивних ігор у тому числі і Олімпійських. Боротьба як окремий вид входила до Античного пентатлону разом з бігом, метаннями спису і диску та стрибками з місця з альтерами. У місті Аргосі, яке стало столичним центром Арголіди після занепаду Мікен і Тиринфу, проводили Сфенейські ігри (від грец. *σφηνικῆ* – «бути сильним»), присвячені виключно змаганням з боротьби та демонстрації атлетичної тілесності. Після змагань, коли проголошувалися імена переможців, влаштовувалася урочиста хода, що

супроводжувалася авлосами і хорами. Попереду йшли увінчані вінками і одягнені у яскравий одяг чемпіони. За ними – музиканти і хореви, які співали гімни на славу тих, чиї голови були увінчані лавровими вінками. Потім кращі поети складали на їхню честь урочисті оди, а музиканти писали на слова патетичну музику, піснями і танцями звеличували спортсменів, які ставали національною гордістю Еллади.

Найвідомішими палестритами Античної доби були Гіппосфен зі Спарти (Лакедемону) та Мілон з Кротону, які шість разів увінчувалися олімпійським оливковим вінцем і ще по двічі перемагали на юнацьких змаганнях у Олімпії, які у Зевсовому святилищі почали проводити з 632-го року до н.е. Більшість сучасних істориків спорту згодні, що Мілон і досі залишається найвидатнішим борцем і воїном, якого колись знав світ. Окрім Олімпійських – Мілон із Кротону ставав переможцем Сфенейських і Піфійських змагань (на честь бога Аполлона). Його розмір та статура були лякаючими, а сила і техніка раціональними та ідеальними. Античні греки вважали, що він був сином Зевса. Розважаючи глядачів і вболівальників, силач пов'язував шкіряну стрічку навколо голови і напружуючи скроневі м'язи рвав її. Брав у долоню яблуко і стискав пальці так, щоб не вичавити сік. Потім звертався до публіки і просив бажаючих або забрати плід, або здавити його кулак, щоб пролилась хоча б капля рідини. Як свідчать історичні документи, нікому не вдавалося перемогти Мілона у цьому випробовуванні.

Античногрецькі письменники Геродот (484–425 роки до н.е.), Плутарх (45/50–119/125 роки), доводять до нашого відома що від малечку, майбутньому олімпіоніку подарували молодого бичка. З кожним роком тварина зростала і відповідно важчала, а Мілон брав бичка на плечі і носив його. І в такий спосіб витренував у собі неабиякі силові здібності. Для того щоб підтримувати свою спортивну підготовленість, Мілон Кротонський з'їдав щодня більше ніж вісім кілограмів м'яса. За свідченням Піндара (522/518–448/438 роки до н.е.), до Альтісу (святилище місце в Олімпії де проходили змагання) власну скульптуру в повний зріст, роботи відомого різьбяр по каменю Дамея, Мілон приніс без сторонньої допомоги.

Вдалою була і військова кар'єра відомого палестрита, за даними Діодора Сіцилійського (90–30 роки до н.е.) у поході проти грецької колонії Сибарис 510-го року до н.е., Мілон очолював кротонське військо і був одягнений в левову шкіру та тримав у

руках велику палицю, наче воскреснувший дорієць – Геракл. За переказами римського письменника Авла Геллія (130–170 роки) – загинув Мілон в пазурах лева, будучи затиснутим дубовим пнем, який олімпієць хотів розірвати навпіл голіруч. Але вік дався взнаки. Сильнішим за себе Мілон Кротонський вважав тільки пастуха Тіторма, який щодня носив велику рогату худобу на плечах.

Популярними змагання з боротьби були і у Перській імперії, про це розповідає нам артефакт з Багдадського музею, вік якого майже 4800-т років. Бронзова скульптурка борців на пасках, виготовлена стародавнім майстром, у вигляді масляної лампи, що означало символічний сенс перемоги світла у боротьбі з темрявою. Особливого піднесення перська боротьба набуває у період військової конкуренції з греками. Греко-перські війни з не величкими перервами відбувалися з 500-го по 449-й роки до н.е. Традиційна боротьба перських народів носить назву «пахлавані», точної дати її започаткування до наших днів не збереглося. Але відомо що спортивні змагання одноборців проходили у всіх містах Персії і країни-сатрапа – Парфії.

Після завоювання Персії арабами 637-го року, перські атлети почали створювати «зурхане» (таємні спортивні гуртки) де продовжували удосконалювати борцівські навички, готуючись до боротьби за незалежність. Герой відомого іранського епосу «Шахнаме» (з іран. «Книга царів»), який був написаний у кінці X-го на початку XI-го століть – Рустам, відзначався видатним звитягами за незалежність Персії і був майстром національної боротьби на пасках. Сьогодні «пахлавані» можна зустріти у багатьох ісламських країнах, як вид національного спорту.

У країнах Європи кінця XIII-го початку XIV-го століть, починають засновуватись і різноманітні школи та клуби одноборств (фехтування, боротьба, бокс, тощо), у яких молодь навчалася примудрощам володіння холодною зброєю та елементам самооборони. Так Середньовічна, Франція подарувала всьому світові сучасну боротьбу «класичного стилю», яка від нещодавно перейменована у «греко-римську». Свого часу боротьба була дуже популярною у кельтських та германських племен. В епоху Римської імперії вона набула системності, одержала правила ведення поєдинку, новий набір технічних дій. В середні віки боротьба швидко розповсюдилась серед лицарства, міського та сільського населення. Боролись навіть царственні особи. В історії збереглися свідчення про «королівський поєдинок» між французьким монархом Франциском I (1494–1547) та англійським правителем –

Генріхом VIII (1491–1547). Сьомого червня 1520-го року в Баленгемі біля Кале на півночі Франції розпочалась тритижнева зустріч правителів, яка завдяки своїй надзвичайній пишності за участю 10-ти тисяч придворних увійшла в історію під назвою аудієнція на «Полі золотої парчі». Перемовини стали кульмінацією дипломатичного зближення одвічних супротивників, але не принесли бажаних результатів – вже за два роки війна Англії та Франції відновилась. Апогеєм дипломатичного заходу був борцівський матч між двома коронованими представниками. За жеребом, правилами поєдинку було обрано континентальний варіант, що суттєво відрізнявся від – англійського. У французькій боротьбі заборонялося використовувати різноманітні підніжки, збивання суперника після захвату ніг, тощо. Перемогу у герці здобув Франциск I, тому до цих пір, терени Британії не підкорила французька (греко-римська) боротьба. Так як ображений поразкою Генріх VIII заборонив на Туманному Альбіоні культивувати французькі одноборства.



Франсиск I



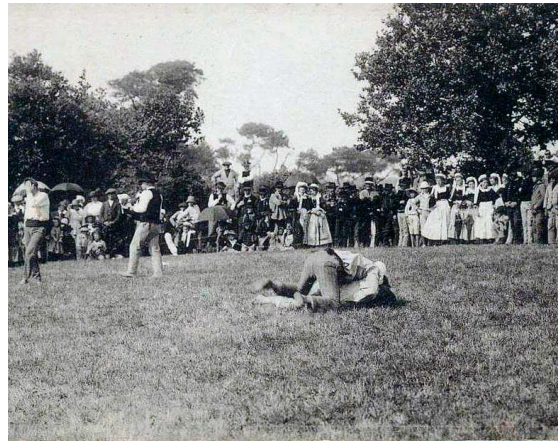
Генріх VIII

Серед французького лицарства культивувалась «боротьба на смерть». В ній дозволялось ламати кінцівки, наносити удари кулаками і ліктями в обличчя, в область паху та інші вразливі місця, виколувати очі, виривати волосся, кусати супротивника. Високо цінилась перемога прийомом «показати сонце», коли закидалась голова опонента назад і ламались шийні хребці, що призводило до смерті. В XV-му столітті «боротьба на смерть» трансформується в боротьбу вільного стилю, де дозволялося захватувати тулуб суперника вище поясниці, проводити больові прийоми на суглоби, підніжки, кидки з застосуванням ніг, тощо. Така боротьба у Франції проіснувала аж до XIX-го століття.

В Бретані з VII-го століття розвивалась національна боротьба бретонців – «гурен», яка була і є невід’ємною частиною борцівських свят в Бретані і сьогодні. На ці свята майже всі населені пункти області відряджають майстрів гурену. Поєдинки з цієї боротьби розпочинались з обопільного захвату за комір чи за ший супротивників. Атлети були одягнені у короткі штани та спеціальну куртку. Потім за допомогою ніг збивали один одного на землю, борці дужались босими. Переможець одержував, як винагороду за свою майстерність барана. До речі, з бретонської слово «перемога» перекладається буквально як «одержати барана».



**Свято боротьби гурен у
Корнволі – картина пензля
Адольфа П'єра Леле
(1812-1891)**



**Гурен на сільському святі.
Фото початку XX-го століття**

У Парижі X-го століття, був розвиненим різновид боротьби під назвою «клікет», який дещо нагадувала гурен. Борці змагались босими, у коротеньких штанах та сорочках. З технічного арсеналу дозволялися підніжки, кидки за допомогою ніг, дозволялось також перечіпати ноги супротивника, захвати вище поясниці не заборонялися. Сутичка тривала два періоди по 10-ть хвилин, якщо вони не визначали переможця то призначався додатковий період тривалістю 5-ть хвилин. Учасники в клікеті розподілялись на вагові категорії і перед початком клялись вести чесну за правилами боротьбу.

На початку XVII-го століття у Франції набула популярності так звана «силова боротьба в стійці і партері» без захватів суперника нижче поясниці, та виключенням із технічного арсеналу всіх дій за допомогою ніг. Для перемоги треба було притиснути лопатками до землі свого супротивника. Ця боротьба запозичила найкраще у традиційних національних школах боротьби: бретонської,

бургундської, норманської. Завдяки французьким борцям-професіоналам, які виступали у складах циркових труп, що роз'їжджали Європою, боротьба набула популярності майже у всіх європейських країнах. І саме за це її почали називати «французькою», а згодом «класичною». У 1893-му році були офіційно затверджені міжнародні правила французької боротьби, а за рік її включили до програми перших Олімпійських ігор сучасності.



Карл Шуман (зліва) та його фінальний поєдинок на Іграх у Афінах-1896 з греком Георгіосом Цитосом (справа)

Справжньою зіркою Ігор в Афінах-1896, став німецький гімнаст, легкоатлет та майстер французької боротьби – Карл Шуман (1869–1946). Перший в історії чотириразовий чемпіон Олімпіади 1896-го року, який здобув золото у командних виступах на брусах та поперечці, у опорному стрибку та у боротьбі.

В Іграх першої відродженої Олімпіади брав участь представник України, який народився у містечку Золотоноша, що тоді було Полтавською губернією, нині відноситься до Черкаської області – Микола Сергійович фон Ріттер. У березні 1896-го року він їде до Греції і подає заявку до секретаріату Олімпіади на участь у змаганнях з класичної (греко-римської) боротьби, стрільби з карабіну та фехтуванні на рапірах. Пройшовши успішно відбіркового етапу змагань, надалі знявся з олімпійського турніру. Хоча залишався в Афінах як кореспондент газети «Кієвлянинъ» до самого завершення Ігор першої Олімпіади. Український атлет не був новачком у спорті, маючи вільний від роботи час, Микола фон Ріттер удосконалював майстерність з класичної боротьби, стріляв з рівних видів зброї та займався фехтуванням. Коли дізнався про відродження Олімпійських ігор, Микола Сергійович захопився ідеєю взяти у них участь. Задля здійснення мрії, у березні 1896-го року українець навіть звільнився зі служби.



Микола фон Ріттер



ОЛИМПІЙСКІЯ ИГРЫ
Корреспонденція изъ Афинъ
28-го марта.

Считаю не безынтереснымъ сообщить о моей поездкѣ въ Афины на олимпійскія игры, которую я предпринялъ еще до Свѣтлой недѣли. Получивъ приглашеніе принять участіе на олимпійскихъ играхъ въ стрѣльбѣ изъ карабина, фехтованіи на рапирахъ и греко-романской борьбѣ, я заблаговременно прибылъ сюда и успѣлъ увидѣть и услышать все интересное, все что только можно было.

его имя. — На олимпійскія игры съѣзжалось больше всего англичанъ, американцевъ и французевъ; немцевъ также немало. Русскихъ почти нѣтъ: изъ участниковъ — я одинъ. О себѣ могу сообщить, что на пробномъ испытаніи въ стрѣльбѣ по подвижной мишеніи и въ борьбѣ я прошелъ первымъ: всѣ пули удачно попали въ мишени, а желающихъ помѣриться въ борьбѣ удалось побороть. Какъ курьезъ, прилагаю вамъ при этомъ номеръ лучшей афинской газеты. Пробное испытаніе было вчера около полдня, — въ тотъ-же день вечеромъ всѣ вечернія газеты дали отчетъ. Сегодня утромъ, къ удивленію моему, я увидѣлъ свое изображеніе, въ разныхъ газетахъ, во всѣхъ большихъ газетахъ.

Н. С. фонъ Риттеръ

Репортаж Миколи фон Ріттера про свій виступ на Іграх у Афінах-1896

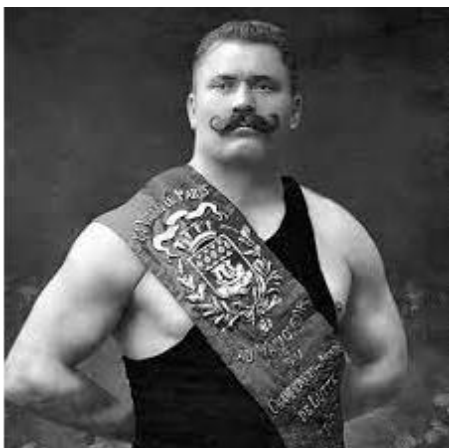
Власні результати виступу у випробовувальних змаганнях Микола фон Ріттер опублікував на передовому шпальті, указаної газети: «Про себе можу повідомити, що на пробному випробуванні зі стрільби по рухомій мішені і у боротьбі я прийшов першим; усі кулі вдало потрапили в мішені, а бажаючих помірятися з боротьби, вдалося побороти. Як курйоз, додаю вам до цього номер кращої афінської газети. Пробне випробовування було учора близько опівдня, – у той же день вечером усі вечірні газети дали звіт. Сьогодні вранці, на свій подив, я побачив власне зображення в різних позах у всіх великих виданнях». Вже значно пізніше, приїхавши додому, український олімпієць зізнається своїм київським товаришам, що причин відмови від олімпійських змагань насправді було дві. По-перше, у Афінах Микола фон Ріттер втратив подарований матір'ю щасливий медальйон і не захотів без нього продовжувати змагання, а другою причиною виявились – відвідини спортсменом презентації продукції грецьких виноробів.

Про цей доленосний для українського олімпійського руху та національної боротьби факт, радянська заполітизована наукова література і спортивна журналістика замовчувала аж до 1991-го року. Статус державної самостійності, дозволив активізувати відновлювальні процеси щодо історичної справедливості у питанні розбудови українськими науковцями, спортивними активістами та олімпійцями сучасної філософсько-гуманістичної концепції – олімпізму. І ім'я Миколи Сергійовича фон Ріттера у цьому списку вписано одним із перших.

Найвідомішими українськими майстрами французької боротьби у кінці XIX-го у першій половині XX-го століть були чемпіони світу – Іван Піддубний (1871–1949) та Іван Фірцак-Кротон (1899–1970), які на аренах цирків піднімали важкі гирі, рвали голіруч товстелезні ланцюги, тримали на «борцівському мотсу» платформи з цілими оркестрами, тощо. Останній виступав під псевдонімом «Іван Сила».

Іван Максимович Піддубний – український спортсмен-борець, шестиразовий чемпіон світу з боротьби, по двічі у Парижі та Мілані, та по одному разу у Франкфурті і Нью-Йорку. Один із найвідоміших світових борців XX-го століття, представник старого козацького роду. У довготривалій спортивній кар'єрі, програв лише одну сутичку французу Раулю ля Буше за рішенням суддів, але глядачі віддали перевагу своєму кумиру – Івану Піддубному. Навіть доживаючи свого віку у російському місті Єйську, борець не цурався своєї національності, всім казав що він українець.

Іван Федорович Фірцак – український борець, боксер, артист цирку. За велику силу глядачі дали йому прізвисько «Кротон», на честь давньогрецького борця, багаторазового Античного олімпійського чемпіона – Мілона з міста Кротона. У 1928-му році був визнаний найсильнішою людиною планети. Деякі силові трюки Івана Фірцака-Кротона досі ніхто не може повторити. У Іспанії, під час кориди, «Іван Сила» голіруч скрутив бика, атлет легко міг посунути дерев'яну хату, тощо.



Іван Піддубний



Іван Фірцік

В Україні, усі напрямки спортивної боротьби, вважаються пріоритетними видами спорту. Такого статусу вона набула завдяки золотим олімпійським здобуткам Якова Пункіна, Івана Богдана, Олександра Колчинського, Олега Кучеренка, В'ячеслава Олійника,

Жана Беленюка (греко-римська боротьба); Бориса Гуревича, Іллі Мате, Ельбруса Тедеева (вільна боротьба) та Ірини Мерлені (Мельник), яка є першою в історії жіночої боротьби олімпійською чемпіонкою. Ця подія сталася на Олімпійських іграх у Афінах 2004-го року, у якій представники спортивних засобів масової інформації розгледіли символічний підтекст. Грецькі Ігри започаткували історію олімпійського руху нового тисячоліття, а українка – олімпійську історію жіночої боротьби.



**В'ячеслав Олійник –
перший в історії незалежної України
олімпійський чемпіон
з греко-римської боротьби**

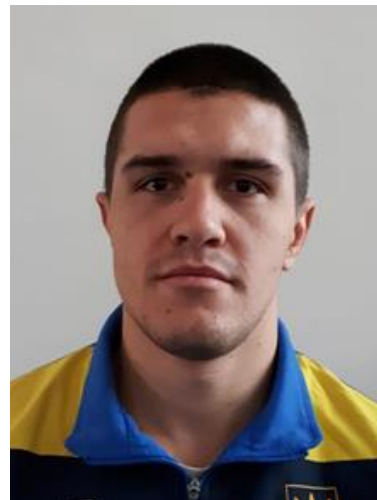


**Ірина Мерлені
(Мельник) – перша в
історії жіночої боротьби
олімпійська чемпіонка**

Вільна та греко-римська боротьба входять до програми Дефлімпійських ігор. Перші змагання, з зазначених видів спорту, пройшли в столиці Фінляндії Гельсінкі 1961-го року. Найвідомішими борцями-паралімпійцями в Україні є срібні призери Дефлімпійських ігор Віталій Бутенко, Роман Яценко, Анатолій Червоненко та Віктор Антипенко.



Роман Яценко



Віктор Антипенко

Спортивна і художня гімнастика

Олімпійські види спорту спортивна і художня гімнастики в добу стародавньої Греції мали спільний шлях історичного розвитку у надрах Античного фізкультурно-оздоровчого комплексу вправ – «гумнастики» (від грец. γυμνάζω – «оголений», «без одягу»), який використовувався у давньогрецькому просвітництві. Антична «гумнастика» – інтегрована система, яка об'єднала три освітні напрямки: «палестрику», «орхестрику» та рухливі ігри.

Назва першого – пов'язана зі словом «палестра» (від грец. *παλαίστρα*), так називали приватні гімнастичні школи з залами для спортивної практики. Фактично, це були заняття фізичною культурою де учні займалися багатоборством – «пентатлоном», куди входили біг («дромос»), стрибки з місця з «альтерами» («галма»), метання спису («аконтисмос») та диску («дискоболія») та боротьба («пале»), окремо кулачним боєм («пігмехія»), панкратієм («ортостаден»), різними видами рухової активності, військовими вправами (метання пращею, фехтування списом та мечем, тощо), сферистикою (ігри з м'ячем у «сферистеріумі»).

«Орхестика» (від грец. *ορχηστική*) – сформувалася із ритуальних танців і тісно пов'язаних з древніми ініціативними обрядами, включала у себе мистецтво рухатися і вправи, що вважалися необхідними для розвитку координації, гнучкості та спритності. Одночасно вона виконувала функції додаткового до «палестрики» навчання та військової підготовки. Є беззаперечна інформація, яка указує на те, що за допомогою духових і ударних музичних інструментів полемархи (воєначальники) керували грецькими фалангами за допомогою «музичних» команд. Бо це було досить ефективно, так як гучний гомін на полі битви інколи не дозволяв командувачу робити це звичайним голосом. Орхестричні заняття проводилися у «мусичних» (музичних) школах, де відвідувачі вивчали вправи з м'ячем, акробатичні елементи, обрядові, театральні і бойові танці. У самих формах танцювальних рухів і їх мотивах відображалися релігійні, племінні, мисливські традиції, а також традиції оточуючих народів. Античні зображення, що збереглися до наших днів, передають лише моменти, а не всю систему орхестричної підготовки, тому на основі цього важко встановити те, що вправи з м'ячем містили у собі елементи командної гри. А можливо ігри були структурною підсистемою орхестричного виховання.



**Антична жіноча гімнастика на мозаїчному зображенні
IV століття, з вілли Романо дель Казале
у місті П'яцца-Армерина, що на Сицилії**

Займатися рухливими іграми з дітьми від 1-го до 7-ми років, входило в обов'язки батьків чи найманих вихователів, якщо фінансові можливості родини це дозволяло. Ігри в Давній Елладі носили прогностичні мілітаристичні завдання – сформувати у дитини здатність переносити військове життя. Опис такої – можна зустріти у Платона (428/427–348/347 роки до н.е.): «... перша дитина лягала додолу, а усі інші зверху. Ведучий мав завдання лупцювати купу із дитячих тіл лозиною. І щоб менше отримати неприємних відчуттів, учасники повинні були залазити якомога нижче під інших. Кому найбільше діставалось ставав ведучим і виконував функції ексекutora покарань...» – розповідає філософ. Інша ігрова розвага проводилася у темному приміщенні. Завчасно визначений ведучий, повинен був спіймати абиякого учасника і вкусити його. Якщо останній зойкнув, або з його вуст пролунав хоча б якийсь звук, то одразу гравці мінялися ролями.

Досить поширеною у старших підлітків була гра з арсеналу палестритів (борців) – «акинетинда». Один з учасників ставав у борцівську стійку і без допомоги рук, мав завдання протистояти дії опонента так, щоб не зрушитись з місця. Як переказує Діодор Сіцилійський (90–30 роки до н.е.), саме так любив розважатись Античний олімпіонік Мілон Кротонський. Атлет намащував бронзовий диск оливковою олією, ставав на нього і просив бажаючих виштовхати борця з кола. Зрозуміло що ніхто не міг у цій забавці перемогти відомого силача.

Покровителем «гумнастики» і просвітництва у Стародавній Елладі був бог Гермес, який опікувався ще і давньогрецької

«агоністикою». До Греції «гумнастика» потрапила з Єгипту, саме гімнастичні (танцювального характеру) вправи під акомпанемент музичних інструментів носили у царстві фараонів церемоніально-релігійні ознаки, були елементом уславлення культу верховних божеств та подвигів монарших осіб. Панегеричні заходи («панегерії» – вшанування культу верховного божества) відбувалися на площах перед центральним входом до храму богів, або заупокійних храмів фараонів. Про це нам розповідають кольорові фрески з Долини царських поховань або Долини брами царів, місця де протягом п'ятисот років ховали фараонів Нового царства (1580–1082 роки до н.е.).



Єгипетська «гумнастика»

Танцювально-акробатичні номери входили до офіційної частини зустрічі фараоном іноземних делегацій, під час яких, підлеглі жерців (останні фактично виступали в ролі хореографів), повинні були продемонструвати естетику та витонченість виконання складно-координаційних рухів. На превеликий жаль, історія не зберегла єгипетський варіант назви комплексу гімнастичних вправ, але до наших днів дійшли матеріальні артефакти, аналізуючи які, ми робимо висновки про рівень гімнастики у Царстві фараонів.



**Храмові танцівниці
Древнього Єгипту**

З появою нової монотеїстичної релігії – християнства, заняття гімнастикою були оголошені поза суспільною мораллю. Демонстрація фізично розвиненої тілесності вважалася блюзнірством по відношенню до розп'яття Ісуса Христа і тому гімнастика була заборонена 393-го року едиктом імператора Феодосія Флавія Великого (347–395) разом з усіма спортивними святами на честь автохтонних богів. Під заборону потрапили і Ігри на відзнаку Зевса в Античній Олімпії.

Зневажливою щодо гімнастики, була релігійна політика духовенства на початку феодальної доби. Інформацію у вигляді окремих абзаців або цитат, про її оздоровчий ефект можна було зустріти тільки у роботах філософів-схоластів Блаженного Боеція (480–525) та Ісидора Севільського (570–636), які вважали, що земну тяготу можна здолати двома шляхами: силою духу, або ж фізичним тілом. Саме останньої норми, можна досягти гімнастичними вправами.



Герхард Фіт



Йоган Гутс-Мутс

У епоху середніх віків феодалізму, ставлення до процесу формування тілесності, змінилося у кращу сторону. Гімнастику включили до курсу фізичної підготовки майбутніх лицарів – шляхетного прошарку населення Європейських країн. До суспільної свідомості, у добу Ренесансу, знання про Античні вправи повернув італійський лікар Ієроніма Меркуріаліс (1530–1606), який у своєму трактаті «Про мистецтво гімнастики», описав вправи та значення «гумнастики» у житті давніх еллінів. Наприкінці XVIII-го початку XIX-го століть у європейському просвітництві превалюють гуманістично-філантропістські ідеї. У навчальних закладах Німеччини, знайшли раціональне підґрунтя для втілення у життя гімнастичні системи Герхарда Ульріха Антона Фіта (1763–1836) та Йоганна Кристофа Фрідріха Гутс-Мутса (1759–1839).

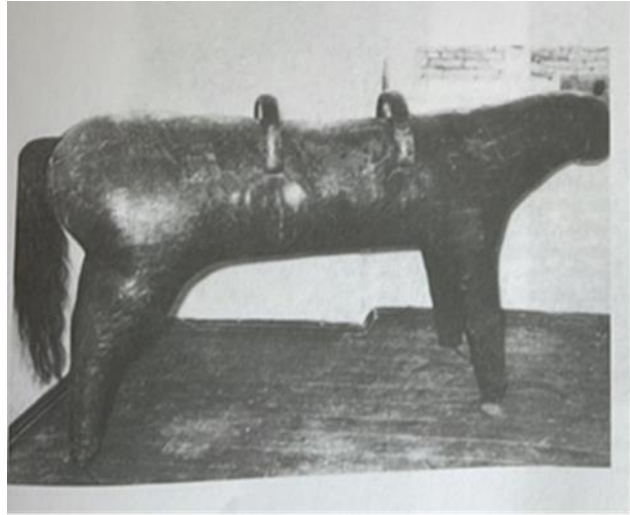
Герхард Фіт є автором двотомного наукового твору «Досвід енциклопедії фізичних вправ», яка вийшла у світ 1794-го року. Це була новаторська наукова робота, в якій автор зробив спробу узагальнити досвід розвитку фізичних вправ попередніх поколінь. Перший том це історичне дослідження, лейтмотивом якого є розповідь про фізичну культуру Античної Греції. Другий – присвячений систематиці, відомих Герхарду Фіту, фізичних вправ. У ньому автор дає визначення фізичним вправам, маючи на увазі «рух і використання сили з метою удосконалення тіла», підкреслюючи систематичність та необхідність багаторазових їх повторень. Науковець поділив всі вправи на пасивні і активні. Активні – пов'язані з простими рухами тіла: ходьба, біг, стрибки, плавання, танці або ті, які відбуваються за допомогою сторонніх предметів – підняття ваги, стрільба, боротьба, фехтування, верхова їзда, тощо. Автор не тільки аналізував вплив фізичних вправ на тіло людини, а й описав техніку їх виконання.

Фундатором німецької гімнастичної школи, історики фізичної культури по праву називають Йогана Гутс-Мутса. Його книга «Гімнастика для юнацтва», яку видрукувано 1793-го року, фактично була навчально-методичним посібником для вчителів фізичної культури XVIII-го та XIX-го століть. Адептами та удосконалювачами німецької гімнастичної системи були – офіцер, педагог і політик, «батько гімнастики» Фрідріх Людвіг Ян (1792–1846) та майстри гімнастики і просвітники Адольф Шпісс (1810–1858) разом з Ернстом Ейзеленом (1772–1846).

Комплекс фізичних вправ Фрідріха Людвіга Яна отримав назву «турнен» (з нім. «обертатися») та складався зі стройових та вправ під час маршу на відкритій місцевості, рухів для подолання різноманітних перешкод, лазіння по канату, акцій на гімнастичних знаряддях та силові вправи. Доречним було б зауважити, що поперечку і паралельні бруси, для своєї гімнастики винайшов Фрідріх Людвіг Ян. Уперше «турнен» був випробуваний у 1811-му році на лузі Хазенхайде поблизу Берліну, де неофіти нового комплексу вправ на свіжому повітрі організували невеличке спортивне містечко. І одразу ж гімнастична система була взята на озброєння німецькою армією. У битві під Лейпцигом 1813-го року, пруська армія зміцнена двома тисячами солдат, підготовлених за системою «турнен», перемогла наполеонівських військовиків. У Гамбурзі 1816-го року створюється гурток любителів гімнастики на свіжому повітрі Фрідріха Людвіга Яна.



Фрідріх Людвіг Ян



**«Гімнастичний кінь» в музеї
Фрідріха Людвіга Яна**

Побоюючись досить швидкого фізичного зміцнення активної частини населення Пруссії, яке могло призвести до повстання, королівським указом Фрідріха Вільгельма III (1770–1840), 1819-го року заборонялося фізичне виховання у всіх навчальних закладах та гімнастичні заняття дорослих на свіжому повітрі. Ця заборона протрималася аж до 1842 року, коли його величність Фрідріх Вільгельм IV (1795–1861) своїм рішенням відмінив дію указу попередника. У зв'язку з цим треба було негайно вирішити проблему викладання фізичної культури у школах Пруссії. І тоді представники королівського уряду, які опікувалися освітою, пішли на прецедентний крок і відновили «турнен» з додаванням до нього швейцарських вправ на свіжому повітрі.

Методику викладання гімнастики у навчальних закладах Пруссії на основі німецької, удосконалив та впровадив у навчальний процес швейцарський гімнаст і педагог Адольф Шпісс. Його комплекс гімнастичних вправ був представлений: розминкою, ходьбою, бігом, акіями з подолання перешкод, вправи на гімнастичних знаряддях, на розтягування та рівновагу, тощо. Методологію своєї педагогічної думки фахівець виклав у роботі «Вчення про турненське мистецтво», яка була видрукувана у Базелі 1840-го року.

Автором інноваційних підходів щодо викладання фізичної культури на основі гімнастики був інший представник німецького просвітництва – Ернст Ейзелен. Останній, до гімнастичної системи Адольфа Шпісса, додав руханку на свіжому повітрі з різноманітними гімнастичними приладами, виси на поперечці, лазіння на канат та вправи на гнучкість, координацію та статику. У такому варіанті,

німецько-швейцарська гімнастика підійшла і для військового вишколу солдат армій центральної Європи. Тому у навчально-методичних публікаціях про історію фізичну культуру ми зустрічаємо назву німецької гімнастики, як «система Яна-Ейзелена-Шпісса». Німецько-швейцарська фізкультурно-оздоровча концепція виховувала майбутніх філантропів – генерацію готову до самостійного життя.



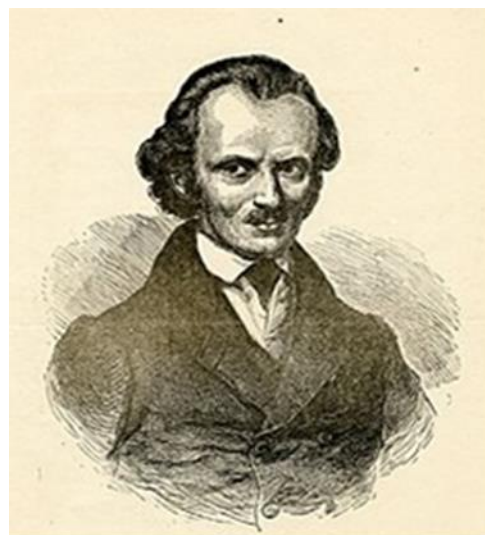
Гімнастика Йогана Гутс-Мутса



Гімнастика Фрідріха Яна



Адольф Шпісс



Ернст Ейзелен

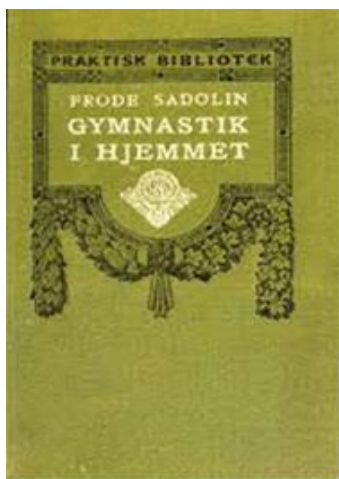
Паралельно з Німеччиною, гімнастичні системи починають розвиваються на теренах усього Європейського континенту. У Франції та Іспанії завдяки просвітницьким зусиллям Франсіско Амороса (1770–1848), у Данії – пропагандистом гімнастики був

Франц Нахтегаль (1777–1847), у Швеції – Пер Генрік Лінг (1776–1839) та його син Ялмар Лінг (1799–1881).

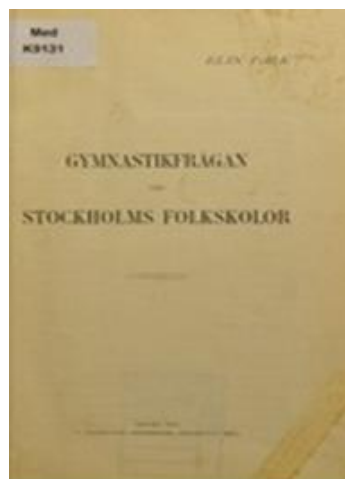


Гімнастика середини ХІХ століття французька (ліворуч) та шведська (праворуч)

У кінці ХІХ-го першій половині ХХ-го століть ініціаторами впровадження гімнастики у освітню систему європейських навчальних закладів були данський лікар Фроде Садолін (1866–1951) та Елін Фальк (1872–1942). Перший – інноваційні думки щодо діалектики шкільної гімнастики виклав у науковій публікації «Гімнастика і діти»; друга – у книзі «Спортивна гімнастика від Стокгольмського фольклору». Елін Фальк була відомою у Швеції спортсменкою і мала магістерську ступінь з гімнастики. Поєднавши багаторічний спортивний досвід з колоритом національних фізичних вправ і систем, новаторка розробила власну гімнастичну систему адаптовану до скандинавської педагогіки. Вправи її шкільної гімнастики були раціональні, регламентовані та дозовані стосовно вікових особливостей учнівського контингенту.



**Фроде Садолін
«Гімнастика і діти»**



**Елін Фальк «Спортивна гімнастика від
Стокгольмського фольклору»**

На сьогодні, гімнастика у світі має перманентні і стабільні перспективи розвитку, вона представлена традиційною – спортивною та новими напрямками, які з'явилися у кінці ХІХ-го протягом ХХ-го століть: художньою, ритмічною, акробатичною. Спортивна гімнастика має олімпійську прописку від перших Ігор в Афінах 1896-го року. На яких феноменально виступила німецька збірна на чолі з її лідером Карлом Шуманом, котрий здобув три золоті нагороди у командних виступах на брусах та поперечці, у опорному стрибку і четверту – у боротьбі. Триразовими олімпійськими чемпіонами у цій збірній стали Альфред Флатов (золоті медалі у командних змаганнях на брусах і поперечці та за особистий виступ на брусах) і Герман Вайнгертнер (золоті медалі у командних змаганнях на брусах і поперечині та за особистий виступ на поперечці).



Герман Вайнгертнер



Альфред Флатов

Спортивна гімнастика – вид спорту який популярний як у чоловіків, так і у жінок. Гімнастичні змагання у чоловіків – включають в себе особисті (індивідуальні і у багатоборстві) та командні змагання у наступних випробовуваннях: вільні вправи, вправи на коні, кільцях, паралельних брусах, поперечці та в опорному стрибку. Переможці змагань визначаються на окремих знаряддях, а також у багатоборстві та у командному заліку. У жіночій спортивній гімнастиці розігруються шість комплектів нагород: індивідуальне багатоборство, командна першість та особисті змагання у окремих вправах. До програми жіночого багатоборства входять наступні впробовування: опорний стрибок, вправи на різновисоких брусах, на колоді та вільні вправи. Виступи гімнастів оцінюють, залежно від рівня змагань, від 6-ти до 9-ти суддів у кожному випробовуванні. Два або чотири судді оцінюють

складність вправ, а інші п'ять – техніку та якість їх виконання.

Найвідомішими олімпійцями у спортивній гімнастиці в Україні є Борис Шахлін, Віктор Чукарін, Богдан Макуц, Ігор Коробчинський, Рустам Шаріпов, Ніна Бочарова (володарка першої золотої олімпійської нагороди для України), Лариса Латиніна, Лілія Подкопаєва, Тетяна Гуцу та ін.



**Чоловіча гімнастика
(вправа на кільцях)**



**Жіноча гімнастика
(вправа на колоді)**

Художня гімнастика – порівняно молодий олімпійський вид спорту виключно для жінок (Міжнародний Олімпійський Комітет ще не визнав міжнародні змагання з цього виду спорту у чоловіків), складно-координаційні вправи що поєднали елементи хореографії та гімнастики, які виконуються під музичний супровід. Художня гімнастика поділяється на індивідуальні та групові вправи з п'ятьма предметами: м'ячем, скакалкою, булавами, обручем та стрічкою. Олімпійська історія художньої гімнастики розпочинається у Лос-Анджелесі 1894-го року. Першою чемпіонкою літньої Олімпіади у «естетичному виді спорту» стала канадійка Лора Фанг.

Вагомим внеском у становлення художньої гімнастики були наукові розробки Жоржа Деміні (1850–1917) – автора системи фізичних вправ для дівчат на основі особливостей фізіології та анатомії їх тілобудови. До жіночої гімнастики, педагог висував більшою мірою естетичні вимоги, а ніж фізичні. Науковий доробок Жоржа Деміні, є одним із найкращих у плані теоретизації процесу фізичної підготовки у спортивній науці.

Трохи раніше, естетичну сторону гімнастики вивчав французький педагог Франсуа Дельсарт (1811–1871), який досліджуючи драматичне мистецтво, дійшов висновку, що кожна турбота людини супроводжується невідповідністю конкретиці рухів її тіла. В кінці кінців педагог-новатор створює власний гімнастичний напрямок «граматику художнього жесту». Пізніше

його гімнастика виразних та естетичних рухів почала використовуватися у фізичній культурі, а у спорті – стала підґрунтям для розвитку художньої гімнастики.



Фрасуа Дельсарт



Еміль Жак Далькроз

У цей же час значний вклад у розвиток художньої гімнастики здійснив професор Женевської консерваторії Еміль Жак Далькроз (1865–1914). Для якнайкращого відчуття ритму у своїх учнів, він розробив систему фізичних вправ, за допомогою яких досяг повної адекватності фізичних рухів і ритмічних імпульсів. Свої вправи Еміль Жак Далькроз систематизував за трьома групами: ритмічні рухи, вправи для тренування слуху та імпровізовані рухи. Методика автора полягала у вивченні рухів від простих до складних. А у 1910-му році Еміль Жак Далькроз вперше застосував термін «ритмічна гімнастика», відкривши поблизу Дрездена однойменну школу. Згодом такі заклади з'являться у Швеції, Британії, Угорщині, Іспанії і за Атлантичним океаном – у Сполучених Штатах Америки.



«Ритмічна гімнастика» Еміля Жака Далькроза

В Україні та в усьому світі досить відомою є школа художньої гімнастики «Заслуженого працівника фізичної культури і спорту», «Заслуженого тренера України» – Альбіни Дерюгіної (1932–2023). Зараз сімейну справу продовжує донька тренеркині – Ірина Дерюгіна. Школу, в різні роки, закінчила плеяда видатних майсяринь «естетичної гімнастики» – олімпійська чемпіонка Олександра Тимошенко та призерки Ігор літніх Олімпіад – Оксана Скалдіна, Ганна Безсонова, Ганна Різатдінова, яка теж має власну гімнастичну школу.



**Альбіна Дерюгіна
(1932–2023)**



Олександра Тимошенко

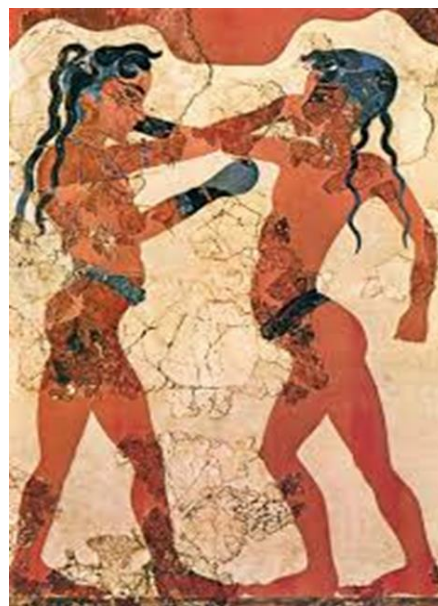
Бокс – спорт кулачних бійців

Традиція демонстрації фізичної переваги у спосіб двобою, існувала ще задовго до появи перших протоцивілізацій. Пізні австралопітеки півтора мільйони років тому, кулаками готові були захищати свої мисливські угіддя та своє соціальне угруповання. Пізні неандертальці та ранні кроманьйонці європейського континенту, тридцять тисяч років потому у такий спосіб обирали ватажка, який повинен був дбати про свій рід. Згодом у народів перших цивілізацій Межиріччя, кулачний бій набуває рис ритуальності і стає ініціативним і культовим заходом. Поєдинки молодих юнаків давали можливість визначити дійсно гідного для отримання статусу воїна і чоловіка у своєму суспільстві. Під час релігійних церемоній, переможці кулачних поєдинків прославляючи божества, намагалися і самі наблизитися до небожителів,

випросити у них прощення за порушення норм канонічних законів, або ж отримати звичайне їхнє благословення.

Перше зображення кулачних бійців, за енциклопедичною інформацією, було зроблено стародавніми представниками першої цивілізації – шумерами. Це наскальний малюнок, датований III-м тисячоліттям до н.е., на якому археологи помітили фігури двох чоловіків, що голіруч протистоять один одному. Більш естетичнішими вже виглядали давньоєгипетські барельєфи та фрески царських усипальниць II-го тисячоліття до н.е., де можна вирізнити бійців і глядачів. Бої голіруч були частиною не тільки фізичної культури населення Древнього царства Нілу, вони були частиною релігійних заходів уславлення єгипетських божеств, демонстрацією відваги атлетів, були частиною офіційних прийомів у фараонів. Кулачні бійці були навіть бодігардами царствених осіб. З двобою голими кулаками, походилися міжнародні змагання між представниками країн Північної Африки – Єгипту, Нубії та Лівії. Солдати армії фараонів, під час тривалих військових походів, щоб згаяти час та підтримати бойовий дух молодих рекрутів, увечері розпалювали яскраве багаття, сідали навколо нього колом, обирали двох юнаків для кулачного поєдинку. Бійцівське одноборство було популярне і далеко за межами Середземноморського регіону. Матеріальні артефакти указують на існування кулачного бою на території Азії. Відомими майстрами бою голіруч у III-му – I-му тисячолітті до н.е. були джирофтські атлети (культура Джирофт, сформувалась на межі впливів Шумеро-Вавилонської та Індо-Хараппської цивілізацій). Згадки про кулачні бої епічних героїв можна зустріти у давніх індійських текстах – «Вед», «Рамаяні» та «Махабхарати».

Фреска «кулачні бійці» із царського палацу на острові Санторіні III-є тисячоліття до н.е.



Офіційно встановлено, що з Вавилону, де бої були невід'ємною частиною ігор на честь бога Мардука, поєдинки голіруч розповсюдились і на територію островів східної частини Середземного моря. Це підтверджує інформація, яка дійшла до наших днів, та датована епохою Крито-мікенської (мінойської) цивілізації, яка зародилась на островах, зазначеного вище моря. До сьогодні збереглася фреска з царського палацу острова Санторіні, де зображено двох кулачних бійців. У древньому «боксі» дозволялось наносити удари лише однією рукою (атакуючою) інша вика ристувалась для захисних блокувань акцій суперника. Як бачимо на малюнку, руки бійців захищені шкіряною стрічкою, що носила назву «мейлехай» і виготовлялася з шкіри бика та вимочувалась багато місяців у оливковій олії. Після чого шкіряний пасок ставав еластичним і використовувався для захисту і упередження травм кісточок кисті атакуючої руки.

В Античній Греції, яка була послідовницею Крито-мікенської цивілізації, зародження кулачного бою («пігмехії»), пов'язують з ім'ям славнозвісного Геракла, який віродив занедбані свого часу Ігри на честь батька бога Зевса у Олімпії. Саме дорієць є автором правил кулачних поєдинків, якими користувалися довгий час організатори Античних олімпійських ігор. Геракл був чемпіоном у кулачному бої в Олімпії і передав свою майстерність послідовнику, теж переможцю Ігор на честь Зевса, одному з братів Діаскурів – Полідевку. Давньогрецький епос про похід аргонавтів, досить детально описує герць між Полідевком і царем бебриків, сином Посейдона – Аміком. Під час двобою, Полідевк наніс удар сину бога у скроню такої сили, що проломив тому череп і отримав перемогу. Хоча Амік був досить міцним у фізичному сенсі. Перемогою відзначився Полідевк і під час поховальних змагань на честь царя Пелея, коли аргонавти повернулися з золотим руном до грецького міста – Іолку



Кулачні бійці – чорно фігурний вазопис на грецькій амфорі

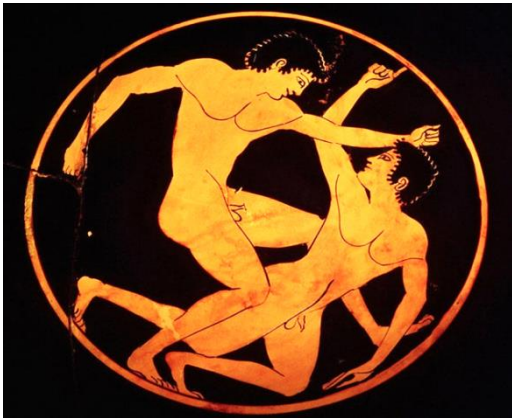
Про давньогрецький «бокс», у Гомерівську добу (XII–IX століття до н.е.), ми дізнаємося з двадцять третьої пісні «Іліади», у якій розповідається про славетного кулачного бійця Нестора, який перемагав ще на поховальних іграх епейського царя Амарінкея та докладно описується кулачна борня між Епеєм сином Панопея і Евріалом нащадком Талайоніда на ритуальних змаганнях з нагоди вшанування пам'яті Патрокла, учасника Троянської війни, який загинув від руки Гектора. Останній був чемпіоном у цьому двоборстві на поховальних іграх кадмейського царя Едіпа: «...бійці на середину вийшли обидва. І, замахнувшись руками потужними, враз один з одним люто зчепились. Лиш руки важкі замелькали в повітрі, щелепів скрегіт страшенний лунав, з їх тіл ручаями піт опливав. Коли раптом Епей налетів богосвітлий, вдарив в щоку Евріала, як той озирнувся. І не встояв він на ногах – цілим тілом лиснючим умить надломився. Наче з поривом Бореєвим з моря виплигує риба в трави на березі, темна ж і там покрива її хвиля. Так Евріал від удару підскочив. Його підхопивши, великодушний підтримав Епей. В оточенні друзів, що повели Евріала, він ледь волочив свої ноги, згустками крові плював, голова йому набік звисала. Поміж своїми його, непритомного зовсім, поклали...».

По-справжньому кулачний бій став спортивним єдиноборством за періоду розквіту давньогрецької «агоністики». Ономастос з міста Смірна – став першим в історії олімпійським переможцем у кулачному двобої, на двадцять третіх Олімпійських іграх 688-го року до н.е., тоді, коли було додано цей вид спорту до програми змагань на честь Зевса. Згідно з давніми істориками, Ономастос вважається не лише першим олімпійським чемпіоном з двобою, а й автором правил давньогрецького випробування.

Іншим відомим олімпіоніком був Меланкомас – давньогрецький майстер кулачного бою з міста Карії, переможець 207-х Олімпійських ігор, що проходили у 49-му році. Про кулачного бійця ми дізнаємось з робіт, історика Діона «Золотоуста» (40–120), в яких автор описує Меланкомаса як ідеальну людину і спортсмена. Діон звертає увагу читачів на атлетизм спортсмена, гарний зовнішній вигляд і хоробре серце. Що стосується кулачного бою, історик стверджує, що давньогрецький спортсмен мав унікальний стиль, який дозволяв повністю уникав ударів суперників.

Змагалися у борні голіруч в Античних Олімпіадах і царствені особи. Вараздат – цар Великої Вірменії у період з 374-го по 378-й роки, незадовго до початку свого правління брав участь у іграх в грецькій Олімпії. Із записів відомого середньовічного історика

Мовсеса Хоренаці (410–490) – автора «Історії Вірменії», стало відомо, що Вараздат став переможцем Олімпійських ігор у турнірі кулачних бійців. А в «Хронологікумі Олімпійських, Піфійських, Істмійських та Немейських ігор» Вільяма Гулієльмума Ллойда (1627–1717) на цю тему є більш детальна інформація, яка указує на те, що ця подія сталася 385-го року під час ігор 291-ї Олімпіади. А вже за вісім років, імператор Феодосій Флавій Великий (347–395) підпише Міланський едикт яким заборонить проводити ігри у Олімпії на честь автохтонних богів. Так як в Римській імперії, куди входила Греція, віра була вже в єдиного спасителя Ісуса Христа.



Ономастос (зліва) та Меланкомас (справа) червонофігурний вазопис

За доби правління Риму, кулачний бій не втратив своєї актуальності. Голіруч дужалися атлети на аренах амфітеатрів, на сценах мандрівних цирків, або просто заради того, щоб захистити власну гідність. Ці факти підтверджує скульптура кулачного бійця – доби еллінізму (період завоювання Греції Македонією), римську репліку якої було знайдено на схилі пагорба Квірінал в останній третині XIX-го століття. Це майстерно вилита фігура немолодого професійного атлета, який заробляє на життя кулачними боями. Античний творець, у найдрібніших деталях передає анатомію атлета й риси його обличчя. Боець відпочиває після поєдинку. Він стомлено й навіть байдуже дивиться в бік арени, де напевно, готується до виступу його черговий суперник. Ніс, вилиці, вуха й чоло атлета в кривавих ранах, оскільки в Античній практиці кулачного бою основною мішенню було обличчя. На чоловікові немає одягу – лише пов'язка на стегнах. Кисті рук захищають намотані кілька разів смужки грубої шкіри, а передпліччя охоплюють хутрянні манжети. Статуя кулачного бійця бронзова, а губи, рани й рубці на обличчі вкриті міддю. З «червоного» металу були виконані краплі

крові на правому плечі, передпліччі та стегні. Камінь, на якому сидить атлет, – сучасна копія, що імітує античний оригінал.



«Кулачний боєць», автором скульптури міг бути відомий архітектор – Аполлоній

«Боксерські рукавички», періоду римських завоювань, були знайдені британськими археологами на півночі Англії, влітку минулого року під час розкопок руїн Античного табору римських легіонерів. Але точніше кажучи рукавички для кулачних боїв, які римляни називали «пугілатусом». Римські солдати – обов'язково повинні були володіти якимось видом одноборства, так як досить часто легіонерам це зберігало життя під час військових кампаній. У стародавні часи, зброя була недосконалою, від тривалого використання ставала непридатною, навіть при систематичному догляді за нею. Тому, доволі часто на полі битви, римляни приміняли майстерність рукопашу. Кожної неділі, до обов'язків солдат, входив вишкіл техніки боротьби і кулачного двобою. Особливо за цими тренуваннями молодих легіонерів, слідували досвідчені воїни, так як саме новобранці очолювали перші дві шеренги римської фаланги, позаду яких йшли ветерани. Протекцію для «пугілатусу», вчені називали «прадавними рукавичками римського боксера», хоча за формою вони більше нагадують сучасні обладунки для змішаних єдиноборств. Археологи датували знахідку 120-м роком нашої ери. І науковцям дійсно повезло, так як шкіра швидко розкладається в землі, але бетонна підлога солдатського барачу зберегла рукавички від впливу вологи і кисню, що надало можливість досконально вивчити їх. Кулачні бої у римлян проводилися без ранжування учасників на вагові категорії і без обмеження часу на герць. Билися до повного знесилення обох учасників, до «нокауту» – повного фізичного домінування одного із супротивників над опонентом або до його відмови продовжувати двобій. Змагання з кулачного бою влаштовувалися у вихідні дні на ярмарках і фестивалях не тільки в Римській метрополії, а і далеко за

межами Вічного міста, тому професійні бійці проводили все життя фактично на колесах. Особливою популярністю кулачні бої користувалися на Півдні імперії: в Греції, Туреччині, Сирії, Єгипті. «Швидше за все, звідти легіонер привіз рукавички для тренувань на нове місце дислокації – в Англію» – говорять британські науковці.

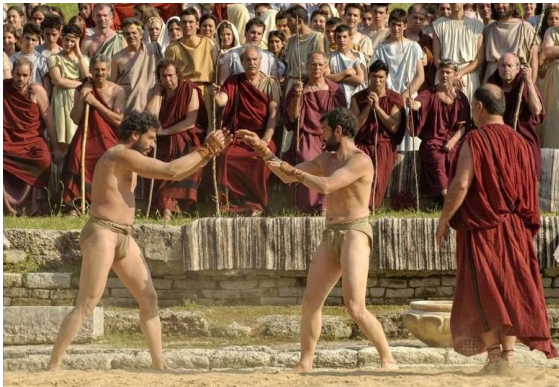
Знавець історії бойових мистецтв – Олексій Мандзяк, взагалі пропонує систематизувати історію Античної кулачної борні за діалектикою модифікації «боксерських рукавичок»:

- з XII-го по VIII-ме століття до н.е. – період коли бійці в якості протекції для кісточок кисті використовували шкіряну стрічку довжиною три з половиною метри, вимочену в оливковій олій для кращої еластичності, яка носила назву «мейлихай». Намотувати «мейলেখай» розпочинали зі з'єднаних чотирьох пальців і рухалися у напрямку середини передпліччя;
- з VIII-го по III-тє століття до н.е. – період «сфайраю» або «сфери», конструкція якої була представлена товстим шкіряним кільцем, товщиною два з половиною сантиметри, всередину якого вставлялося інше – з овечої шкіри з вовною (призначення останнього – захист суглобів пальців) і ремінців, якими прикріплялась до руки головна частина «боксерської рукавички». «Сфайрай» ми бачимо на бронзовій скульптурній композиції «Кулачний боець»;
- з III-го століття до н.е. по IV століття н.е. – період «цести», римської «боксерської рукавички» для «пугілатуса», яку знайшли археологи в Англії. Її конструкція максимально захищала кулаки бійця за рахунок шкіряних ємностей набитих вовною або кінським волоссям. Такі атрибути використовували спортсмени до підписання едикту 393-го року про заборону усіх небогоугодних змагань.



Знайдені в Англії римські рукавички для кулачних боїв (угорі) та сучасна реконструкція римського майстра кулачного рукопашу

Але до указаної дати, гладіаторські арени та глядачі арфі-театрів, ще півтора століття будуть бачити майстрів кулачної борні. Це будуть жорстокі поєдинки гладіаторів, «цести» яких будуть мати спеціальні пустоти, в які вставлялися свинцеві або залізні вкладки для забезпечення видовищності на втіху кровожерливого натовпу глядачів.



**«Пугілатус» рабовласницької доби (зліва)
та початку епохи феодалізму (справа)**

В епоху Середньовіччя, кулачні бої не зникли, а процвітали у великих містах. Голими кулаками билися молоді юнаки на релігійні або ж свята перед початком сезону польових робіт, розважаючи представників старшого покоління. До програми лицарських турнірів входили групові і індивідуальні поєдинки без зброї, тому аристократи теж були вправними бійцями. Проводилися нелегальні змагання де сміливці могли заробити грошей, особливо у портових містах. Матроси, котрі поверталися з морського походу, досить швидко тратили свою зарплатню і щоб заробити щось на питво, дужалися голіруч з іншими, бажаючими теж швидко збагатитися. Майже у всіх великих європейських містах починають оформлюватися місцеві неофіційні правила кулачних боїв.

Серед незаможних верств населення більшості Середньовічних країн світу, кулачні бої були дуже популярними ще з глибокої давнини. Дрались майже всі, в містах вулиця на вулицю, район на район, село на село, навіть мешканці одного селища виясняли стосунки між собою в такий спосіб. Дралися в день і в ночі, на святах, на турнірах і на весіллях. Так, здавна у жителів міст Турен та Пуату (Франція) під час одруження молодих людей, їх учасники нагороджують один одного стусанами, окрім молодят. І ніякої образи не повинно бути, бо такі стусани освячені традиціями народу. Особливого піднесення вуличні битви набули у XIV-му – XV-му століттях. Карний суд французького міста Фуа з населенням

трохи більше трьох тисяч мешканців у 1401-му році, за дев'ять місяців, розглянув 49-ть справ про побиття та нанесення тілесних ушкоджень. Кількість смертельних випадків під час вуличних бійок не враховано, бо їх розглядав королівський суд. В більшості населених пунктів Франції в середні віки звичай вирішувати конфлікти за допомогою бійок увійшли в традицію настільки актуально, що в деяких містах і селах вони трансформувались у своєрідні змагання. Кожного року, в один і той же день, у завчасно визначеному місті сходилось молодики двох прилеглих міст чи сіл і дужались, аж доки одна із команд учасниць не почне втікати.

Римський «пугілатус» теж знайшов свою другу «батьківщину» у Італійській провінції Тоскана. У Флоренції та інших містах регіону майстри кулачного бою мали доволі високу популярність. Майстром «пугілатусу» був відомий художник Мікеланджело Меріза да Караваджо (1571–1610). Коли митець не знаходив вербальних методів, щоб довести свою точку зору, тоді останнім аргументом були його міцні руки.



**Мікеланджело Меріза да
Караваджо**

Був в Італії і інший варіант поєдинків один на один голіруч, коли бійці почергово наносили удари один одному, при цьому учасникам двобою заборонялося сходити з місця. Хто першим порушав норму, той вважався переможеним.

На теренах Туманного Альбіону (так Британські острови називав грецький науковець Птолемей (100–170) кулачний бій отримав свою сучасну назву – «бокс». В Англії у 1681-го року відбувся перший боксерський матч. Його організував Крістофер Монк II-й герцог Альбермаль (1653–1688). А з 1698-го року в Лондоні почали проводитися регулярні змагання. Столиця Британського королівства стала центром боксу, куди почали з'їжджатися боксери з усієї країни. Герці (поєдинки) відбувалися

здебільшого просто неба, без рукавичок і без правил. Матч закінчувався, коли боксер уже не міг продовжувати змагання. Зазвичай після падіння суперника на землю бій зупинявся.

Одним із перших британських чемпіонів був Джеймс Фігг (1695–1734), якого було проголошено чемпіоном 1719-го року. Він зберігав цей титул протягом 15-ти років. Після отримання чемпіонського титулу боксер відкрив «Академію боксу Джеймса Фігга» і почав навчати охочих мистецтву кулачного бою.



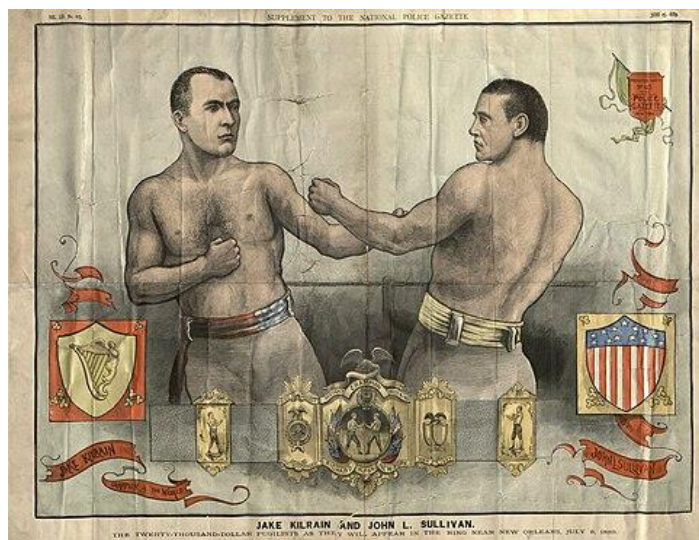
Джеймс Фігг



Джек Бротон

У 1732-му році один із його учнів – Джон «Джек» Бротон (1704–1789) склав перші правила боксу на основі лондонських «правил бійки», згідно з якими, удари можна було наносити голою рукою, або у рукавичці із кінської шкіри, головою, приміняти різні підсічки і не бити суперника нижче пояса та ногами. Після того, як суперник опинявся на землі і не зміг піднятися протягом 30-ти секунд, бій мав зупинитися. Останній бій голими кулаками пройшов 8-го липня 1889-го року між американськими боксерами Джоном Салліваном і Джейком Кілрейном.

**Афіша останнього бою
голими кулаками між
Джоном Салліваном і
Джейком Кілрейном**



Зараз змагання з боксу проводяться за міжнародними засадами, всередині спеціального майданчику (в ринзі), обмеженому канатами. За перебігом подій на ринзі дивиться рефері, а суддівська колегія із трьох осіб визначають переможця поєдинку. Сучасний бокс існує у професійному (поєдинок триває дванадцять раундів по 3-ри хвилини) і любительському варіантах (три періоди по 3-ри хвилини), які освоїли і жінки. Любительський – входить до програми Олімпійських ігор. Спортсмени-професіонали змагаються у 17-ти вагових категоріях, любителі – у 10-ти.

Зараз в усьому світі відомі імена професійних боксерів з України, які нещодавно здобували перемоги на олімпійських рингах – братів Віталія і Володимира Кличків, Василя Ломаченка, Олександра Усика, Сергія Дерев'янченка, Артема Далак'яна, Олександра Гвоздика, Віктора Постола, Івана Редкача, Дениса Беринчика, Сергія Богачука, Тараса Шелестюка, Карена Чухаджяна та ін.



Абсолютний чемпіон світу у важкій вазі Олександр Усик



Василь Ломаченко – чемпіон світу за версіями IBF та IBO

У професійному боксі чемпіонські пояси розігруються за чотирма версіями:

- IBF (*International Boxing Federation*) – міжнародна боксерська федерація;
- WBA (*World Boxing Association*) – всесвітня боксерська асоціація;
- WBO (*World Boxing Organization*) – всесвітня боксерська організація;
- WBC (*World Boxing Council*) – всесвітня боксерська рада.

Боксер, який об'єднує одразу хоча б три пояси, вважається абсолютним чемпіоном світу. У двобої з британцем Тайсоном Ф'юрі, який відбувся 19-го травня 2024-го року, українець Олександр Усик

виграв усі чотири пояси визнаних версій і став абсолютним чемпіоном у абсолютній ваговій категорії. Не відстають від майстрів шкіряної рукавички і українські жінки. Першою українською чемпіонкою у професійному боксі стала Аліна Шатерникова – віце-президентка Ліги професійного боксу України.

Спорт мушкетерів – фехтування

Цілі покоління в усьому світі, не виключення і теперішня генерація, читають авантюристично-романтичні романи Алєксандра Дюма про видатних майстрів володіючих шпагою, мушкетерів його величності короля Франції Людовіка XIV – Атоса, Портоса, Араміса та Д'артаньяна. І це не є випадковістю, саме французькі майстри фехтування були законодавцями моди у XVI-му – XVII-му століттях. Шпага – рубляче-колюча клиновидна холодна зброя, з загостреним з обох боків клинком. Вперше була винайдена італійськими солдатами у XV-му столітті, а популярність отримала у мушкетерів Франції, саме у цій країні шпага вказувала на належність її володаря до аристократичного прошарку.

Батьківщиною фехтування прийнято вважати Іспанію. Саме тут зародилося схоже на сучасне мистецтво володіння шпагою і рапірою. В Іспанії виробляли знамениті на весь світ толедські клинки (назва походить від томоніма, у якому вони виготовлялась – Толедо), які, будучи дуже легкими, мали відмінні характеристики. Саме в цій країні, а пізніше і у всій Європі зародилися дуелі з використанням холодної зброї. Вважається, що в Іспанії були видані перші книги, в яких розглядалися особливості фехтування. Чоловіки любили битися холодною зброєю, а жінки освоїли однокористування набагато пізніше. З часом у країні з'явилася перша школа яка вчила курсантів вправно володіти фехтувальною зброєю. Не відставали від іспанців – Італійці, Французи і Німці. В 1470-х роках в Німеччині заснували корпорацію викладачів фехтування, а в Англії – асоціацію фехтувальників. До початку XVIII-го століття з'явилося кілька загальносвітових шкіл, в яких вивчали майстерність володіння цією зброєю. Головними з них були французька та італійська школа фехтування. Саме вони подарували світу відомі руків'я для клинкової зброї. У XIX-му столітті почалося формування спортивного фехтування. А до кінця цього століття були організовані перші змагання, у сучасному їх трактуванні. у 1913-му році була створена Міжнародна федерація фехтування, яка

в 1914-му – затвердила правила матчового поєдинку. За цими правилами змагаються спортсмени й досі. На сьогоднішній день Міжнародна федерація фехтування включає в себе більше сотні національних федерацій.

Але історичні факти указують на те, що уміння використовувати рубляче-ріжучу холодну зброю люди почали на початку бронзової доби, коли зі сплаву міді та олова почали виготовляти, серповидні мечі – «махайри», «фалькати», «хопеші», ножі та кинджали.



Спартанська махайра



Єгипетський хопеш

Вміння вправно володіти холодною зброєю відіграло майже головне значення під час військових кампаній Стародавньої епохи. Від вправного володіння мечем, напряду залежало життя учасників бойових походів. У далекому минулому за допомогою холодної зброї вирішувались усі питання – політичні, економічні, соціальні тощо. Меч був атрибутом чоловіка, його дарували, його цінували як божественний предмет, батьки дарували його синам і наказували берегти, так як меч повинен був забезпечити майбутнє нащадка.

Зараз важко констатувати, де вперше з'явилась демонстрація вишколу володіння холодною зброєю. За довго до появи бронзової зброї, першим знаряддям для захисту власного життя та своєї території, на думку істориків і археологів, була звичайна палиця. З

розвитком когнітивних можливостей наших давніх пращурів, до верхів'я палиці було додано обтяжувальний елемент – звичайний камінь, що збільшило вбивчі можливості такої зброї. Саме такими булавами армія міфічного фараона Нармера у кінці IV-го тисячоліття до н.е. об'єднала корони Верхнього і Нижнього Єгипту у єдину централізовану державу.



Протистояння єгипетських і нубійських фехтувальників

Найдавнішу матеріальну інформацію про фехтування, як змагальний вид, ми можемо знайти у гробницях єгипетських фараонів Нового царства, для яких бої на палицях стають улюбленою придворною розвагою і демонстрацією їх величі та могутності перед іноземними послами, завойованих держав. Особливо це стосувалася делегацій з Нубії, щоб запобігти невдоволенню і стихійним повстанням населення цієї країни. Саме такою є сюжетна лінія малюнків на стіні усипальниці фараона і верховного жерця бога Атона – Меріри I, який правив країною пірамід у 2235-х – 2229-х роках до н.е. На рельєфному зображенні єгипетські фехтувальники перемагають нубійських майстрів. Фактично, цей артефакт, розповідає про найстаріші міжнародні змагання.

У Єгипті, армія фараона XIX-ї династії, який розширив межі імперії до найбільших – Рамзеса II (1279–1213 роки до н.е.), удосконалювала майстерність бою з холодною зброєю використовуючи звичайні палиці, так як бойова зброя з бронзи досить швидко втрачала головну властивість – гостроту.

Йшли роки, удосконалювалась металургійна галузь, зброя ставала все досконалішою її виробляли у великій кількості, тому згодом палиці, булави та бронзові мечі змінила холодна зброя зі сталі. Вправно володіли «ксіфосами» на полі бою грецькі гопліти

(назва еллінських солдат походить від великого круглого щита – гопліта), «гладіусами» – римські легіонери. Від назви римської холодної зброї отримали ім'я воїни-раби – «гладіатори», які на аренах амфітеатрів розважали патриціїв Вічного міста.



Грецький ксіфос



Римський гладіус

В епоху Середньовіччя, майстерність володіння мечем, входило у лицарську просвітницьку систему. Перші методологічні трактати про фехтування Пізнього феодального періоду належать Хансу Тальхофферу (до 1420-го – 1470-й чи 1490-й) – німецькому фахівцю фехтування (від нім. *fechtmeister*), який служив «майстром зброї» у швабського лицаря Лойтольда фон Кьонігзегге, васалу графа Еберхарда Бородатого. Ханс Тальхоффер – автор принаймні шести трактатів з фехтування, у яких розглядалися різні методи бою зі зброєю, рукопашного та верхи на коні.



Ханс Тальхоффер

У документах він уперше згадується 1433-го року, як представник архієпископа Зальцбурзького Йоганна Рейсберга. У наступному 1434-му – зазнав арешту у справі нюрнберзького аристократа Якоба Ауера, звинуваченого в братовбивстві, але,

ймовірно, був виправданий і звільнений, завдяки заступництву свого пана. У 1437-му році Ханс Тальхоффер згадується як службовець канцелярії в Хоенбурзі, а на початку 1440-х років стає відомим як майстер фехтування. Свій перший рукопис «*Talhoffer Fechtbuch*» (з нім. «Підручник фехтування Тальхоффера») написав близько 1443-го року, мабуть, для особистих потреб. Значну частину підручника, замість тексту представлено наочним матеріалом, що складається з ілюстрацій, які передають бойові і тренувальні пози, приватні, турнірні і судові поєдинки та формують досить точне уявлення про способи поводження з різною зброєю, які існували в його часи. У 1459-му створює нову розширену версію свого трактату, що зберігся в рукописі з Копенгагену. Він продовжував викладати фехтування в 1460-ті та 1470-ті роки, а в 1467-му створив свій останній трактат «Посібник із фехтування на 1467-й рік» (нім. «*Fechtbuch aus dem Jahre 1467*»), призначений для графа Еберхарда Вюртемберського, який заплатив Хансу Тальхофферу десять гульденів та за домовленістю, міру вівса і жита. Хоча лицарського звання Ханс Тальхоффер і не мав, лев на його гербі дозволяє припускати, що він міг бути членом, або навіть, засновником фехтувальної гільдії міста Франкфурта – «Братства Святого Марка», перші відомості про яке датовані 1474-м роком.



Малюнки з манускрипту Фіоре де Лібері

Найбільш ранній, із відомих трактатів про фехтування, який частково описував мистецтво бою зі зброєю та без, відомий як «Квітка Битви» (італ. «*Flos Duellatorum*»). Цей італійський манускрипт, написаний Фіоре де Лібері, у 1408-му або 1409-му роках, має розділи з рукопашними прийомами, використанням кинджалу, короткого меча, довгого меча, алебарди та спису.

Основи сучасних видів фехтування зародилися у Північній Італії. Засновниками північноіталійського фехтування були Сальваторі Фабріс (1544–1618) і Ніколетто Гіганті Венеціанський (який жив орієнтовно у XVII-му столітті), останній у своєму трактаті «*Scola, overo, Teatro*» наполягав на тому, щоб під час двобою вперед треба виставляти ліву ногу.



Сальваторі Фабріс



**Ніколетто Гіганті
Візантійський**

Ще один важливий трактат, написаний Філіппо Ваді (1425–1501) між 1482-м і 1487-м роками, називається «*De Arte Gladiatoria Dimicandi*» («Про мистецтво гладіаторських боїв») був методичними рекомендаціями, які лягли у основу італійської фехтувальної школи. Незважаючи на те, що зброя і причини для її використання змінювалися протягом останніх п'яти століть, фундаментальні основи італійського стилю все ж залишилися незмінними. Базові принципи будувалися на захисних елементах, почутті темпу й умінні швидкого переходу від оборонних дій до атакуючих акцій. Вважається, що саме італійці створили пріоритет «вбивати уколом вістря, а не ударом леза».

У Парижі XVI-го століття, виникає французька фехтувальна школа на основі італійської та іспанської. У ці часи відбувається і розподіл фехтування на дуельне і спортивне. Дуельне фехтування набуло широкого розповсюдження у всій Франції і практикувало поєдинки за участю чоловіків і жінок. Французькі дуелянти були знаними і за межами своєї країни. Багатьом історикам відомі перемоги Сірано де Бержерака, графа Монморансі та ін. Останнього за 16-ть перемог у дуелях було засуджено до страти, але граф втік за межі Франції. В червні 1627-го року він повернувся на батьківщину і

переміг у 17-му поєдинку, після якої вирок вдалося виконати. Каталізаторами дуелі могли бути різні причини: ображена гідність чи образа жінки або дружини, нанесене пошкодження одягу чи майна аристократа, тощо. Ображений надсилав своєму опонентові письмове звернення про дуель – «картель», де обговорювались місце проведення поєдинку та зброя. Шпаги у обох учасників повинні бути однаковими і за довжиною, і за вагою, і за іншими параметрами. Фехтували опоненти без будь-якої протекції, інколи навіть взагалі роздягненими. У XV-му столітті, на ранніх етапах становлення правил протистояння, дуелянтам дозволялось використовувати різні технічні дії з арсеналу боксу і боротьби. А у XVII-му – дозволялось користуватись лише зброєю. Перемога в поєдинкові повинна бути з явною перевагою одного з учасників, щоб потім не викликали ніякі непорозуміння. Принизливим було помилувати свого супротивника, а ще принизливішим було прийняття такої милості. Тому сутички закінчувались чи то смертю, чи то важкою травмою одного з учасників. Дуель «до першої крові» проводились, якщо образа була незначною. Переможець одержував зброю свого візаві після перемоги в таких сутичках.



Малюнки з манускрипту Філіппо Ваді

Як тільки не боролась держава з дуелянтами після зростання кількості загиблих після таких «розваг». Дуелянтів, які ослуhalись заборони, інколи засуджували до страти. Генріх II (1519–1559), у 1550-го року видає наказ про те, що поєдинки мають проходити тільки під наглядом і дозволом воєначальника рангом не нижче звання полковника. І тоді фехтувальники їхали до військових таборів вияснити свої стосунки. У період тотальних заборон дуелянти примудрилися суперничати навіть вночі, вільною рукою

тримаючи ліхтаря. Так виникли нічні поєдинки. Учасники нічних дуелей клали на землю плащ, ставили на нього ліхтар і за жеребом визначали кому битися з ліхтарем, а кому – з плащем. І плащ, і ліхтар мали свої переваги, плаща можна було намотати на руку і використовувати його як протекцію, ліхтарем можна було, в потрібний момент, осліпити свого супротивника.



Середньовічні дуелі

У Франції епохи Ренесансу існували «багаторівневі дуелі». Спочатку учасники стріляли один в одного з пістолетів, якщо ніхто з учасників не влучав у супротивника, то вхід йшла шпага, якщо і холодна зброя не визначала переможця, то дуелянти до рук брали кинджали. Дуелі у Франції мали широке розповсюдження аж до початку XX-го століття. Не завжди шпага слугувала знаряддям вбивств чи нанесення травм, вона була і зброєю, за допомогою якої майстри демонстрували вправність фехтувальної техніки – явище яке згодом трансформується у спортивне фехтування. Визнаними законодавцями моди у спортивному фехтуванні були саме французи і це не випадковість. Так у створеній 1643-го року Французькій академії фехтування, її члени удосконалили прийому захисту й атаки, методи контратак, якими користуються і по цей час. Так за академічною методикою шпагою не тільки атакували, але нею ж і проводили захисні акції. Тому на початку XVII-го століття ліву руку почали відводити назад, ставити на поперек, виключивши її застосування під час бою. Для захисних цілей кінець шпаги у навчальних закладах, за вказівками майстрів Академії, почали облаштовувати металевою кулькою. А 1765-го року з'явилась захисна маска з металевого дроту.



Олімпійський турнір 1896-го року

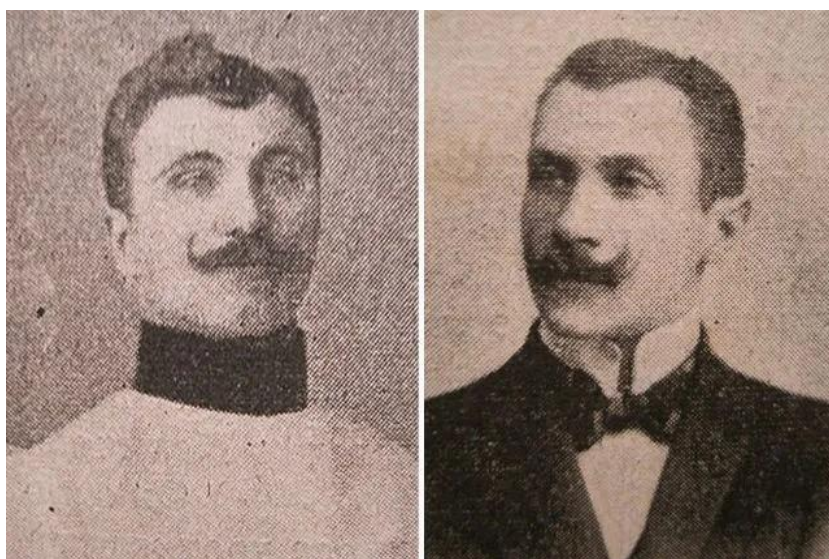
Майстри фехтування для заохочення учнів до своїх шкіл проводили майстер-класи просто неба чи публічні поєдинки – «ассо». Трохи згодом практика публічних боїв, трансформувалась у спортивні змагання. Роль Франції у становленні сучасного фехтування, як виду спорту, була визначною. На перших відроджених Олімпійських іграх 1896-го року був проведений турнір фехтувальників і цьому сприяла активна позиція П'єра де Кубертена – одного із найвідоміших майстрів фехтування свого часу. У олімпійському турнірі фехтувальників серед рапіристів переміг французький майстер – Ежен Анрі Гравело, серед шаблістів золото здобув грек – Яніс Георгіадіс. Серед рапіристів маестро (змагання для професійних майстрів) переміг відомий у Афінах фехтувальник, власник фехтувальної школи Леон Піргос. А за 17-ть років у 1913-му в Парижі була створена Міжнародна Федерація спортивного фехтування. Зараз олімпійська програма представлена трьома видами фехтування, на сьогоднішній день у чоловіків і жінок, це особисті та командні змагання на рапірах, шаблях і шпагах.

Володарями золотих олімпійських нагород у фехтування є українські майстри холодної зброї Григорій Крісс, Вадим Гутцайт, Яна Шемякіна, Олена Хомрова, Харлан Ольга, Ганна Пундик.



Жіноча збірна шаблесток, яка виборола командне «золото» Олімпійських ігор у Пекіні-2008 (зліва на право: Ольга Жовнір, Ольга Харлан, Галина Пундик та Олена Хомрова (Гладир))

Фундатором української школи фехтування, історики фізичної культури і спорту, по праву, вважають Петра Антоновича Заковорота (1871–1951) – харківського спортсмена та тренера кінця XIX-го початку XX-го століть, учасника Олімпійських ігор 1900-го року у Парижі, переможця багатьох міжнародних турнірів з фехтування на рапірах та еспадронах (різновид шпаги), організатора Першої робітничої олімпіади в Києві 1913-го року. Український майстер фехтування народився у селі Куп'єваха, що на Харківщині. Спортивні звершення Петра Антоновича Заковорота на міжнародній арені стали формуючими для історії становлення національної фехтувальної традиції. Закінчивши змагальну кар'єру, майстер шпаги, все подальше життя впроваджував олімпійські ідеї в українську спортивну культуру.



Петро Антонович Заковорот (зліва) та його тренер, французький майстер фехтування – Юліан Мішо (справа)

Фехтування вид спорту, який освоїли і представники Інваспорту, його варіант протистояння на візках – одне з головних змагальних випробовувань у програмі Параолімпійських ігор. Вперше на змаганнях для спортсменів з інвалідністю фехтування з'явилося на Іграх у столиці Італії – Римі 1960-го року. Фехтування на візках – варіація двобою, з використанням спортивної холодної зброї, для спортсменів з інвалідністю. Усі змагання для візочників і ампутантів проводяться під егідою Міжнародної спортивної федерації (IWAS) та Міжнародного Паралімпійського Комітету.

Спортсмени до участі у Паралімпійських іграх та міжнародних змаганнях класифікуються на групи (категорії) в залежності від рівня порушення опорно-рухового апарату. Система класифікації, дозволяє спортсменам з однаковими порушеннями фехтувати у адекватній групі:

- «категорія А» – спортсмени добре контролюють тулуб, робота фехтувальної руки не залежить від порушень її функціональності;
- «категорія В» – спортсмени мають порушення, що впливають на їх тулуб чи фехтувальну руку;
- «категорія С» – порушення у ділянці шийного відділу хребта.

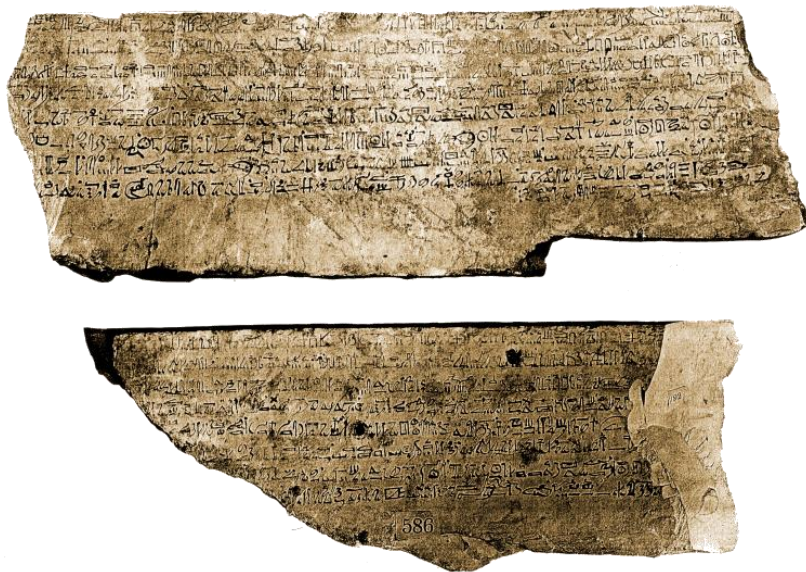


Чоловіча параолімпійська збірна України – командний переможець чемпіонату світу 2021-го року

В Україні фехтування на візках – пріоритетний вид Інваспорту, наші майстри беруть участь у міжнародних стартах з років отримання незалежності нашою країною. Найвідомішими майстрами «фенсінгу» на візках є Сергій Шавкун, Андрій Демчук, Артем Манько, Євгенія Бреус, Наталія Морквич, Надія Дьолог та ін.

Важка атлетика – суперництво людини і металу

Люди неабиякої сили, завжди привертали увагу пересічних громадян, затамувавши подих, вони споглядали як богатирі пораються з важкими предметами, непідсильними для звичайних людей. Античні перекази розповідають про видатні прояви сили Гільгамеша (Шумерія), Синухета (Єгипет), Ретену (Сирія), Голіафа (Ханаан), Геракла і Мілона (Греція), Геркулеса (Рим). Кожен окремо, у себе на батьківщині, був відомою постаттю за здійснення героїчних подвигів та вчинків і допомогою їм у цьому була велика сила. Богатирів цінували починаючи з глибокої давнини, їх поважали у часи Середньовіччя і шанують зараз.

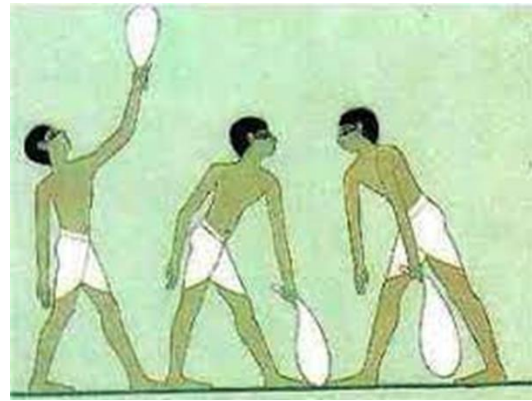


Таблички з описом історії життя Синухета

Про перемогу у силовому змаганні жерця і силача Синухета – хранителя культу богині Хатхор, яка у староегипетській релігії вважалася богинею неба та матір'ю Сонця, над сирійським богатирем Ретену, розповідає, найстаріший артефакт художньої літератури, написаний від імені священнослужителя – «Мандрівки Синухета». Час написання епосу, датований XX-м – XVIII-м століттями до н.е. Матеріальним артефактом про силові звитяги Античних еллінів є камінь, вік якого датований VI-м століттям до н.е., на якому було викарбувано цікавий напис давньогрецькою мовою, буквальний переклад якого читається наступним чином: «Бібон, син Фолоса, підняв цей камінь вагою 143-ри кілограми над головою однією рукою». Впоратися з такою вагою могла тільки досить сильна особа.



Давньогрецький артефакт з написом про встановлення рекорду Бібоном



Фрески з усипальниць фараонів, на яких зображено вправи єгипетських «важкоатлетів»

Серед мальовничих рівнин шотландських гір, розкинулося містечко Бреймар, де з далекого Середньовіччя проходять Високогірні олімпіади. Спортивні фестивалі – данина кельтським традиціям, ігри які мають свій початок з XI-го століття. Після того, як показове міжкланове протистояння звелось нанівець, олімпіада набула чисто спортивного контексту в історичному симбіозі з народними гуляннями. На сьогоднішній день змагання нараховують близько 50-ти номінацій і розпочинаються марафонським забігом, а закінчуються народними танцями під акомпанемент традиційного шотландського духового інструменту – волинки. Серед спортивних змагань, слід відзначити види спорту в яких демонструється відвага і сила атлетів – національні види боротьби («бекхольд»), кулачні поєдинки одноосібні та групові; а також дужання прикладного контексту – штовхання каміння, метання вилами снопа сіна, ковальського молота, стовбура дерева, підкидання вгору гирі, тощо. Національні олімпіади серед шотландців не втратили популярності і по цей час. Ігри горців – це захід, який вважається надбанням британської традиційної культури і знаходиться під опікою королівської родини. Кожного року спортивні змагання відвідує король Великобританії Карл III (Чарльз Філіпп Артур Джордж). Більшість фахівців з історії фізичної культури, вважають що саме Високогірні олімпіади надихнули барона П'єра де Кубертена на відновлення Олімпійських ігор сучасності і є підґрунтям еволюції сучасних силових видів спорту.

Про величну богатирську вдачу українських прашурів, зберегли для нащадків письмена волхвів, які розповідають нам про богатиря, київського дружинника Межибора, який відзначився у печенізьких кампаніях: «Прийшов Межибор і сказав Межибор: Рука

– блискавка, нога – грім. Рука – меч, нога – молот. Неправді за правду – смерть! І вдарив Межибор печенізького князя в обличчя... І вдарив печеніга кулаком під серце. І впав мертвим князь. Не для раті це, а для чистого шляху котрим правда йде – сказав Межибор і вдарив кулаком по дубові. І захитався дуб, і впало з нього листя з жолудями... І закричав у лісі Дів, і вибіг з лісу Тур. І впав у ноги Межибору. І з великим жахом кинулись навтьоки печеніги, здивовані силою Межибора...».



**Метання мішків
з сіном**



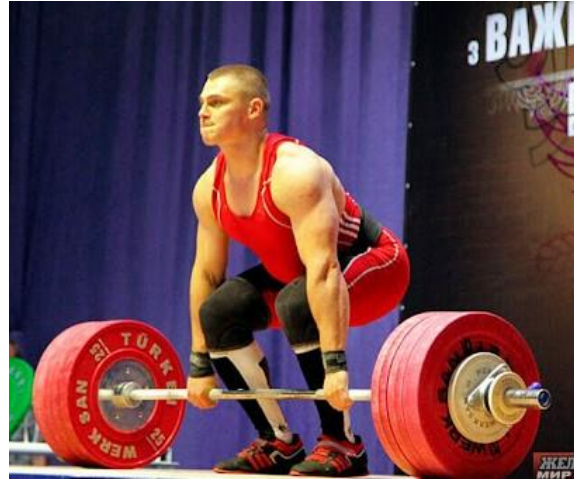
Метання молота

Ще одну історію описано у «Волхвовнику», вона розповідає про древлянського богатиря Доброгоста, якого образив київський князь Ігор. Розгніваний Доброгост пішов без зброї на три десятки князівських дружинників озброєних мечами: «Чи то блискавки засвіркали... Доброгост розкидав могутніх дружинників, декількох покалічив, а одного убив. Зброєю йому слугували його руки і ноги». У війні з монголо-татарами відзначилися могутні ратоборці Ілля Муромець, Добриня Микитович (Добриня золотий пасок), Олешко Попович, Євпатій Коловрат, Меркурій Смоленський, Дем'ян Куденевич та ін.

Важка атлетика – як сучасний вид спорту, зародилася у ХІХ-му столітті, до середини 30-х років ХХ-го – відносилася до змагань силового характеру (бокс, боротьба, підймання ваги). У 1946-му році термін «важка атлетика» набув сучасного тлумачення як окремий вид спортивної діяльності. Вид спорту, має олімпійську прописку з перших відроджених Олімпійських ігор сучасності.



Жіноча важка атлетика



Чоловіча важка атлетика

Суть важкої атлетики полягає у піднятті спортивного снаряду – штанги, якомога більшої ваги у спосіб, незаборонений правилами та регламентом змагань. Піднімання штанги культивується у 193-х країнах світу, що указує на неабияку популярність виду спорту у планетарному форматі. Вимоги до штанги, якою користуються на усіх міжнародних змаганнях наступні:

- штанга повинна бути розбірною з набором дисків діаметром до 45-ти сантиметрів та грифом (сталевим стержнем), який обертається на втулках, закріплених на його кінцях;
- для чоловіків довжина грифа двісті двадцять сантиметрів, для жінок – двісті один, товщина відповідно 28-м і 25-ть міліметрів.

Змагання у важкій атлетиці відбуваються за ваговими категоріями, визначеними Міжнародною федерацією (IBF) окремо для жінок і окремо для чоловіків, як у двоборстві, так і у вправах – ривок і поштовх. Спортсмени змагаються на помості – платформі розміром чотири на чотири метри. До міжнародних змагань допускають важкоатлетів, які виконали кваліфікаційний норматив за умови проходження тестування на допінг. До 2005-го року рекорд у окремій вправі реєструвався, якщо перевищував попередній не менше ніж на п'ятсот грамів, у сумі двоборства – два з половиною кілограми. Починаючи з березня 2005-го року, видатні досягнення реєструються, як в окремій вправі, так і у двоборстві, при збільшенні на один кілограм.

Важка атлетика, завжди була під пильним наглядом комісарів Всесвітньої антидопінгової агенції, так як останнім часом збільшилась кількість спортсменів, які ведуть на помості нечесну боротьбу. А останні Олімпійські ігри у Токіо-2020, взагалі увійшли в історію сучасного олімпійського спорту, як ігри, у жіночих

змаганнях з важкої атлетики яких, вперше взяла участь спортсменка-трансгендер. Нею стала Лорел Хаббард, новозеландка, яка змінила свою стать і виступає у категорії більше за 85-ть кілограм. На Іграх у країні в якій сходить сонце, вона не здобула олімпійську нагороду. На думку фахівців, спортсменів і вболівальників, виступати «чоловікам у спідницях» на жіночих змаганнях взагалі є неетичним проявом.

Історія української важкої атлетики пов'язана з першим атлетичним гуртком Євгена Федоровича Гарнич-Гарницького (1862–1919), створеного у лютому 1895-го року в Києві. У 1899-му гурток реорганізовано у атлетичне товариство де окрім силових видів спорту практикувалися заняття з гімнастики, акробатики та фехтування. Після набуття популярності фізкультурно-гімнастичної системи «Сокіл» (так звана сокольська гімнастика), атлетичне товариство отримало нову назву – гімнастичне товариство «Сокіл». Серед відвідувачів «Сокола» були досить відомі особистості початку ХХ-го століття: оперний бас Федір Шаляпін, багаторазовий чемпіон світу з боротьби Іван Піддубний, письменник Олександр Купрін, батько українського авіабудування Ігор Сікорський. Спортивно-педагогічна діяльність Київського атлетичного гуртка спонукала розвитку силових видів спорту і у інших регіонах України.



Лікар Євген Гарнич-Гарницький – засновник важкоатлетичного спорту в Україні



Олександр Костянтинівч Анохін – перший у Києві дипломований фахівець з важкої атлетики

Так, у 1920-х роках минулого століття, завдяки зусиллям В. Питлясинського, М. Вільгальма, О. Таушева, В. Данчича, А. Філіна, І. М'ясоєдова, М. Лукіна, І. Шабельського, К. Павленка, О. Красовсь-

кого, І. Харченка у різних містах України відкриваються аналогічні гуртки, школи, клуби та товариства. Перший світовий рекорд у важкій атлетиці у некласичному жимі встановив 1904-го року славнозвісний Іван Піддубний, який підняв на груди штангу вагою 122-а кілограми 800-т грамів. Першим дипломованим фахівцем у важкій атлетиці в Україні вважається Олександр Костянтинівич Анохін (1882–1920) – київський лікар, тренер, пропагандист та теоретик національного спорту.

Серед відомих важкоатлетів України, світові рекорди встановлювали К. Павленко, Ф. Гриненко, С. Тонкопей, Л. Жаботинський, А. Писаренко. Зараз продовжувачами слави української важкої атлетики є багаторазові рекордсмени світу і Олімпійські чемпіони – Тимур Таймазов, Ігор Разорьонов, Артем Удачин, Денис Готфрід, Наталья Скакун, Юлія Калина, Анастасія Лисенко, Марина Деха та ін.



**Олімпійський чемпіон
Атланти-1996 Тимур Таймазов**



**Олімпійська чемпіонка
Афін-2004 Наталья Скакун**

Спортивне плавання

Плавання – рух людини у воді або під водою за допомогою її кінцівок без застосування додаткових засобів. Плавання є унікальним видом спорту, а також оздоровчим видом рухової активності, засобом фізичної реабілітації, тощо. Спортивне плавання – вид спорту, мета якого якнайшвидше подолати відстань визначеної довжини, не порушуючи при цьому техніки способу плавання, яким користується спортсменом для подолання дистанції. Змагання зі спортивного плавання проводяться як у басейні так і на відкритій воді. Плавання, як один із елементів, є складовою частиною функціонального спортивного випробовування – триатлону. Спортивне плавання, у сучасному вигляді, почало набувати популярності ще у ХІХ-му столітті (змагання проводилися в основному з використанням стилю брас), а з

1896-го року стало олімпійським видом спорту. На Іграх першої Олімпіади, плавальні дистанції були тільки для чоловіків. Героєм плавального турніру на Іграх першої Олімпіади, став угорський спортсмен Альфред Хайош (1878–1955), який завоював у Афінах дві золоті медалі на дистанції сто та тисяча двісті метрів протягом одного дня. І здійснив він це в умовах штормової погоди у воді з температурою +10°C (у Афінах того часу, не було плавального басейну)



Змагання з плавання у Афінах-1896



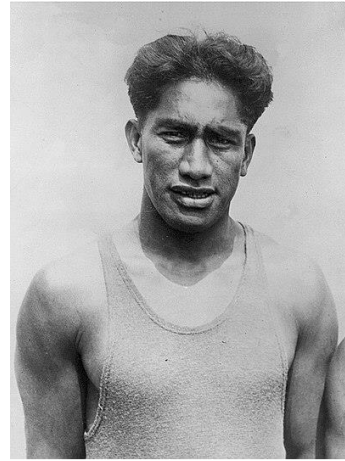
Альфред Хайош

Через двадцять вісім років на Олімпійських іграх у Парижі-1924, Альфред Хайош здобув ще одну медаль, на цей раз – у конкурсі архітекторів за проект стадіону. Золото у цьому конкурсі не розігрувалося. За проектами олімпіоніка, в Будапешті було побудовано кілька спортивних об'єктів. Крім того, він виявився талановитим журналістом, довгий час очолював редакцію «Шпортхірлап» – першого в Угорщині тижневика, цілком присвяченого спорту. Олімпійське жіноче плавання з'явилося тільки 1912-го року у Стокгольмі (Швеція). Першою олімпійською чемпіонкою у жіночому плаванні на дистанції сто метрів вільним стилем стала австралійська плавчиня Фанні Дюрк (1899–1956). А у чоловіків чемпіоном Ігор V Олімпіади на короткій дистанції став гаваець Дюк Паоа Каганамоку (1890–1968), який був до того ж популяризатором сучасного виду спорту – серфінгу.

Спортивне плавання має стабільну і пріоритетну прописку у програмі Олімпійських ігор, за аналогією з попередніми – у Парижі-2024 медалеві комплекти нагород будуть розіграні у 39-ти дисциплінах (по 18-ть у чоловіків і жінок і один у змішаному плаванні) та двох марафонах на відкритій воді завдовжки десять кілометрів. Змагання відбудуться у 50-ти метровому басейні «Арена Дефанс» у відповідності до міжнародних правил, а обидва марафони – в річці Сені.



Фанні Дюрек



Дюк Паоа Каганамоку

Водні доріжки «Арена Дефанс» визначають переможців у наступних дистанціях:

- п'ятдесят, сто, двісті, чотириста, вісімсот та півтори тисячі метрів вільним стилем;
- сто та двісті метрів у плаванні на спині, брасом і батерфляєм;
- індивідуальне комплексне плавання на двісті та чотириста метрів;
- естафети – чотири по сто метрів та чотири по двісті метрів вільним стилем, чотири по сто метрів комплексом (чоловічі, жіночі та змішані).



Стиль плавання – брас



Стиль плавання – батерфляй

Історія сучасного плавання (не тільки спортивного, а рекреаційного, адаптивного, оздоровчого, кондиційного, тощо) має доволі глибоке історичне коріння. Долати водяні простори за допомогою плавальних засобів наші пращури навчилися в середині палеоліту (приблизно півтора мільйонів років тому), цей факт підтвердив відомий норвезький археолог і мандрівник Тур Хеєрдал (1914–2002). На примітивному плоту («пае-пае») з парусом, який назвали «Кон-Тікі», науковець, використавши морську течію Гумбольта та попутний вітер, пересік Тихий океан і дістався з Перу

островів Туамоту, як це робили багато разів древні полінезійці, заселивши свого часу Америку. Плавати без сторонніх засобів людина навчилася в епоху неоліту (останнього періоду кам'яного віку), на це указують петрогліфи (наскельні зображення), датовані VII-м – IV-м тисячоліттям до нашої ери. Наскельні зображення людей, які плавають, були знайдені в «Печері плавців», відкрити 1933-го року угорським аристократом, повітроплавецем, автомобілістом і дослідником пустель – Ласло Алмаші (1895–1951), розташований у провінції Нова Долина пустелі Сахара на Південному Заході Єгипту, неподалік від кордону з Лівією. На цих малюнках, а їх в печері було знайдено більше тисячі, зображені люди із зігнутими кінцівками в положеннях, що здаються схожими на плавання стилем «брас».



Петрогліфи з «Печери плавців»

Античний епос багатьох народів світу, переказує нам про героїв, які добре плавали – Гільгамеш з шумерського міста Аккад, Синухет з єгипетських Фів, греки – Геракл, Персей, Тесей, Ясон, Одісей, та ін. Перші письмові згадки про плавання можна знайти у «Епосі про Гільгамеша», «Мандрівках Синухета», «Іліаді», «Одіссеї» та священному писанні – Біблії.



**Ассирійські
військові плавці**

На ассирійських барельєфах з Північно-західного палацу царя Ашшурбаніпала (дата народж. невідома – 631 роки до н.е.) у місті Німруд, які зберігаються у Британському музеї, ми бачимо вояків що пливають. Ассирійці вважаються піонерами розподілу армії за родами військ, був у них підрозділ, що нагадував сучасні інженерні війська. Завданням цих вояків було зведення переправ через річки для ассирійської армії. До цього підрозділу відбиралися юнаки, які вміли плавати, або ж які навчалися це робити вже під час військової служби.

Древній Єгипет – царство економіка якого залежала повністю від водної артерії – Нілу. Тому на честь бога річки – Хапі, якого вшановували єгиптяни, проводячи змагання на стрії водотоку. Цінувалися майстри плавання і в армії найвеличнішого фараона-завойовника Нового царства Рамзеса II (1314–1224 роки до н.е.), про це розповідають нам малюнки на стінах заупокійного храму представника XIX-ї династії. На одному з барельєфів зображено фінал військової походу армії Рамзеса II на хетське місто Кадеш. Різьбяр по каменю зобразив розбите хетське військо, яке намагається перепливати через бурхливі води річки Оронт (нині Ель-Асі). Солдати, які не брали участі в битві, поспішають на допомогу своїм потопуючим соратникам, воїни царя Муваталлі II (дата народж. невідома – 1282 роки до н.е.) намагаються оживити свого потонулого правителя, перевернувши його догори дригом і витрушуючи з нього воду.



**Єгипетська туалетна коробочка зі слонової кістки
у вигляді дівчини, що пливе**

У Античній Елладі плавання почали використовувати як один із головних елементів фізичного виховання у навчальних закладах, причому не тільки юнаків, а й дівчат. Про користь плавання писав у своїх трактатах філософ Демокрит (460–370 роки до н.е.): «...так,

наприклад, глибока вода корисна у багатьох випадках, але, з іншого боку, вона небезпечна, так як існує велика вірогідність потонути в ній. Разом із тим віднайдений спосіб (унезбезпечити себе) навчити плаванню...». Взагалі людину, яка не вміла писати і плавати, в Стародавній Елладі вважали «тілесною і розумовою калікою». Інший мудрець – Платон (428/427–424/423 роки до н.е.) запитувався у народного зібрання – «...чи можна людям, які є протилежністю мудрого, ... плавати і читати не вміють, довірити державну службу...».

Давньогрецька міфологія зберегла для нащадків досить красиву легенду, яка розповідає про двох закоханих, розділених водами Геллеспонту (пролив Дарданелли), які завдяки плаванню мали можливість потайки зустрічатися щовечора. Леандр – юнак з Абідосу що у Троаді (півострів у Малій Азії), покохав Геро, жрицю Афродіти, яка мешкала в місті Сестос на іншому березі протоки Геллеспонт. Щоночі Геро запалювала вогонь на вежі, чекаючи Леандра, який перепливав протоку, орієнтуючись на запалений жрицею вогонь як на маяк. Одного разу вогонь згас і Леандр не зміг дістатися до коханої, а вранці його тіло прибило до ніг Геро. Вбита горем жриця кинулася в море з вежі. Про «Вежу Геро» можна було прочитати в історичних публікаціях науковців Римського періоду.



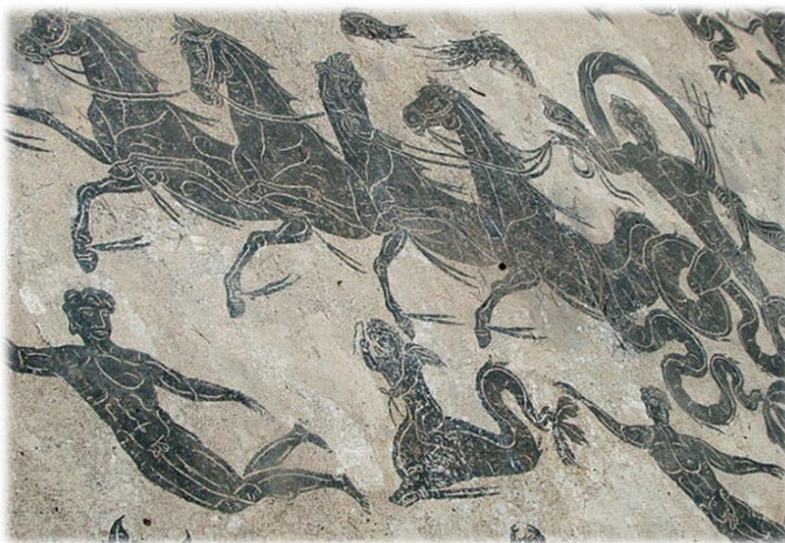
Римська монета імператора Септимія Севера

Римський імператор Септимій Север (145–211) настільки був зворушений легендою, що дозволив мешканцям Абідосу чеканити монети де на аверсі було його зображення, а на реверсі – сюжет легенди про Леандра і Геро.

В Античному Римі царського періоду, плаванням мешканці Вічного міста займалися у водах річки Тибр, оздоровча практика досить гармонійно увійшла в їхній життєвий побут. Поет Овідій

(43 рік до н.е. – 17 рік н.е.) зазначав, що онук імператора Августа (63 рік до н.е. – 14 рік н.е.) навчався плаванню у слуг власного діда. Без сумніву, і жінки Стародавнього Риму добре вміли плавати. З історичних документів ми дізнаємось факт про матір Нерона (37–68) – Агріппіну Молодшу (15/16–59), яка втекла з корабля від переслідувань свого сина і допливла до суші. У цьому їй допоміг досвід пірнальниці за губками, якого вона набула під час заслання імператором Калігулою (12–41), коли їх із сестрою було позбавлено будь-яких засобів до існування і вони були змушені цим промислом заробляти собі на життя, продаючи морські примітивні організми.

У II-му – III-му століттях нашої доби, у Римській імперії важливими громадськими спорудами були терми. Кожен імператор вважав за корисне побудувати об'єкти суспільної гігієни. Терми Траяна (53–117), було побудовано за проектом Аполлодору з Дамаску (50/65–125/130) – це великий «нататоріум» (від лат. *natare* – плавати) або плавальний басейн, по периметру оточений численними приміщеннями для бібліотеки («рецитацій» – спеціалізована кімната для читання), залами для бесід і відпочинку, «фригідарієм» (басейном) з холодною водою та «тепідаріумом» – приміщенням з гарячим повітрям. У залі відпочинку були музеї, квітники та стояли скульптурні композиції відомих грецьких різьбярів по каменю. Прекрасні умови для гігієни, відпочинку та приємного проведення часу давали змогу залучити до терм величезну кількість людей з середніх і нижчих верств давньоримського населення. Римські лазні стали центрами відпочинку і соціальної діяльності окремих територіальних громад Вічного міста.



**Мозаїка в термах Нептуна
(місто Остія Антика, II-е століття до н.е.)**

Чудом Риму називали Антонієві терми, побудовані імператором Септимієм Бассіаном Каракаллою (188–217), які знаходились біля Аппієвої дороги, за Капенськими воротами між Авентіном і Целієм. Будівництво розпочалося 212-го року і було закінчено 217-го, вже після смерті імператора. Двір терм мав розмір 400-а на 400-а метрів, центральний комплекс – 150-т на 200-і метрів. Вже у V-му столітті терми Каракалли вважалися одним із чудес Риму, вони займали площу у одинадцять гектарів. Головна будівля – «тепідаріум» лежала в парку, який був оточеним великою кількістю різних приміщень. У бронзові палітурки величезних напівкруглих вікон головного басейну вставлені тонкі пластини з напівпрозорого каменю, кольору слонової кістки. Через це «тепідаріум» освітлювався рівним золотистим світлом.

Першим в історії людства відкритим басейном, історики фізичної культури і спорту вважають «фригідарій» розміром сто на п'ятдесят метрів, побудований у лазнях Діоклетіана (244–311). Архітектурну римську спадщину побудови терм, можна зустріти і в наш час, далеко за межами Вічного міста. У графстві Сомерсет (Англія), розкинулося мальовниче містечко Бат, яке було відоме римлянам з 44-го року нашої ери, як бальнеологічний курорт з термальним джерелами. Цю місцину завойовники називали «*Aquae Salis*» – гаряче купання. Саме місто Бат зберігає зразки римського термального архітектурного мистецтва.



Терми епохи Римських завоювань у Англійському місті Бат

Історичні факти про плавання можна зустріти і в культурах народів, далеко за межами Середземноморського регіону. У Теотіуакані – Доколумбовому місті індіанської народності майя можна зустріти фрески з зображенням плавців. На острові Пасхи в Тихому океані проводяться Тапаті Рапа-Нуї – історично традиційні змагання, в яких бере участь населення Чілі і острова Пасхи. Фактично це свято вшановування пращурів, у якому змагається все чоловіче населення, головною прикрасою меморіалу є змагання з плавання.

В епоху Середньовіччя плавання входило в систему лицарського виховання, яку розробив лицар із Провансу (історична область Франції) Жоффруа де Прейлі (дата народж. невідома – 1066). Майбутньому аристократу треба було вміти долати водяні перешкоди самому і разом з конем, так як тварина несла на собі усю амуніцію лицаря і разом з власником терпіла усілякі життєві негаразди.

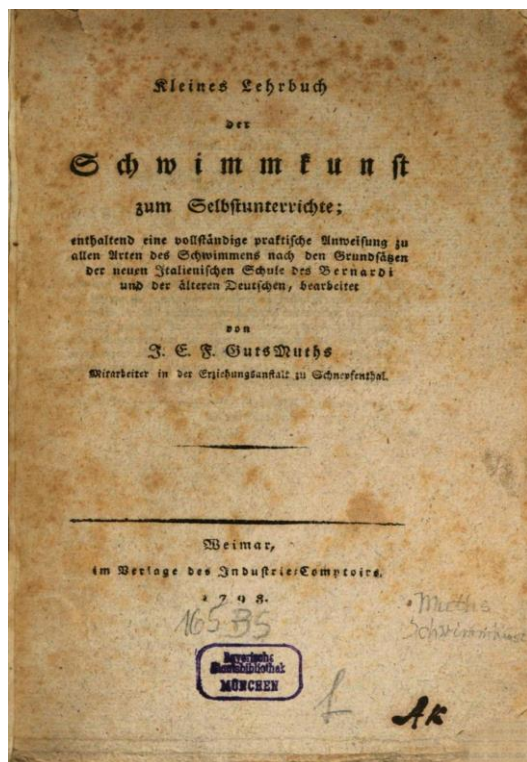
Офіційною датою започаткування традиції проведення плавальних змагань, вважається 1515-й рік, коли у Венеції вперше пройшов турнір майстрів плавання. Перші школи плавання з'явилися у другій половині XVIII-го – на початку XIX-го століття у Німеччині, Австрії, Франції. У 1587-му році Еверард Дігбі (бл.1550–1606), англійський академічний богослов, вчений коледжу Святого Іоанна в Кембриджі, латинською мовою написав перший навчально-методичний посібник з плавання, який мав вплив на розвиток спорту ще 200-ті роки після смерті автора.



Ілюстрації до трактату Еверарда Дігбі

Опублікована в Англії книга «*De Arte Natandi*» була практичним трактатом і містила більше сорока ілюстрацій, на яких зображено різні способи плавання, в тому числі брас, плавання на спині та повзання у воді. Еверард Дігбі вважав брас найкориснішою формою плавання для студентів коледжу.

У 1798-му році, засновник німецької фізкультурної педагогіки Йоганн Кристоф Фрідріх Гутс-Мутс (1759–1839) написав невелику навчальну книгу «*Kleines Lehrbuch der Schwimmkunst*» – мистецтво плавання для самостійного вивчення.



**«Мистецтво плавання...»
Йоганна Кристофа
Фрідріха
Гутс-Мутса**

В книзі німецького педагога описано триступеневий підхід до навчання плаванню, який використовують і нині: «По-перше – привчіть учня до води; по-друге – тренуйтеся у виконанні плавальних рухів без води; по-третє – практикуйте плавальні рухи у воді». Педагог вважав, що плавання є важливою складовою будь-якої фізичної освіти учнів навчальних закладів різних рівнів.

Перший плавальний басейн у Європі було побудовано 1826-го року у Відні (Австрія). Столиця Англії – Лондоні, на 1837-й рік мала шість критих плавальних басейнів. Перший змагальний басейн – побудували у Німеччині 1877-го року в Бремені, який функціонував до середини ХХ-го століття. Німеччина залишалася лідером у будівництві об'єктів для плавальних і зараз. В усьому світі німецький підхід до справи відомий своєю ґрунтовністю. До будівництва басейнів німці ставляться з усією відповідальністю, заклавши основи їхнього проєктування, побудови систем гідроізоляції, підігріву, аерації та очищення води.

Зараз найтитулованішим плавцем світу є американець Майкл Фелпс – володар 23-х золотих олімпійських нагород, у жінок – його співвітчизниця Кеті Ледекі, п'ятнадцятиразова чемпіонка світу, семиразова володарка олімпійського золота.



Майкл Фелпс



Кеті Ледекі

Спортивне плавання є пріоритетним у програмах Паралімпійських і Дефлімпійських ігор. Сурдоспортсмени змагаються від самого початку заснування Дефлімпіад з 1924-го року, паралімпійці – з 1960-го. Українські спортсмени з інвалідністю завжди з гідністю представляють нашу незалежну державу на цих змаганнях. Прапор України на Паралімпійських змаганнях в Токіо-2020 піднімали на честь Єлизавети Мерешко, Євгенія Богодійка, Анни Стеценко, Максима Крипака, Михайла Сербіна, Дениса Дуброва, Дениса Остапченка та Андрія Трусова. Гімн України звучав під час Сурдолімпіади у місті Кашіас-ду-Сул-2021 (Бразилія) з нагоди перемог дефлімпійців Іллі Султанова, Владислава Кремлякова, Ірини Терещенко, Олексія Коломійця, Івана Зіненка та Владислава Адамовича. Найвідомішою у паролімпійському плаванні в Україні є Олена Акопян, яка з 1996-го по 2008-й рік завоювала одну золоту, вісім срібних, чотири бронзові медалі зі спортивного плавання та по одній бронзовій – у лижних гонках і біатлоні.



Олена Акапян

Сучасне п'ятиборство – спорт для офіцерів

Сучасне п'ятиборство («пентатлон») – комплексний вид спорту олімпійської програми, який вимагає від атлета найкращої демонстрації усіх фізичних якостей: швидкості, сили, координації, витривалості та гнучкості. До випробовувань у сучасному пентатлоні відносяться змагання зі стрільби з пістолета, фехтування, кінного спорту, плавання та легкоатлетичного кросу. Саме такі вміння висувалися перед військовими офіцерами багатьох європейських країн кінця XIX-го – початку XX-го століть. Тому сучасне п'ятиборство як вид спорту, на початку епохи свого становлення, мав прикладний зміст. Винахідником сучасного пентатлону був другий президент Міжнародного Олімпійського Комітету, відомий майстер фехтування і конкуру – барон П'єр де Кубертен (1863–1937).



П'єр де Кубертен



Спортивне п'ятиборство

У статті, щодо відродження Олімпійських ігор сучасності, яка вийшла друком в Англії, напередодні історичного Конгресу 1894-го року – барон зазначає: «Відроджені Ігри (на відміну від древніх Олімпіад) будуть сучасними і міжнародними. До них увійдуть і ті види спорту, які культивуються у XIX-му столітті. До програми міжнародних Олімпійських ігор будуть включені наступні види спорту: біг, стрибки, метання диску, важка атлетика, вітрильний спорт, плавання, веслування, ковзанярський спорт, фехтування, боротьба, бокс, кінний спорт, спортивна стрільба, гімнастика, велосипедний спорт. Для легкоатлетів необхідно організовувати головні змагання під назвою «п'ятиборство, як це було у Древній

Елладі». До програми олімпійських – пентатлон вперше було включено на Іграх у Стокгольмі 1912-го року. Олімпійськими змагання для жінок стали лише з 2000-го року на австралійському спортивному форумі чотиріччя у Сіднеї.

Сучасний пентатлон – це функціональне мультिवипробовування, у якому змагання з фехтування проводяться за коловою системою, тобто кожен атлет зустрічається з кожним іншим. Бій («асо») триває до першого уколу, але не більше ніж хвилину. Якщо за хвилину жодному з супротивників не вдалося нанести укол, обом зараховується поразка. Для фехтування використовується шпага. Плавання проводиться на 200-ті метрів вільним стилем. Змагання з конкуру (подолання перешкод верхи на коні), здійснюється на трасі довжиною 350-т – 450-т метрів, з розміщеними на ній 12-ма – 15-ма перешкодами. Коні розподіляються між спортсменами за жеребом. Перед виступом пентатлоніст отримує 20-ть хвилин для знайомства з твариною. Завершуються змагання лазер-раном (біг на дистанції 4-ри рази по 800-т метрів та 4-ри стрільби між ними). Учасники стартують із затримкою, яка визначається відставанням в набраних очках від лідера у попередніх турах. Спортсмен, який завершить лазер-ран першим, оголошується переможцем. Усі офіційні змагання з сучасного п'ятиборства проходять під головуванням Міжнародного союзу сучасного пентатлону (*Union Internationale de Pentathlon Moderned*).

Історія спортивного п'ятиборства розпочинається на землях Стародавньої Греції. За легендою античний пентатлон започаткували аргонавти під час авантюрної подорожі до Колхіди за заолотим руном. Цар Іолку (міста у Фессалії) – Пелей, відрядив свого племінника Ясона у далеку і повну небезпек подорож, для якої юнак власноруч відібрав найкращих мужів – усієї Еллади. Критерієм відбору у команду аргонавтів (таку назву мандрівники отримали від назви вітрильника – «Арго») були спортивні звершення претендентів. До команди Ясона за свідченням давньогрецького поета Феокріта (близько 300-го – близько 260-го років до н.е.) входило 60-т атлетів-чемпіонів. Серед них Геракл – майстер різних одноборств, Астерій – переможець змагань перегонів колісниць, Аргос – будівничий вітрильника, чемпіон у дромосі, Анней – відомий в Греції бігун і металник спису, Амфіарій – переможець змагань зі стрибків у довжину, Аміфеон – організатор ігор у Олімпійському святилищі, Адмет – кулачний боєць, Автолік – син Гермеса, відомий в Греції крадій, дід героя троянської війни Одісея, навчав Геракла примудрощам боротьби, Авгій – син Геліоса, в місті Піси проводив

перегони колісниць, Беллерофонт – переможець змагань у скачках, Евріал – учасник ігор з бігу на честь Ахіллеса, Еврит – син Гермеса, відомий в Елладі лучник, та ін.



Античний пентатлон – червонофігурний вазопис



Давньогрецькі «альтери» для стрибків у довжину

До античного пентатлону входили наступні дисципліни біг на один стадій, метання спису і диску, стрибки у довжину з альтерами та боротьба. Саме остання і виступала визначальною для переможця в пентатлоні.

У другій половині ХХ-го століття український пентатлон мав видатні досягнення на олімпійських аренах. Чемпіоном Мельбурнської олімпіади 1956-го року став Іван Дерюгін (1928–1996), золото олімпійського Мінхену-1972 у командному заліку підкорився Павлу Ледньову (1943–2010) та Борису Онищенку, Ткачук Вадим переміг на Іграх XXVII-ї Олімпіади у Сіднеї-2000.



Павло Ледньов



Борис Онищенко

З ім'ям Бориса Онищенка, пов'язаний факт виненкнення сучасного терміну, негативних явищ у олімпійському і професійному спорті – «технічний допінг». Учасник Олімпійських ігор 1976-го року у канадському Монреалі ішов на першому місці у командному заліку після чотирьох видів програми – кінного спорту, стрільби, плавання та бігу. Тоді програма мультिवипробовування була дещо іншою. В останньому виді – фехтуванні, судді і глядачі помітили, що сигнал про заліковий укол суперника, запалювався раніше, а ніж відбувалась сама акція. Коли судді вивчили зброю Бориса Онищенка, то виявили факт шахрайства, знайшовши пристрій, який вмикав сигнал табло раніше ніж відбувався укол. Для подальшої участі у турнірі, зброю спортсменові замінили і він виграв турнір з фехтування. А на наступний ранок організатори Ігор Олімпіади дискваліфікували і самого Бориса Онищенка і повністю команду радянського союзу.



**Таємний пристрій у
зброї Бориса Оніщенка**

Сьогодні українські пентатлоністи продовжують здобувати медалі вищого ґатунку на міжнародних офіційних змаганнях. На континентальному чемпіонаті Європи з сучасного п'ятиборства, що проходив у британському Баті 2019-го року, Андрій Федечко і Владислав Ридванський посіли другу сходинку п'єдесталу ушановування переможців. Українці стали володарями срібних нагород в естафеті та здобули титули віце-чемпіонів Європи, набравши 1489-ть очок.

Успішним виявився сезон 2022-го року для Владислава Ридванського, який здобув перемогу у командному заліку на чемпіонаті Європейського континенту у польському місті Джонків та став срібним призером в особистій першості, поступившись двома очками поляку Лукашу Гудловському.



Андрій Федченко (зліва) і Владислав Ридванський – віце-чемпіони Європи у сучасному п'ятиборстві

Триатлон – спорт залізних людей

Триатлон – олімпійський вид спорту, інтегральний вид змагань, який передбачає плавання, їзду на велосипеді та біг. Гонка в триатлоні це зазвичай безперервна подія з короткими транзитами між кожною діяльністю. Учасники мультिवипробовування починають із запливу у відкритій воді, потім – мають невеличкий термін змінити гідрокостюми та шапочки для плавання на взуття та пересісти на велосипед. Наступна частина гонки – це велопробіг, який проходить або по бездоріжжю, або вулицями міста. Потім велосипедисти перевзуються у кросівки, щоб перетнути фінішну лінію бігової дисципліни. У 1994-му році на сесії Міжнародного Олімпійського Комітету в Парижі, оголосили про включення триатлону до програми Олімпійських ігор. З цього приводу президент МОК Хуан Антоніо Самаранч (1920–2010) процитував слова П'єра де Кубертена, сказані ним ще 1875-го року: «Нам потрібний вид спорту, який скомпонував би плавання, їзду на велосипеді і біг, популярні сучасні динамічні види спорту, щоб завдяки їм відчувати олімпійський дух чесної гри, вправність та пристрасть».

Історія триатлону розпочинається у Франції початку ХХ-го століття, де різноманітні мультиспортивні змагання організовувалися під різними назвами. Перша зареєстрована подія, подібна до триатлону, відома як «*La Course des Debrouillards*» (з франц. – «перегони винахідливих»), відбулася у 1920-му році в Мьолан-ан-Івлін, маленькому містечку, що в передмісті Парижу і включала 3-

кілометровий забіг, 12-кілометрову їзду на велосипеді та заплив через річку Сену. Однак ті змагання залишилися відносно невідомою локальною подією.



Олімпійський вид функціонального випробовування – триатлон

У 1934-му році у французькому місті Ла-Рошель пройшли змагання «*Les Trois Sports*», змагальна дистанція яких складалася з трьох компонентів: плавання у водах каналу (двісті метрів), змагання на велосипеді (десять кілометрів) навколо гавані та міського парку і кросу стадіоном – тисяча двісті метрів.

І все ж таки піонерами сучасного триатлону були американці Джек Джонстон та Дон Шанахан, які провели змагання «*Mission Bay Triathlon*» 25-го вересня 1974-го року у передмісті Мішн Бей міста Сан-Дієго (Каліфорнія, США). На старт вийшло 46-ть атлетів, які послідовно і без перерви подолали 8045-ть метрів на велосипеді, 9654-ри метрів бігом та 804,5-х метра плаванням. Усі, хто стартував, успішно завершили дистанцію. Перші п'ятеро отримали нагороди, а переміг з результатом 55-ть хвилин 44-ри секунди рятувальник Білл Філіпс.

**Пам'ятний
камінь на місці
перших змагань
з триатлону**



Змагання «*Mission Bay Triathlon*» ознаменували фактично початок нового напрямку у сучасному спорті. Триатлон швидко набув неабиякої популярності у атлетичному середовищі, залучаючи учасників з інших видів спорту. Географія мультиспортивного випробовування зростала в геометричній прогресії, зараз триатлон користується попитом на усіх континентах. У 1978-му році до спортивного словарного вжитку офіційно було введено термін «триатлон».

Наступним етапом розвитку виду спорту став перший у світі мультимарафон «*Iron Man Triathlon*» (з англ. «триатлет – залізна людина»), що відбувся на Гавайях 1978-го року та став переломним моментом у історії сучасного триатлону. Це змагання витривалості, було створене Джоном Коллінзом – старшим офіцером морської піхоти військового флоту США, та поєднало традиційні змагання острів'ян – океанський заплив «Бурхливі води Вайкікі» (2,4-х милі, або 3,8616-х кілометри), велогонку «Навколо Оаху» (180-т кілометрів) та марафон Гонолулу (42-ва кілометри 195-ть метрів). Джон Коллінз, публічно заявив, того, хто фінішує, можна буде назвати «залізною людиною».

Першими учасниками «*Iron Man Triathlon*» були п'ятнадцять чоловіків які 18-го лютого 1978-го року стартували у зазначеному спортивному проєкті. Дванадцять учасників, включаючи самого Джона Коллінза, успішно завершили дистанцію. Першим фінішував Гордон Геллер, водій таксі із Гонолулу. Його результат був 11-ть годин, 46-ть хвилин та 58-м секунд. Всі, хто фінішував, отримали пам'ятний подарунок – маленьку фігурку людини із залізних трубочок та спортивну майку. Пізніше це надихнуло організаторів змагань на проведення чемпіонату світу з триатлону «*Iron Man Triathlon*», який щорічно тепер проводиться у містечку Кайлуа-Кона на Гавайях.

Остаточною формалізацією виду спорту став факт заснування Міжнародного союзу триатлону (ITU) у 1989-му році, організація стала верховним керівним органом виду спорту щодо стандартизації правила та норми спорту «залізних людей». Міжнародний союз триатлону представив формат олімпійського мултивипробовування, який дебютував на Олімпіаді в Сіднеї-2000 і включав заплив на 1500-т метрів, 40-к кілометрів велозаїзду та 10-ти кілометровий забіг. Ця визначна подія значно підвищила популярність спорту та привернула більше спортсменів, спонсорів та увагу засобів спортивної журналістики. Найкращими триатлетами у світі вважаються легендарні спортсмени американці Марк Аллен і Дейв Скотт та австралієць – Александер Крейг.



Марк Аллен



Дейв Скотт



Александр Крейг

Діалектика триатлону в Україні відзначається своєю особливістю. Спорт «залізних людей» перетворився на незалежну субкультуру, котра забезпечує здоров'яформуючі компетентності. Триатлон – вид спорту, який дає шанси на реалізацію амбітних проєктів будь-якому атлетові, будь якого рівня фізичної підготовленості чи статі. Історія триатлону в Україні розпочинається зі створення у 1996-му році Федерації з виду спорту, зазначений керівний орган відіграв важливу роль у популяризації спорту «залізних людей», організації змагань та створенні структурованої основи для розвитку триатлону в країні. За підтримки Федерації триатлон почав набувати популярності та визнання на національних спортивних аренах. Найкращими триатлетами України за всю історію спорту являється Юлія Єлістратова – учасниця Олімпійських ігор у Пекіні-2008, Лондоні-2012 та Ріо-де-Жанейро-2016, чемпіонка та володарка Кубка Європи. Віктор Земцев – чемпіон світу і віце-чемпіон Європи на довгій дистанції. Переможець десяти турнірів класу «*Iron Man Triathlon*», учасник найпрестижніших змагань у цій дистанції на Гавайських островах.



Віктор Земцев



Юлія Єлістратова

Паратриатлон був вперше представлений на Паралімпійських іграх у 2016-му році у Ріо-де-Жанейро. Паралімпійський триатлон проводиться на дистанції, яка становить половину довжини – олімпійської у індивідуальних змаганнях. Спортсмени з інвалідністю пропливають 750-т метрів, проїжджають 20-ть кілометрів велосипедом і пробігають – 5-ть.



Паралімпійський триатлон

Спортсмени, які виступають у положенні сидючи, у велосипедній гонці використовують пристрій, що приводиться до руху руками і крісло-коляску для бігу. Асистенти допомагають їм у перехідних зонах (від плавання до велосипеда та від велосипеда до бігу), оскільки ці етапи є ключовим аспектом будь-якого змагання з паратриатлону. Триатлети з порушенням зору супроводжуються гідом протягом усього змагання та використовують тандем на велосипедному етапі. Спортсмени, які виступають стоячи, можуть використовувати протези ніг або модифікувати велосипед для виступів залежно від рівня інвалідності.

До участі у паратриатлоні допускаються учасники з наступними функціональними порушеннями – спортсмени виступають стоячи або у інвалідному візку, з порушення зору та тотальною сліпотою. Класифікація паратриатлетів наступна:

- PTWC – паратриатлон на візках для спортсменів зі ступенем інвалідності 1-го та 2-го класу;
- PTS – паратриатлон в положенні стоячи для спортсменів зі ступенем інвалідності 2-го – 5-го класів;
- PTVI – паратриатлон для інваспортсменів з порушенням зору зі ступенем інвалідності 1–3-го класів.

Паратриатлон, набув популярності і у нас в країні, українські спортсмени виступають на найвищому рівні та досягають значних успіхів, створюючи об'єктивну конкуренцію світовим атлетам з інвалідністю на міжнародних аренах. Аліса Колпакчи була

учасницею Паралімпійських ігор у Ріо-де-Жанейро-2016 та Токіо-2020, бронзова призерка та володарка Кубка світу 2019-го року. До десятки найкращих паратриатлеток планети увійшла чемпіонка світу, багаторазова призерка та переможець турнірів серії «*Iron Man*» – Наталія Мацупко.



Аліса Колпакчи



Василь Закревський

Багаторазовим володарем Кубка світу, чотириразовим срібним призером планетарних першостей ставав Василь Закревський у паратриатлоні для спортсменів з вадами зору. Учасником XVI-ї Паралімпіади у Токіо-2020 був володар та срібний призер Кубка світу Анатолій Варфоломєєв.

Зараз метаморфози триатлону ще не закінчились, спорт продовжує еволюціонувати, на спортивних аренах з'явився – «акватлон» (біг і плавання), «аквабайк» (плавання і їзда на велосипеді), «дуатлон» (біг, їзда на велосипеді і потім знову біг) та ін. його різновиди.

Королівська гра – бадмінтон

Бадмінтон – вид спорту, найдавніша розвага знайома людству з використанням волану та ракеток, олімпійський вид спорту з Барселонських Ігор 1992-го року, входить до програми Всесвітніх змагань з неолімпійських видів спорту з 1981-го року. Гра проводиться на невеликому майданчику, розділеному сіткою на дві рівні половини, де розташовуються спортсмени, які за допомогою ракетки намагаються перекинути волан через сітку на сторону корту суперника так, щоб опонент не зміг відбити його у

зворотному напрямку. Гра проходить у індивідуальному форматі між двома гравцями і у командному – між парами серед чоловіків і жінок та у змішаному варіанті.



Індивідуальний поєдинок



Командна гра

Історія сучасного бадмінтону має тривалий термін розвитку. Найстарішу документальну інформацію про китайську гру «ті-цзянь-цзи», у яку грали аристократи імператорської династії Чу, знаходимо у трактатах, що зберігаються в музеї бадмінтону поблизу Лондона, датованих 1122-м роком до нашої ери. Історичні сувої відкривають нам таємниці гри аристократичного прошарку Піднебесної. Історики фізичної культури і спорту стверджують, що шість століть тому гра, яка дуже нагадує бадмінтон, була відома в Японії. Жителі цієї країни використовували вельми оригінальний волан – брали велику стиглу вишню, вставляли в неї п'ять-шість пташиних пір'їн, потім сушили на сонці і за декілька днів він був готовим для гри. Ракетки – жителі островів виготовляли з дерева. Середньовічні японці розвагу називали «ойбане», що буквально перекладається як – «літаюче перо». Японський варіант гри, досить швидко поширився усією Південно-Східною Азією. В «ойбане» почали грати в Малайзії, у В'єтнамі, в Індонезії, на Філіппінах, тощо.

Авторитетний венеціанський мандрівник, дослідник Азії – Марко Поло (1254–1324), у нотатках до «Книги про різноманітність світу» згадує аматорські турніри з Середньовічного бадмінтону. Гра у Європі XIII-го – XIV-го століть мала настільки велику популярність, що спричиняла суперечки між гравцями, які належали до найвідоміших королівських родоводів – Гізів і Бурбонів. Неабиякої популярності бадмінтон набуває за доби Ренесансу. Кожен королівський двір мав корти для гри. У Швеції до цих пір функціонує поле для гри, яке збудувала 1650-го року королева Христина Перша Августа (1626–1689) недалеко від королівського палацу. На ньому монархія грала у бадмінтон зі своїми придворними та гостями з делегацій інших країн.



**Христина Перша
Августа**



**Генрі Сомерсет, 8-й герцог
Бофорт**

Сучасна традиція гри бере початок в Англії Вікторіанської епохи, у старовинному маєтку Бадмінтон-хаус, власником якого був відомий спортивний ентузіаст та видавець серії книг про види спорту – Генрі Чарльз Фіцрой Сомерсет, 8-й герцог Бофорт (1824–1899), де господар спорудив 1873-го року перший майданчик для гри, яку назвали іменем садиби – бадмінтон. Герцог друзям продемонстрував, як потрібно управлятися з воланом і ракетками, що одразу спричинило бум захоплення грою. У 1893-му році, заснована Асоціація бадмінтону Англії, опублікувала перший регламент офіційних правил гри. До Великої Британії, аналог майбутнього бадмінтону – індійську версію гри «пуна» («пуне»), завезли офіцери, що несли службу у тодішній колонії, які і створили перший військовий бадмінтонний клуб на Туманному Альбіоні – «Фолькстоун». Членам організації, категорично пропонувалося грати в наймодніших костюмах: чорних сюртуках, високих чоботях на підборах та циліндрах. Правила ці були суворі й незмінні, порушників виключали з клубу, навіть якщо вони на хвилину знімали циліндр, щоб витерти піт з чола. Жінкам дозволялося грати в довгих спідницях і широких кольорових капелюшках, які аж ніяк не допомагали отримати задоволення від гри. Така манерна вичурність була притаманна аристократам доби правління королеви Вікторії Александрини (1819–1901).

Число шанувальників бадмінтону на Британських островах з кожним роком зростало у арифметичній прогресії. Але грати в нього продовжували на майданчиках різних розмірів, тому поява 1887-го року перших універсальних правил, у яких було стандартизовано розміри корту для бадмінтону, який повинен мати

прямокутну конфігурацію розміром 13,4-х на 5,18-х метра. Для парної гри використовується майданчик розміром 13,4-х на 6,1-ту метри. Висота сітки 1,55-х метра біля опор, і 1,52-х метра по центру де дозволене її провисання. На відстані 1,98-х метра від сітки розташована лінія подачі. Між лінією подачі та задньою лінією знаходиться зона подачі. Центральна лінія поділяє зону подачі на правий та лівий майданчики для командних гравців. Перший патент на виготовлення воланів отримала 1898-го року британка Енн Джексон і тоді ж було проведено стартовий офіційний турнір з бадмінтону. А 4-го квітня 1899-го року в Лондоні відбувся перший чемпіонат Англії. Надалі чемпіонати стали дуже популярними в Англії. Кількість клубів з 1901-го по 1911-й роки зростає в десятки разів. Бадмінтон став поширюватися по всій Англії та за її межами. У 1902-му році в столиці Ірландії – Дубліні пройшов перший міжнародний матч з бадмінтону між командою-господаркою та збірною Англії.



Бадмінтон в Англії Вікторіанської епохи

У кінці XIX-го століття, гра починає знаходити прихильників далеко за межами Британської імперії. Публікації спортивних видань тієї пори розповідають про популярність бадмінтону в Європі, Азії та Америці. Каліфорнійські газети писали про захоплення грою відомих зірок німого кіно з Голівуду – Мері Пікфорд, Дугласа Фербенкса і чемпіона серед колег – Чарлі Чаплін.

Проведення на початку XX-го століття серії міжнародних турнірів майстрів ракетки, прискорили процеси формалізації і 5-го липня 1934-го року було засновано Міжнародну Федерацію бадмінтону (IBF – *International Badminton Federation*), до якої увійшло дев'ять країн: Англія, Голландія, Данія, Ірландія, Канада, Нова Зеландія, Шотландія, Франція та Уельс. Кількісний склад Федерації збільшився після дебюту бадмінтону на Олімпійських іграх у Барселоні 1992-го року. А з 2006-го – Міжнародну Федерацію

бадмінтону перейменовано на Всесвітню федерацію бадмінтону (WBF – *World Badminton Federation*).



Мері Пікфорд



Чарлі Чаплін

Офіційний чемпіонат світу вперше відбувся 1977-го року в шведському місті Мальме, на якому тріумфували майстри з Данії. У одиночному розряді серед чоловіків і жінок перемогли данці – Делфс Флеммінг та Лене Кьоппен відповідно, яка ще з партнером Стееном Сковгордом виграла командне золото у змішаних парах. З 1983-го – турніри почали проводити раз на два роки (раніше був трирічний інтервал).



Золоті медалісти історичного чемпіонату світу Делфс Флеммінг (зліва), Лене Кьоппен (в центрі) та Стеен Сковгорд (справа)

А 1989-го відбувся окремий дебютний чемпіонату світу серед змішаних команд (англ. *Sudirman Cup*), який було названо на честь колишнього президента Міжнародної Федерації бадмінтону індонезійця Діка Судірмана (1916–1950). Командний Кубок став найбільш значущим турніром для національних збірних. Проводяться ці змагання раз на два роки, а першими їхніми переможцями були індонезійці.



Дік Судірман



Кубок Судірмана

Для гри у сучасний бадмінтон використовується два типи воланів – пластикові (нейлонові) та пір'яні (натуральні). Пластикові – рекомендують використовувати для любителів та під час тренувань, через тривалість терміну їх застосування. Загальноприйнятим світовим стандартом для змагань та тренувань професійних гравців є використання пір'яних воланів, які виготовляються з 16-ти гусячих пір'їн і пробкової голівки, обтягнутої тонкою лайковою шкірою. Вага волана близько п'яти грамів. На виробництві волани сортуються за швидкістю та стабільністю траєкторії польоту.



Пластиковий волан



Пір'яний волан

Рамка ракетки для бадмінтону повинна бути 680-т міліметрів завдовжки і 230-ть – завширшки. Спочатку ракетки виготовлялися із дерева. Сучасні знаряддя для гри виготовляються з різних матеріалів – від вуглепластику до алюмінію, сталі та титану, завдяки яким вони витримують натяг струн та навантаження від ударів. Професійні гравці зазвичай використовують ракетки з композиційних матеріалів на основі вуглеволокна.



**Ракетка для бадмінтону фірми
Yonex**



**Ракетка для бадмінтону
фірми Head**

Матч у бадмінтоні триває до двох виграних геймів. У всіх чоловічих парних матчах і одиночних гейм виграє сторона, яка першою набере 15-ть очок. В одиночних матчах жінок гейм виграє сторона, яка першою набере 11-ть очок. За рахунку «по 14-ть» у чоловіків та «по 10-ть» у жіночих одиночних матчах, сторона, яка першою набрала 14-ть та 10-ть очок відповідно, має право вибору продовжувати гру до 15-ти (11-ти) очок, тобто «гейм без продовження» або продовжити гейм до 17-ти (13-ти) залікових пунктів.

Що стосується популяризації бадмінтону у нашій країні, то гра тільки-но почала завойовувати серця українців. Ентузіасти Дніпропетровську, Харкова, Одеси, Києва, Миколаєва, Львову, Вінниці, Сум створили хороші обласні осередки бадмінтону, які дадуть змогу виховати висококласних спортсменів, проводити турніри різного рівня для дітей, дорослих, аматорів і гравців-ветеранів. Найвідомішими майстрами бадмінтонної ракетки в Україні є учасник Олімпійських ігор в Атланті-1996 та Сіднеї-2000, переможець Гран-сет Європи-2007, дворазовий бронзовий призер Кубка Європейських чемпіонів – Владислав Дружченко та учасниця

чемпіонатів світу, Європи та Олімпійських ігор, переможниця міжнародних турнірів – Олена Ноздрань.



Олена Ноздрань



Владислав Дружченко

Бадмінтон – гра, яку освоїли і спортсмени з інвалідністю. До програми Паралімпійських ігор вона увійшла на спортивному форумі чотиріччя у столиці Японії – Токіо-2020. Змагання, через пандемію корона вірусної інфекції пройшли роком пізніше. До участі у парабадмінтоні допускаються спортсмени з фізичними, розумовими та вадами зору. Як і в бадмінтоні, парабадмінтоністи змагаються в чоловічому та жіночому одиночному, чоловічому та жіночому парному та змішаному парному розрядах. За показниками фізичних вад інваспортсмени класифікуються за «спортивними класами», щоб забезпечити справедливість та гуманістичні аспекти змагань. У парабадмінтоні за міжнародною нормою класифікація має наступні розділи:

- інвалідний візок 1 (WH 1) – для гри парабадмінтоністам цього класу потрібен інвалідний візок. Гравці – зазвичай мають порушення як нижніх кінцівок, так і функції тулуба;
- інвалідний візок 2 (WH 2) – гравці цього класу можуть мати пошкодження однієї або обох нижніх кінцівок і мінімальне пошкодження тулуба або його відсутність. У цьому класі парабадмінтоністи повинні грати на інвалідному візку;
- стоячий нижній (SL 3) – у цьому класі гравці повинні грати стоячи, маючи пошкодження однієї або обох нижніх кінцівок і неадекватний баланс при ходьбі чи під час бігу;
- стоячий нижній (SL 4) – другий клас стоячих спортсменів, де гравці мають менші порушення порівняно зі спортивним класом SL 3. Парабадмінтоністи можуть мати ушкодження однієї або обох нижніх кінцівок і мінімальне порушення балансу при ходьбі чи під час бігу;

- стоячи верхній (SL 5) – гравці цього класу мають порушення функцій верхніх кінцівок, граючої або неграючої руки;
- низький зріст (SH 6) – це гравці, які мають низький зріст через генетичне захворювання, яке часто називають «карликовістю».



Олександр Чирков



Оксана Козина

Бадмінтонний турнір Паралімпіади в Парижі-2024 для українських майстрів ракетки буде історичним. Вперше на ньому український Інваспорт будуть представляти Олександр Чирков у одиночному розряді та чемпіонка світу Оксана Козина у жіночій парі зі спортсменкою з Португалії.

Керлінг – улюблена гра нащадків кельтів

Керлінг – зимовий олімпійський вид спорту, стратегічна і тактична, командна спортивна гра на льодовому майданчику. Мета даного спорту полягає у завданні набрати командою найбільшу кількість очок. Залікові бали нараховуються за камені, що лежать найближче до центру ігрового поля яке носить назву «будинок» у кінці кожної гри, яка завершується, коли обидві команди використали усі свої камені. Спортсмени мають право як спрямовувати своє каміння ближче до «будинку» так і вибивати з позиції каміння суперників. Гра складається з десяти ендів (періодів). У разі рівності очок призначається додатковий період – екстра-енд, у якому визначається переможець протистояння. За своїм особливостями, гра подібна до традиційної літньої розваги на трав'яному майданчику, яка популярна серед британського населення і носить назву гра в шари або «боулз». Родоначальниками керлінгу вважаються шотландці, які почали в неї грати на початку XVI-го століття і це не дивно, тому що жителі Північних

регіонів частенько, у якості розваги, кидали каміння на гладеньку льодяну поверхню. Така гіпотеза підтверджена матеріальним артефактом, каменем для керлінгу, на поверхні якого вибита дата виготовлення «1511-й рік», знайдений на дні обмілілої водойми маленького кафедрального містечка Данблейн у Південно-Східному окрузі країни нащадків кельтів.



Камінь для керлінгу знайдений у Данблейні

Сюжетну лінію, присвячену керлінгу можна прослідкувати у роботах художників Пітера Брейгеля Старшого, представника Північного Ренесансу, якому належать дві картини написані у 1565-му році та майстра живопису ХІХ-го століття Роджера Гріффіта. Перша письмова згадка про зимову розвагу датується 1541-м роком.



Картина Пітера Брейгеля Старшого



Картина Роджера Гріффіта

Шотландці поширили гру на всій території Британських островів, а згодом в неї вже грали у всіх країнах що входили до Британської імперії – в Канаді, США, у Південних сателітах грали у «боулз» та на Європейському континенті. Станом на сьогодні, з керлінгом знайомі у Японії, Кореї, Китаї, Австралії та Новій

Зеландії. Але у традиційний керлінг на відкритому льоді грають тільки нащадки кельтів.

У Шотландії початку XVIII-го століття утворюються професійні клуби гравців у керлінг, які змагаються у національних лігах та турнірах. Найстаршим клубом вважається асоціація гравців міста Кілс, розташованого на Півночі Шотландії. Асоціація заснована 1716-го року. У 1838-му році в Единбурзі з'явився клуб «Гранд Каледоніан», члени якого розробили перший офіційний список правил гри. За чотири роки новий вид спорту продемонстрували королеві Вікторії Александрині (1819–1901) і вона була настільки вражена, що дозволила клубу перейменуватися на «Королівський».

Керлінг був повноправним видом спорту програми Котсволдських ігор, які започаткував 1611-го року відомий лондонський прокурор Роберт Дувр, після того як оселився у невеличкому живописному містечку Котсволд Хілз. Під орудою Роберта Дувра змагання проводились аж до 1642-го року, доки через політичні і релігійні суперечності, які призвели до громадянської війни в Англії, були перервані. Детальний опис гри вперше було зроблено 1636-го року у роботі під назвою «Анналій Дубренція». Помер Роберт Дувр 1652-го року. Відновилися Котсволдські ігри за вісім років і регулярно проводяться до наших днів. Історики фізичної культури і спорту вважають змагання започатковані прокурором предтечею ребредингу проєкту під назвою Античні Олімпійські ігри.



Святкування 200-річного ювілею Котсволдських ігор.

Офіційно керлінг увійшов до програми олімпійських видів спорту, починаючи із зимової Олімпіади у Нагано-1998. На першому

фестивалі зимових видів спорту у Шамоні 1924-го року, якому згодом Міжнародний Олімпійський Комітет надав олімпійського статусу, керлінг був лише демонстраційним видом спорту. У 2006-му МОК вирішив ретроспективно визнати офіційними змагання з керлінгу, що проводилися в Шамоні-1924. Показовим матчем з керлінгу між національними збірними командами США та Канади були прикрашені Ігри III-ї Олімпіади у Лейк-Плесіді-1932.

Сучасний майданчик для олімпійського і міжнародного керлінгу являє собою прямокутне льодове поле, довжина якого не повинна перевершувати 45,72-х метра, а ширина п'ять. Згадувані нами центри гри, або «будинки», мають діаметр 3,66-х метра. Відстань між ними – 34,75-х метра. Битка – кам'яний диск із ручкою вагою 19,96-х кілограма, виготовляється з певного виду граніту, видобутого на острові Ейлс-Крейг у Шотландії. Він має циліндричну форму та пласку ковзаючу поверхню. Зверху каменю є ручка. Температура поверхні льоду для керлінгу повинна бути не вищою п'яти градусів нижче нуля. У керлінг грають дві команди по чотири гравці (скіп, віце-скіп, перший та другий), які по чергову кидають гладенькі відполіровані гранітні битки крижаною доріжкою у напрямку до цілі, відзначеної на протилежному кінці майданчику концентричними колами. Два гравці допомагають спрямувати ігровий камінь у потрібну точку за допомогою спеціальних щіток, якими вони натирають лід у напрямку руху битки, внаслідок чого на льодовій поверхні утворюється тонкий шар вологи, що сприяє збільшенню швидкості засобу для гри. Гравець, котрий кидає битку, одягає на взуття тефлоновий слайдер, що забезпечує гарне ковзання. Для запобігання травм спортсмени використовують наколінники.



Керлінг на Олімпійських (зліва) та Паралімпійських іграх (справа)

У олімпійському керлінгу передбачена гендерна рівність, на Зимових іграх представлені команди як чоловічі так і жіночі. Інколи у міжнародних змаганнях навіть практикується участь міксів, коли на льодовому майданчику грають у одній команді представники обох статей. Сучасні технологічні ноу-хау дозволяють у керлінг грати і особами з фізичними вадами. Перший паралімпійський турнір з керлінгу на візках пройшов у італійському Турині-2006, у якому перемогли канадці, срібло вибороли британці, третю сходинку п'єдесталу посіли шведські інваспортсмени з ураженням опорно-рухового апарату.



Турнір з керлінгу на візках на Паралімпіаді у Ванкувері-2010

Керлінг для візочників було презентовано Виконкомом Міжнародного Паралімпійського Комітету у на Іграх у американському Солт-Лейк-Сіті-2002. Зміст гри, на думку журналістів видання «Паралімпік-експрес», у чимось схожий на бочче – досить простий. Гравці рухають камінь по льоду, намагаючись розмістити його якнайближче до центру кола – у вигляді кілець, яке називається «будинком». Зараз гра отримала перманентну прописку у програмі зимових Паралімпіад.

Ковзанярський спорт або швидкісний біг на ковзанах

За визначенням «Великої спортивної енциклопедії» ковзанярський спорт – загальна назва для спортивних дисциплін, в яких атлети змагаються на швидкість подолання певної дистанції на ковзанах. Залежно від міжнародних правил проведення змагань,

ковзанярський спорт поділяється на випробовування на довгій доріжці (велика ковзанка), на короткій доріжці – шорт-трек (на хокейному майданчику) та марафонський біг. Але більш акцентованими, стосовно етимології назви виду спорту, є тільки змагання на довгій доріжці. Ковзанярський спорт входить до програми Зимовим олімпійським ігор у чоловічій і жіночій програмі. Даний вид спорту досить популярний у країнах Північної півкулі з тривалим зимовим періодом – Нідерландах, Німеччині, Норвегії, Канаді, Сполучених Штатах Америки, Японії, Кореї та Китаї.



Швидкісний біг на ковзанах



Шорт-трек

Змагання проводяться на льодовій ковзанці із двома доріжками, на які спортсмени виходять парами. Оскільки внутрішня доріжка має меншу довжину, ніж зовнішня, то по ходу дистанції спортсмени по чергово міняються ними. Міжнародний союз ковзанярів (ISU), який було створено у місті Шевенінгені (Нідерланди) 1892-го року, спортивна організація, що опікується проведенням змагань найвищого рівня і є найстаршою серед федерацій зимових видів спорту.

На міжнародних змаганнях класичними є дистанції на п'ятсот, тисячу, півтори, три, п'ять та десять тисяч метрів. Крім медалей на окремих дистанціях розігрується також звання абсолютного чемпіона у багатоборстві. З метою трансформацій у олімпійських видах спорту, для підвищення їх видовищності та масовості, останнім часом у ковзанярському спорті з'явилася нова дисципліна – командна гонка переслідування, в якій визначається найкращий національний колектив, що складаються із трьох ковзанярів. Команди стартують навпроти одна одної, як у велосипедній гонці переслідування.

Де і коли було винайдено ковзани, достеменно не відомо. У 1948-му році в Казахстані було знайдено шість ковзанів початку першого тисячоліття до н.е. А в Британському музеї були виставлені

кістяні ковзани, на яких каталися майже дві тисячі років тому. За формою ковзани мали широкі кістяні леза, які кріпилися ремнями до взуття і нагадували мініатюрні лижі.



**Ковзани знайдені у
Казахстані**



Ковзани з Британського музею

Ковзани з кісток тварин були знайдені у гробниці на заході сучасного Китаю, їх виготовили три з половиною тисячі років до нашої епохи. Аналогічні засоби швидкого пересування кригою, були знайдені і у Європі, Античні «спортсмени» прив'язували їх до взуття за допомогою шкіряних ремінців, використовуючи отвори на ковзанах. У Шведському історичному музеї в Стокгольмі зберігаються ковзани десятого століття, у яких черевики виготовлені зі шкіри, а лезо ще з кістки. Скандинавські чоловіки і жінки користувалися такими засобами для долання великих відстаней у холодну пору року.

З XIII-го століття ковзани служили людям засобом пересування по замерзлих річках, озерах і каналах у Північних країнах. Вже тоді в Голландії почали робити ковзани, що складаються з дерев'яної основи, в яку вставлялися металеві смужки. Такі ковзани шкіряними пасками кріпилися до взуття. Указана конструкція, збільшувала швидкість пересування льодяною поверхнею, була кращою опорою під час розгону і поворотах, загнуті кінці дозволяли ковзанярям обертатися навколо своєї осі та огинати крутіші дуги на віражах. А саме головне – така форма ковзанів надала можливість перенести хореографічне мистецтво на лід.

Віллем ван Ораньє-Нассау (1650–1702) правитель Нідерландів, який під іменем Вільгельма III Оранського з 1672-го року став королем Англії, зробив пріоритетним ковзанярський спорт з голландськими традиціями на Британських островах. Після смерті короля, у 1742-му році у столиці Шотландії було створено перше в

світі товариство любителів катання на ковзанах – Единбургський ковзанярський клуб. Умови членства у англійських клубах майстрів вправного катання на ковзанах XVIII-го століття, були досить важкими економічно (великі членські внески) та технічно – треба було проїхати половину кола ковзанки на одній нозі, перескочивши через різноманітні перешкоди. Британська клубна система була платформою формування англійського стилю фігурного катання та домінувала на міжнародних змагання протягом XIX-го та на початку XX-го століть.



**Скандинавські ковзани
X-го століття**



**Голландські ковзани
XIII-го століття**



**«Катання на ковзанах за міськими стінами» картина
нідерландського живописця Аверкампа Хендріка (1585–1634)**

Першим методичним посібником з ковзанярського спорту була наукова публікація Роберта Джоунза «Трактат про катання на ковзанах», який вийшов друком 1772-го року. Автор служив офіцером Королівської артилерії британської армії і водночас захоплювався вивченням історії фігурного катання. У трактаті

Роберт Джоунз описав техніку використання під час їзди зовнішньої і внутрішньої граней леза ковзанів, способи гальмування, рухів спиною вперед, стрибків ногами разом та нарізно, тощо. Описана техніка володіння ковзанами вплинула на подальше формування європейського ковзанярського спорту та фігурного катання.

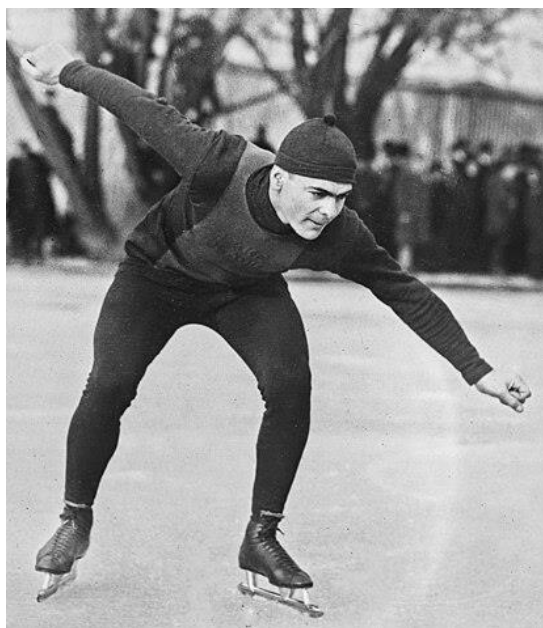
З часом, ковзани поступово перестали бути лише видом своєрідного транспорту і елементом розваги та оформилися у олімпійський вид спорту.



Ковзани XIX-го століття



Сучасні ковзани для бігу



Чарльз Генрі Джетроу



Клас Тунберг

Ковзанярський спорт належить до зимових олімпійських видів спорту з Ігор у французькому містечку Шамоні 1924-го року. А першим чемпіоном в історії Зимових Олімпіад став американський ковзаняр Чарльз Генрі Джетроу (1900–1996), який переміг на короткій дистанції – п'ятсот метрів. Героєм Шамоні-1924 став норвезький майстер швидкої їзди на – Клас Тунберг (1893–1973), який з олімпійськими рекордами переміг на дистанціях півтори і

п'ять тисяч метрів та у багатоборстві. Жіночі змагання на Іграх Олімпіад проводяться з 1960-го року, а перед тим спортсменки змагалися у показових забігах на Олімпіаді у Лейк-Плесіді-1932. На даний момент на Олімпійських форумах з зимових видів спорту розігруються по сім комплектів медалей серед чоловіків і жінок.

На окремих Дефлімпійських іграх змагалися і сурдоковзанярі – у американському Лейк-Плесіді-1975, італійському Мадонна-ді-Кампільйо-1983, норвезькому Осло-1987 та канадському Банфі-1991. Зараз, указаний вид спорту не входить до програми Дефлімпіад.

В Україні ковзанярський спорт має давні традиції. Вважається, що на історичних теренах країни, першими майстрами ковзанярської справи були скіфи та кіммерійці – кочові племена, які жили 3200-ті роки тому в Північному Причорномор'ї. Древні ковзани цього періоду були знайдені науковцями та зберігаються у Одеському археологічному музеї. Вони прив'язували до ніг кістки тварин для того щоб швидко долати льодяні відстані. Також робили і представники багатьох інших народів з якими контактували кіммерійці, у тому списку були і праукраїнці, наші предки, які протягом багатьох століть консолідували у власній фізичній культурі доробок попередніх цивілізацій, що мешкали на теренах Великого Євразійського степу.



Скіфські лучники на ковзанах

Ковзанами вміло користувалися дружинники Київських князів, та козацька молодь. На престольні зимові свята, одягали ковзани парубки і визначали майбутнього ватажка парубоцької громади або

ж визначали достойного кавалера для красуні того чи іншого населеного пунктів. Багато українських міст зберегли етнічні зимові випробовування з застосуванням ковзанів і до наших днів.

Чемпіонати України з ковзанярського спорту почали проводитися ще у 1920-х – 1930-х роках минулого століття. Українські ковзанярі брали участь у всесоюзних змаганнях і Спартакіадах. Національна федерація ковзанярського спорту була заснована у 1952-му році. Значний успіх українського ковзанярського спорту пов'язаний з перемогами Олега Гончаренка (1931–1986), який здобув звання абсолютного чемпіона світу у багатоборстві вперше серед радянських спортсменів у 1953-му, 1956-му та 1958-му роках, став найсильнішим у Європі 1957-го та 1958-го років. На VII-х зимових Олімпійських іграх у італійському місті Кортіна-д'Ампеццо-1956, виграв дві бронзові нагороди на дистанції п'ять та десять тисяч метрів. У жінок найвідомішою спортсменкою є абсолютна чемпіонка світу 1977-го року у класичному багатоборстві, ковзанярка з Івано-Франківську – Віра Бриндзей.



Олег Гончаренко

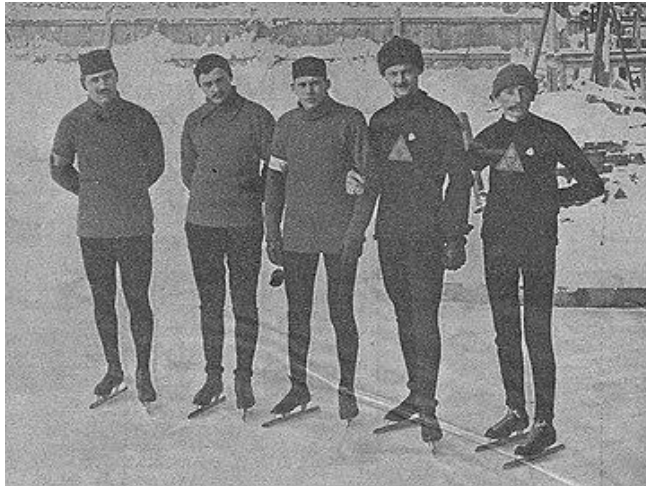


Віра Бриндзей

На західній Україні, ковзанярський спорт підґрунтя для свого розвитку, знайшов трішки раніше, 1896-го року створюється Львівське ковзанярське товариство – перша спортивна організація Галичини та Речі Посполитої, яке разом з Варшавським – були засновниками Польської федерації ковзанярського спорту. Льодова арена кожної зими у Львові відкривалася після замерзання води на Пелчинських ставках і функціонувала аж до 1930-х років.

У період між світовими війнами у клубі діяли секції фігурного катання та хокею. Найвідомішими представниками товариства були ковзаняр Тадеуш Ковальський (1894–1940) та хокеїсти Роман Сабінський (1908–1978), Ян Гемерлінг (1907 – дата

смерті невідома) та Вацлав Кухар (1897–1981), які виступали за львівський клуб «Погонь» та на Зимових олімпійських іграх за національну команду Польщі. Хокейна команда Львівського ковзанярського товариства брала участь у чемпіонаті Польщі з хокею у сезоні 1928-го – 1929-го років.

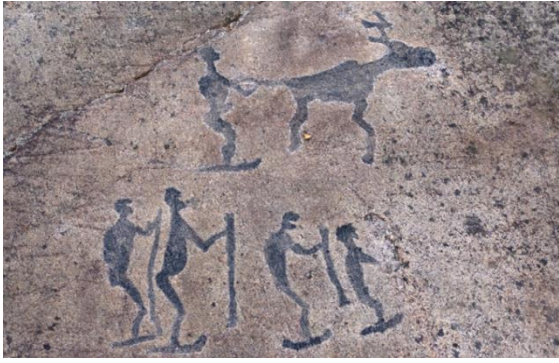


Ковзанярі Львівського товариства (1912-й рік)

Високе реноме українського ковзанярського спорту підтримали киянки – чемпіонка світу Тетяна Тарасова, срібна призерка чемпіонату світу 1973-го року та бронзова призерка Європейської першості 1974-го року Тетяна Шелехова, бронзова призерка чемпіонату світу у класичному багатоборстві 1983-го року, срібна призерка чемпіонату Європи 1994-го року Валентина Лаленкова, та ін. Проте, за часів незалежності, результати українських ковзанярів на міжнародних льодових аренах, на тлі світових спортсменів, виглядають не досить переконливими. Центрами підготовки майбутньої і амбітної генерації спортсменів-ковзанярів в Україні є Київ та обласні центри – Харків і Дніпро.

Історія лижного спорту та біатлону

Наскальні зображення найдавніших лижників, виявлені у печерах Швецької та Норвезької Карелії, це петрогліфічні малюнки датовані IV-м – III-м тисячоліттям до н.е. На Карельських петрогліфах зображені мисливці на довгих вузьких лижах із загнутими носками та палками в кожній руці. До цього, в основному первісні люди застосовували «снігоступи» – овальні дерев'яні ободи, перетягнуті мотузками або шкірою звірів, довжиною сорок або шістдесят сантиметрів і шириною – від двадцяти до тридцяти.



**Петрогліфи лижників датовані
періодом пізнього неоліту**



Снігоступи

Але історія лиж, як засобу пересування, починається за сорок – тридцять тисяч років до нашої ери, наприкінці періоду пізнього палеоліту в епоху Вюрмського оледеніння, коли сучасні люди розселилися по усій території нашої планети. У кінці неоліту, мисливці Північних територій, переслідуючи тварин пересувалися на лижах різної довжини – на довгій ковзали, а короткою відштовхувалися від снігової поверхні. Згадки про використання лиж жителями Гіпербореї (легендарна Північна країна за вітрами-бореями у грецькій культурі) можна зустріти у істориків і мандрівників Ксенофонта (431/430–356 роки до н.е) та Страбона (64/63 роки до н.е. – 23/24 роки н.е.). Античні науковці зазначали, що народи Кавказу ще 400-та років до нашої ери, використовували снігоступи для легшої ходи снігом. З розвитком людства, форма лиж теж постійно удосконалювалася. Більш довгі та вузькі лижи використовували для пересування по рівнинній місцевості, коротші та широкі у лісі та на пересічній місцевості. Поверхню лиж, на якій здійснювалось ковзання, згодом стали підбивати шкірою нерпи з хутром, направленим назад, що забезпечувало порівняно гарне ковзання. А для гірської місцевості були винайдені широкі лижі.

У літописах, гірські лижі, вперше згадуються у ісландському стародавньому епосі «Едда». Одна із його саг розповідає про життя норвезького короля Гаральда III Сігурдсона (1015–1066) – великого воїна і жорстокого правителя. Який служив у варязькій гвардії Ярослава Мудрого (978–1054), а після смерті брата Магнуса став правителем Норвегії. Тієї доби, вміння спускатися з гір на лижах, було ознакою шляхетного походження. Проводилися навіть змагання з швидкісного спуску, на яких суперники визначали найкращого. Зазвичай, у таких випробуваннях – перемагав сам король. За однією з багатьох легенд, тим, хто мав необережність перемогти Гаральда у змаганнях, правитель пропонував подолати

іншу, дещо складнішу трасу. Гість повинен був проїхати невідомим для нього маршрутом і після одного з поворотів неодмінно падав у круту прірву. Таким чином, тиран тримав «чемпіонське» звання багато років. В історії Гаральд III Сігурдсон за свою підступність отримав прізвиськом Гардраде – «жорстокий, безжалісний», з яким і увійшов у норвезьку і світову історію. Загинув Гаральд у бою з британцями.



Гаральд III Сігурдсон

Давні гірськолижники їздили балансуючи однією палицею. У XIX-му столітті данський мандрівник Кнут Леєм у своєму путівнику писав про надзвичайні здібності норвезьких дітей у катанні з гір. За його спостереженнями, деякі з них вміли на шаленій швидкості спіймати шапку, яку кинули з гори. Сучасна історія гірських лиж починається з містечка Телемарк (недалеко від Осло) та його мешканця Сондре Норхайма (1825–1897), який придумав нові кріплення, де п'ятка взуття була добре з'єднана з носком берестяним паском. Завдяки цьому винаходу, норвежець міг не тільки впевнено керувати лижами під час спуску, а й спокійно стрибати з різних природних трамплінів, не боячись загубити лижі. У 1868-му році на столичних змаганнях Сондре Норхайм разом із двома друзями вразив публіку шаленою швидкістю спуску та новою вишуканою технікою. Місцева преса декілька днів захоплено описувала переваги інновацій, які продемонстрували спортсмени з Телемарка. З того моменту почався справжній розвиток гірськолижного спорту.

Перші повідомлення про проведення лижних змагань, ми знаходимо у історичній інформації Скандинавських країн, яка відносяться до епохи Відродження. З 1555-го року, регулярні змагання з лижних гонок почали проводитися в Лапландії (Північ

Скандинавії та Західна частина Кольського півострова) під час народних свят. У XVI-му столітті, лижний спорт, досить потужно розвивається у норвезькій армії, де лижні загони були самостійним родом військ. Біг на лижах у військовому спорядженні на короткі та довгі дистанції входило до системи військового вишколу норвезьких бранців.



Сондре Норхайм



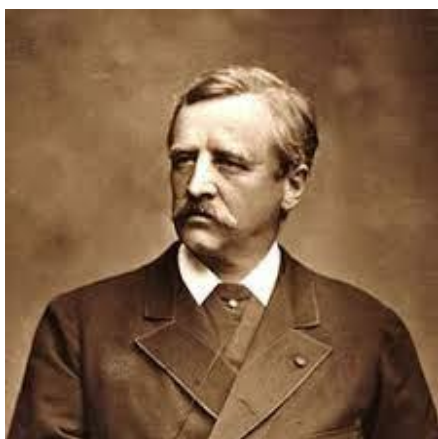
**Норвезький військовий
лижник XVIII-го століття**

У 1767-му році, спеціально для армії була розроблена програма змагань на лижах для солдат, куди увійшли змагання на короткі дистанції в повній амуніції та зі зброєю, стрільба у ціль під час спуску зі схилу, спуск зі схилу серед кущів, тощо. До участі у військових випробовуваннях допускалися і представники цивільного населення. Завдяки розвитку лижного спорту в армії, він став популяризуватися і по всій Норвегії. Так, в 1877-му році створюється клуб любителів лиж «Христианія» (таку істричну назву мала норвезька столиця – Осло), який почав проводити змагання для майстрів зимового виду спорту. Досить популярними були змагання у передмісті норвезької столиці – Гольменколлені, які були започатковані 1888-го року, та приймають учасників по теперішній час.



Сучасний лижний стадіон у Гольменколлені

Норвезька спортивна традиція мала значний вплив і на Швецький зимовий спорт. Популяризації лижного спорту в цій країні, сприяли лижні перегони на двісті та чотириста шістьдесят кілометрів, організовані відомим дослідником Арктики бароном Нільсом Адольфом Еріком Норденшельдом (1832–1901) у 1883-му – 1884-му роках. Перший клуб любителів лижного спорту у столиці Швеції Стокгольмі, було засновано у 1895-му році. У середині XIX-го століття починають проводитися лижні змагання у Естерсунді – місті Центральної Швеції.



**Нільс Адольф
Норденшельд**



**Сучасний лижний стадіон у
Естерсунді (Швеція)**

Лижні види спорту є базовими на зимових Олімпійських іграх. Хоча Зимові Олімпіади почали проводитися з відстоянням майже у 28-м років, питання про їх проведення, висунуте П'єром де Кубертенем (1863–1937) ще на початку XX-го століття, завжди мало

актуальність у роботі Міжнародного Олімпійського Комітету. Дискусію, щодо форуму зимового спорту, блокували Норвегія і Швеція, представники яких у МОК, аргументували віддермінування змагань через проведення традиційних «Північних ігор», які були започатковані 1901-го року і збирали найкращих майстрів зимових видів спорту. І тоді П'єр де Кубертен пішов на безпрецедентний крок, разом з командою однодумців він проводить у французькому містечку Шамоні 1924-го року «Міжнародний спортивний тиждень з нагоди річниці VIII-ї Олімпіади». Формат заходу та кількість учасників перевершив очікуване. І за рік Міжнародний Олімпійський Комітет надав змаганням статус Першої зимової Олімпіади. У Шамоні-1924 змагалися 233-и спортсмена з 16-ти країн світу. У всіх дисциплінах лижного спорту переможцями виявилися спортсмени з Норвегії. З 12-ти розіграних медалей вони поступилися лише однією бронзовою нагородою фіну Тапані Ніку (1895–1989) у гонці на 18-ть кілометрів. А героєм перших Зимових олімпійських ігор став норвежець, найкращий лижник початку ХХ-го століття Турлейф Хауг (1894–1934), який виборов три золоті та одну бронзову нагороди.



Турлейф Хауг



Тапані Ніку

Біатлон – зимовий, інтегрований вид спорту, що поєднує лижні гонки і стрільбу лежачи та стоячи на кількох вогневих рубежах з дрібнокаліберної гвинтівки. Активний розвиток біатлону припадає на 20–30-ті роки ХХ-го століття, коли у Європейських країнах, набувають популярності змагання з лижних перегонів серед військових патрулів. В той період біатлон носив таку назву. Хоча змагання для військових лижників зі стрільбою мали започаткування у Норвегії XVII-го століття. Перегони військових патрулів

увійшли до програми перших Зимових Олімпійських ігор в Шамоні 1924-го року. Перманентною була історія розвитку гонок військових патрулів аж до 1948-го року. У сучасному вигляді змагання з біатлону почали проводитись лише з 1958-го – коли пройшли чемпіонати світу та Європи.



Лижні гонки зараз



Сучасний біатлон

Біатлон є олімпійським видом спорту. Вже у 1960-му році його, практично в сучасному вигляді, було включено до програми зимових Олімпійських ігор. Тоді ж у Скво-Веллі-1960 (США) був розіграний перший комплект олімпійських нагород у чоловіків. А ось жінки вперше виступили на Олімпійських іграх у Альбервілі-1992 (Франція). Першою олімпійською чемпіонкою з біатлону стала росіянка Анфіса Резцова. Перші олімпійські медалі в спринті були розіграні лише через двадцять років, 1980-го року в Лейк-Плесіді (США) де чемпіоном став німець – Франк Ульріх. А гонка переслідування з'явилася в програмі Зимових Олімпіад у американському Солт-Лейк-Сіті-2002. Першою олімпійською чемпіонкою у зазначеному виді біатлону – виявилася росіянка Ольга Пильова. Серед чоловіків – Уле-Ейнар Бйорндален. Масстарт включили до програми Ігор лише 2006-го року в Турині. Де золото вибороли шведська спортсменка Анна-Карін Улофсон, а серед чоловіків це вдалося – Міхаелю Грайсу з Німеччини.

Сніхоходами і лижами користувалися народи, котрі мешкали на теренах Великого Євразійського степу – кіммерійці, скіфи і сармати. Знайдені українськими археологами матеріальні артефакти у Центральних і Південних районах України, мають датування XII-го – X-го століття до н.е. В історичних письмових документах термін «лижі» починає зустрічатися з XII-го століття. Воно має походження від праслов'янського «лизгати», яке означає ковзатися гладкою поверхнею. Археологічні розкопки, що проводилися на території

Середньовічного Новгороду, свідчать про факт практичного застосування лиж жителям України-Русі. Знайдена під час історичної експедиції лижа, вік якої науковці віднесли до першої половини XIII-го століття, за своєю конструкцією мало чим відрізнялась від сучасних мисливських і побутових лиж. Її довжина була 1,92-х метра, ширина – 8-м сантиметрів, а це указує на те, що власник лижі мав доволі високий для тієї пори зріст – 180-т сантиметрів. На середині лижі, передній кінець якої був загнутим догори, вченими було виявлене потовщення до 3 см – платформа з наскрізним горизонтальним овальним прорізом для ремінця за допомогою якого засіб кріпився до ноги

Прадавні слов'яни, застосовували лижі не лише на полюванні, а і у військових кампаніях. Староруські літописи розповідають про напад на Рязань у 1444-му році татарського війська хана Хаджі I Гірея (1397–1466). І тоді, на підмогу воїнами осадженого міста князь Василь II Темний (1415–1462) послав дружинників на лижах, які вчасно встигли і не дали завоювати Рязань татарським нападникам. Лижі для війни використовували козаки Богдана Хмельницького (1595–1657). У Карпатах, під час визвольної боротьби українського народу проти австро-угорських загарбників, лижами користувався народний герой Гуцульщини Олекса Довбуш (1700–1745).

Українські майстри лиж і біатлону завжди беруть участь у всіх офіційних змаганнях зимового сезону – чемпіонаті світу та Європи, етапах Кубку світу та Олімпійських іграх. Найвідомішими олімпіоніками нашої країни є біатлоністки – Олена Білосюк (Підгрушна), Юлія Джіма, сестри Валя і Віта Семеренки – чемпіони XXII-ї Олімпіади 2014-го року у біатлонній командній естафеті, срібна призерка Ігор у Нагано-1998 – Олена Петрова володарка срібної медалі у гонці на 15-ть кілометрів, бронзова номінантка Ліллекхаммеру-1994 у спринті – Валентина Цербе; лижники – срібний призер Ігор у Сараєво 1984-го року, Олександр Батюк, учасниця п'яти Ігор Олімпіад, бронзова призерка чемпіонатів світу, володарка дистанційного Кубку світу – Валентина Шевченко, та ін.

Лижні гонки і біатлон також є базовими спортивними дисциплінами на Зимових Паралімпійських змаганнях, починаючи від перших Ігор у шведському місті Ерншельдсвіку 1976-го року. На Дефлімпійських – сурдолижники почали виборювати нагороди вже на перших Іграх 1949-го року у австійському Зефельд-ін-Тіролі.



Олімпійські чемпіонки (зліва на право) Валентина Семеренко, Юлія Джіма, Олена Білосюк (Підгрушна) та Віта Семеренко

Кращими зимовими паралімпійцями України і світу, є видатні спортсмени Олена Юрковська, яка завоювала в цілому п'ятнадцять нагород на Паралімпійських іграх. До слова, вона входить до трійки українських спортсменів з інвалідністю, які крім іншого, виграли ще й більше всіх золотих медалей. В її активі призові місця VIII-х Зимових ігор 2002-го року в США, IX-х Зимових ігор 2006-го року в Італії та X-х – 2010-го року в Канаді. У різних змаганнях Олена Юрковська відзначилася завоюванням п'яти комплектів паралімпійських нагород.

Юлія Батенікова-Бауман, виступаючи в лижних видах спорту, дев'ять разів займала призові місця Зимових Паралімпійських ігор. Зокрема, вона стала володаркою нагород IX-х Зимових ігор 2006-го року в Італії, X-х – 2010-го року в Канаді. Серед її здобутків – п'ять срібних і чотири бронзові паралімпійські медалі.



Олена Юрковська



Віталій Лук'яненко

Світлана Трифонова, змагаючись у лижних гонках та біатлоні, завоювала для України сім паралімпійських нагород. Їй підкорилися VII-мі Зимові ігри 1998-го року в Японії, VIII-мі Зимові ігри 2002-го року в США та IX-ті – 2006-го року в Італії. В активі Світлани Трифоновой чотири срібні та три бронзові нагороди.

Найтитулованішим паралімпіоніком серед чоловіків є лижник і біатлоніст Віталій Лук'яненко, який виступав на Зимових Іграх протягом двадцяти років. Розпочав власну параолімпійську історію з Солт-Лейк-Сіті (США) 2002-го року, де молодий спортсмен завоював бронзову медаль і закінчив золотою перемогою на Паралімпіаді в Пекіні 2022-го року. Загалом же Віталій Лук'яненко є володарем семи золотих та однієї срібної параолімпійських нагород у біатлоні та однієї срібної і трьох бронзових – у лижних гонках.

IX-ті Зимові ігри 2006-го року в Італії, X-ті – 2010-го року в Канаді стали призовими для Юрія Костюка. Він переміг у таких дисциплінах, як «сидячі» лижні гонки, біатлон та естафета. Всього спортсмен завоював одну золоту, чотири срібні та одну бронзову паралімпійську медаль.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

1. Які види спорту називаються олімпійськими?
2. Норма якого документу визначає олімпійський статус виду спорту?
3. Які вимоги висуває Міжнародний Олімпійський Комітет до виду спорту щодо отримання олімпійської прописки?
4. Під егідою якої міжнародної організації проводяться літні і зимові Олімпійські ігри?
5. Скільки видів спорту було представлено у програмі Олімпійських ігор в Парижі-2024?
6. Які нові види спорту доповнили програму змагань Ігор у Парижі-2024?
7. Скільки в Україні літніх і зимових олімпійських видів спорту?
8. Яка інституція опікується розвитком олімпійської концепції в Україні?
9. Коли Міжнародний Олімпійський Комітет визнав Національний Олімпійський Комітет України?
10. Хто з українців брав участь у перших відроджених Олімпійських іграх сучасності?
11. Які змагання є продовженням Олімпійських ігор?
12. Які категорії спортсменів об'єднує Паралімпійський спорт?
13. Яка періодичність проведення Дефлімпійських ігор?

14. Перерахуйте функції адаптивного спорту?
15. Назвіть фундаментальні принципи адаптивного спорту?
16. Чому «футбол» є найпопулярнішим видом спорту у світі?
17. Хто остаточно 1862-го року розділив «футбол» і «регбі» на дві самостійні спортивні гри?
18. Які речовини використовували Центральноамериканські індіанці ольмеки і тольтеки для виготовлення гумових м'ячів?
19. Як за результатами храмової гри «улама», жерці трактували майбутній врожай сільськогосподарських культур?
20. Хто винайшов гумову камеру для футбольного м'яча?
21. Яку назву мало місце старту на легкоатлетичних змаганнях у Стародавній Елладі?
22. У який спосіб царі додинастичного Єгипту отримували право очолити державу по обидва боки Нілу?
23. У яких іграх Античної Греції «гоплітодром» – біг у військовому спорядженні, був головним видом спортивних випробувань?
24. Чому легку атлетику називають «королевою спорту»?
25. У який спосіб визначався переможець Античного п'ятиборства – «пентатлону»?

РОЗДІЛ 2

ОНТОЛОГІЯ НЕОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ

Неолімпійськими – називають види спорту, які не входять до програми Олімпійських ігор, але визнаються Міжнародним Олімпійським Комітетом та можуть бути кандидатами на включення до програми Ігор Олімпіад. У світі культивується більше 150-ти неолімпійських видів спорту (кількість не є сталою), які вже давно вийшли за межі статусу національного і знайшли підґрунтя для еволюції далеко за межами своєї батьківщини. Усі види спорту, які не потрапляють до олімпійської програми, вирізняються масштабністю (розвиваються на усіх континентах), традиційністю, оригінальністю, трансгендерністю та користуються великим попитом у середовищі молодих людей. Що є переконливим аргументом щодо потрапляння їх на Ігри Олімпіад. Тому альтернативним спортивним форумом для указаних змагаь, є Всесвітні ігри (*World Games*), які розпочали свою історію з 1981-го і щочотири роки відбуваються у різних містах нашої планети. Перші змагання зазначеного формату, пройшли за грандіозної помпезності у американському місті Санта-Клара, куди з'їхалися атлети-неолімпійці з 31-ї країни світу. Нагороди змагань у 18-ти видах спорту серед яких бадмінтон, бодібілдинг, плавання в ластах, фігурне катання на роликівих ковзанах, карате, водне поло, тощо, розіграли 1265-ть учасників. У неофіційному командному заліку першу сходинку п'єдесталу пошани посіли спортсмени зі Сполучених Штатів Америки, другу – Південнокрейські атлети, третю – команда Італії. Останні Всесвітні ігри пройшли з 7-го по 17-те липня 2022 року у місті Бірмінгем у штаті Алабама (США). У програмі спортивного форуму було представлено 30-ть неолімпійських видів спорту, включаючи 54-ри змагальні дисципліни. Вперше на іграх дебютували перегони безпілотників, каное-марафон, брейк-данс (який вже став олімпійським видом), жіночий фістбол, кікбоксинг і паркур. Софтбол і ракетбол повернулися до офіційної програми Всесвітніх ігор. Показові змагання, що не були включені до офіційної хартії Ігор з неолімпійських видів спорту, включали 17-ть дисциплін у дуатлоні, флаг-футболі (безконтактний варіант американського футболу, у якому замість жорсткого захвату досить зірвати з суперника прапорця), регбі на візках, ушу і чоловічому лакросі.



Лакрос



Флаг-футбол

У Бірмінгемі-2022 перше місце неофіційного медалевого заліку посіла національна збірна Німеччини, другими були неолімпійці зі Сполучених Штатів Америки, третіми – спортсмени з України. Загалом же відбулося XI-ть Всесвітніх спортивних форумів з неолімпійських видів спорту.

В Україні Міністерством молоді та спорту визнано 120-ть неолімпійських видів спорту (кількість не є сталою), які розподілені на три категорії (групи). Критерії пріоритетності неолімпійських видів спорту встановлюються з урахуванням результату виступів спортсменів національних збірних команд України на офіційних міжнародних змаганнях.

До першої категорії віднесено 20-ть видів спорту: бодібілдинг, боротьба самбо, боулінг, воднолижний спорт, джиу-джитсу, кікбоксинг WAKO, парашутний спорт, пауерліфтинг, підводний спорт, пляжний гандбол, пляжний футбол, сквош, спортивна акробатика, спортивна аеробіка, спортивне орієнтування, сумо, танцювальний спорт, таїландський бокс (муй-тай), ушу та шахи.

До другої категорії увійшли 12-ть видів спорту: акробатичний рок-н-рол, більярдний спорт, боротьба на пасках «Алиш», го (історія гри описана у третьому розділі), греплінг, панкратіон, пляжна боротьба, перетягування канату (линви), роликовий спорт, спортивний брідж, французький бокс («сават»), шашки.



Сквош



Пляжний гандбол

Статус третьої категорії отримали 88-м видів спорту: авіамодельний спорт, автомобільний спорт, авіамодельний спорт, айкідо, аквабайк, альпінізм, американський футбол, армспорт, багатоборство тілоохоронців, богатирське багатоборство, боротьба кураш, бойове самбо, боротьба на пасках, вейкбординг, веслування на човнах «дракон», вертолітний спорт, військово-спортивне багатоборство, водно-моторний спорт, гирьовий спорт, годзю-рю карате, голубиний спорт, городковий спорт, дартс, дельтапланерний спорт, естетична групово гімнастика, змішані єдиноборства (ММА), карате JKS, карате WKS, карате JKA WF, кіберспорт (електронний спорт), кікбоксинг ISKA, кікбоксинг WKA, кікбоксинг WPKA, кікбоксинг ВТКА, кіокушин будо карате, кіокушин карате, кіокушинкай карате, кіокушинкайкан карате, кйокушінкаі карате унія, козацький двобій, комбат дзю-дзюцу, комбат самозахист ICO, кунгфу, літаковий спорт, мініні-гольф, морські багатоборства, мотоциклетний спорт, парапланерний спорт, пейнтбол, петанк, планерний спорт, практична стрільба, повітроплавальний спорт, пожежно-прикладний спорт, поло, поліатлон, професійний бокс, радіоспорт, ракетомодельний спорт, регбіліг, риболовний спорт, рукопаш гопак, рукопашний бій, середньовічний бій, спортивний покер, спорт із собаками, спортивні танці, спортивний туризм, спорт надлегких літальних апаратів, спорт з літаючим диском, спортінг, стронгмен, судномодельний спорт, тхеквондо, тхеквондо ІТФ, традиційне карате, українська боротьба на пасках, українській рукопаш «Спас», універсальний бій, фітнес, флорбол, фрі-файт, фунакоші шотокан карате, футзал, хортинг, черліденг, шотокан карате-до СКІФ.



Кануполо



Петанк



Регбіліг

На Всесвітніх іграх у Бірмінгемі-2022, українці завоювали 16-ть – золотих, 12-ть – срібних та 17-ть бронзових нагород. Золотий п'єдестал нашим атлетам підкорився у водолижному спорті, джиу-джицу, карате, паркурі, підводному плаванні, пауерліфтингу, спортивній акробатиці, сумо і тайському боксі.



Анжеліка Терлюга
чемпіонка Ігор у Бірмінгемі-
2022 з карате



Рисєв Володимир
чемпіон Ігор у Бірмінгемі-2022
з паурліфтингу

Панкратіон – спорт сили і міці

Панкратіон або панкратій (з грец. *pan* – «все», *kratos* – «сила», «міць») – давньогрецьке одноборство, яке вимагало від атлета демонстрації у дужанні з суперником, хоробрості, інтелекту, витривалості та сили. Зараз панкратіон існує як сучасний вид спорту, котрий поєднав в собі елементи боротьби і кулачного бою. До програми XXXIII-х Олімпійських ігор Стародавньої Греції був включений у 648-му році до н.е. Першим чемпіоном Ігор на честь Зевса, за інформацією Вільяма Гулієльмума Ллойда (1627–1717), був майстер панкратію з міста Сиракузи – Лікдам. Для юнаків (ефебів) панкратіон було включено до програми CXLV-х (145-х) Ігор у Олімпії, перемогу у яких здобув Фодім з Александрії в Грецькому регіоні Троада.



Панкратіон – чорнофігурний вазопис на амфорі

За грецькою міфологією, родоначальником панкратію був славнозвісний дорійський герой – Геракл, він був і першим олімпійським чемпіоном, відроджених Ігор на честь Зевса, Античної доби. У подальшій історії ігор на честь Громовержця, олімпійського чемпіона з панкратію називали другим Гераклом. Останній за давньогрецькими оповідями відзначився не тільки своїми подвигами у спорті та військових кампаніях, а ще й як наставник братів-близнюків Полідевка і Кастора Діаскурів – олімпійських чемпіонів з кулачного бою та боротьби відповідно.

Панкратіон у програмі Олімпійських ігор, Античної доби, проіснував аж до моменту заборони на проведення змагань у Зевсовому святилищі, яка була введена в дію 393-го року. Досить метафоричною і патетичною є легенда про суперництво у двоборстві на Олімпійських іграх Стародавніх часів. Аріхіону з міста Фігалія, яке знаходилося у Аркадії, присвоїли звання олімпійського чемпіона посмертно. Будучи вже відомим олімпіоніком, на Іграх Зевса, Аріхіон змагався з молодим спортсменом, який проявив активність і спромігся провести задушливий захват чемпіону попередньої Олімпіади. У стані асфіксії, сконаючий Аріхіон зламав великого пальця на нозі суперника, після чого той гучно закричав, а це суворо заборонялося правилами олімпійського панкратіону. Організаторам змагань нічого не залишалося, як посмертно визнати спортсмена з Фігалії чемпіоном Ігор на честь Зевса.



Панкратіасти – давньоримська копія грецького оригіналу



Геракл, автор шедевр Лісіпп (бл. 390-300 до н.е.)

На багато раніше свій власний варіант поєднання кулачного бою і боротьби винайшли у Єгипті. Про це розповідає історичний факт – під час походу армії фараону до Кадішу (місто в Хетії), на п'ятий рік правління Рамзеса II (1279–1213 роки до н.е.), солдати, щоб не втратити бойового духу, кожного вечора біля багаття сідали колом і обирали двох юнаків, які і змагалися у одноборстві на піщаній поверхні. Грецький панкратій був абсолютною копією єгипетського варіанту бойового мистецтва. В Елладі, змагання між двома суперниками проходили на майданчику з піском, як це відбувалося багато століть потому у Єгипті.

В Античній Греції, панкратій мав декілька різновидів, головними з яких були «ано» або «ортостаден» – де поєдинок відбувався тільки у стійці та «панкратіон като», у якому дозволялася боротьба і в позиції «борцівський партер». За межами метрополії, у Античному Херсонесі розвивався інший різновид – «айксиломахія». Тренування панкратістів проходили у тих же приміщеннях, що і у борців – палестрах і гімназіях. Найвідомішими Античними панкратістами були Антіох з Аркадії (жив у V-му столітті до н.е.), Сострат з Сікіону (дата народж. невідома – після 356-го року до н.е.), Капр з Еліди (дата народж. невідома – після 212-го року до н.е.), Стратон з Александрії (дата народж. невідома – після 64-го року до н.е.), та ін., які багато разів перемагали на Олімпійських, Піфійських, Істмійських та Немейських іграх.



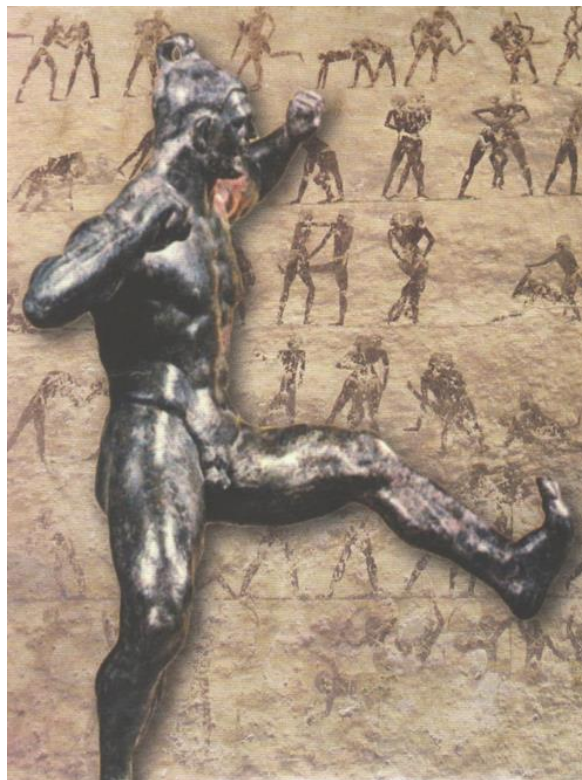
**Панкратіон – чорнофігурний
вазопис на кратері**



**Перемога у панкратіоні –
чорнофігурний вазопис
на амфорі**

Щоб отримати перемогу у двобої, треба було кілька раз збити супротивника на землю, або ж змусити його, дозволеною правилами технічною акцією, підняти указівний палець правої руки догори. Цей жест визнавав поразку атлета у панкратіоні.

У Римську добу, панкратіон продовжив свою історію, жителі Вічного міста його відносили до грецьких видів спорту, професійними майстрами бойового мистецтва, в цей час були саме греки. Так і не створивши свого національного виду одноборств, римляни сприяли розповсюдженню панкратію теренами усієї Європи, де відбувався симбіоз з автохтонними традиціями бойових мистецтв без зброї, що призвело до створення нових видів спортивної боротьби.



Панкратіаст, який готується до атакуючих дій, римська бронзова репліка грецького шедевра, невідомого автора

На сьогодні, завдяки зусиллям грецьких науковців та фахівців з одноборств, Античне бойове мистецтво було реанімовано, та отримало право на подальший розвиток. Сучасний варіант панкратіону – неолімпійський вид спорту, визнаний в Україні на офіційному рівні. Не входить до програми Всесвітніх ігор, але представлений на Всесвітніх іграх з єдиноборств.

Українські майстри панкратіону, вважаються найсильнішими на планеті. Національна команда, завжди потрапляє до трійки найкращих збірних світу.



Національна збірна команда України з панкратіону на чемпіонаті світу У Ташкенті (Узбекистан) 2023 року

На чемпіонаті світу-2023 з панкратіону, який завершився в Ташкенті (Узбекистан), українські спортсмени завоювали 36-ть нагород різного ґатунку. Чемпіонами в обох розділах напівконтакт і контакт стали: Анна Беженар (53 кг), Аміна Накопюк (71 кг), Катерина Степанова-Шакалова (75 кг), Олена Сушко (80 кг), Кирило Горобець (84 кг), Олександр Писанко (більше 100 кг). Тільки у напівконтакті золоті медалі виграла: Анастасія Голінко (57 кг), Діана Григоренко (61 кг), Віталій Якименко (57 кг), Дмитро Баранов (62 кг) і Юрій Чижевський (100 кг). Тільки в контакті переможцями турніру стали: Вікторія Синявіна (57 кг), Дар'я Чібісова (65 кг), Олександр Гуляєв (71 кг), Богдан Гнідко (100 кг) і Роман Кізюк (92 кг).

Кінні перегони – продовження традицій гонок колісниць Античності

На столичному іподромі 26-го червня 2024-го року відбулося шість заїздів 36-ти коней рисистих порід. Організатори змагань присвятили їх містам-героям України і анонсували перманентність проведення кінних перегонів у Києві.



Кінні перегони (гойдалок) на іподромі у Києві

Як правило, скачки проводяться на спеціальних стадіонах – іподромах з доріжками для бігу рисистих порід коней, де на результати заїздів, через тоталізатор, робляться грошові ставки. Вже давно біги і скачки відносять до фінансових видів кінного спорту. Професіонали так і кажуть – скаковий спорт та біговий спорт або перегони на гойдалках.

Гойдалка або качалка – відкритий легкий двоколісний візок, призначений для перегонів з участю рисаків. Перші качалки були сконструйовані у Сполучених Штатах Америки 1893-го року. Спочатку їх використовували фермери як легкий гужовий транспорт, зараз застосовують для упряжних кінних перегонів. Інколи і зараз від вболівальників кінних перегонів можна почути стару назву гойдалки – «американка». Змагання відбуваються на трьох дистанціях: 1600-т, 2100-то та 2650-т метрів. Візник (жокей) повинен стежити за тим, щоб рисак, протягом дистанції, не переходив у чвал (галопа), а якщо кінь пройде галопом понад 90-то метрів траси, то буде дискваліфікованим організаторами змагань.

Зараз популярними в усьому світі та визнані Міжнародною федерацією кінного спорту (*International Federation for Equestrian Sports*) чотири види змагальних упряжок: одинарні, парні, тандеми (пара коней розміщених один за одним (цугом)) та четвірки (четверо коней що розміщуються пара за парою (цугом)).



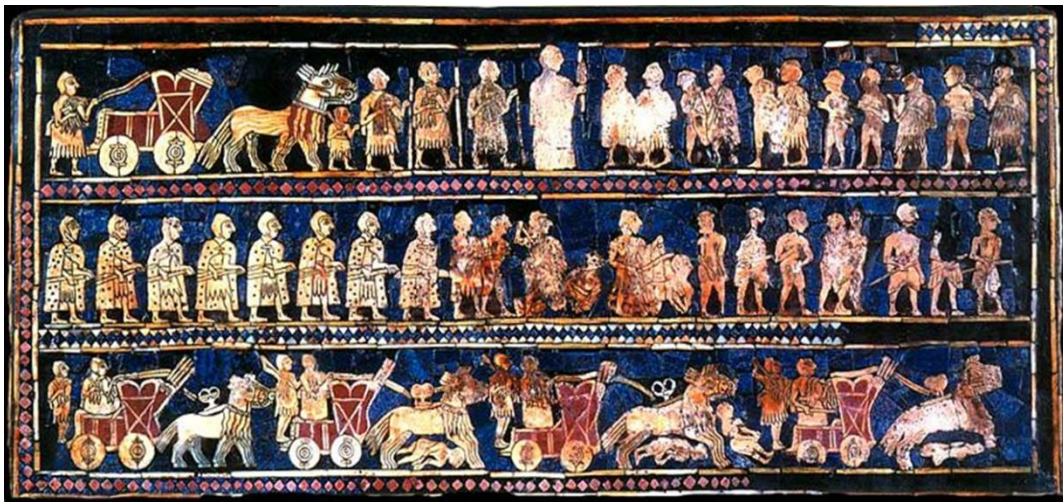
Змагання тандемів



Змагання четвірок

Перегони колісниць, у Античному світі, були пріоритетними змаганнями у багатьох цивілізацій Середземноморського регіону та на Сході Азії – Китаї. За свідченням сучасних палеозоологів, регіонами де вперше, чотири тисячі років до нашої ери приручили коня, є території сучасної України і Казахстану. Для того щоб долати великі відстані степових теренів, кочівникам потрібні були прудконогі тварини, якими виявилися коні.

Значну роль у розвитку спортивної сфери у країнах Месопотамії відіграв винахід у III-му тисячолітті до нової ери колісниці. Це призвело до прискорення транспортного сполучення між державами Близького Сходу та обміну культурними надбаннями в тому числі і в спортивно-змагальній діяльності.



**Шумерський штандарт з зображенням двоосних колісниць,
III-є тисячоліття до н.е.**

Важкі, шумерські колісниці запрягалися четвіркою коней і були платформою для лучників і списометальників, які вражали живу силу прямо під час руху. На полі бою така колісниця виглядала наче сучасний танк, окрім вбивчої потужності, вона розділяла монолітні ряди ворожих армій, сіяла паніку та обертала ворогів на втечу.



Ассирійська колісниця



Єгипетська колісниця

За тисячу років хети (народ що мешкав на Півночі сучасної Туреччини) удосконалили колісницю, зробивши її одноосною та замінивши суцільні колеса на ободи зі спицями, що значно зменшило вагу «транспорт» та додало можливості візничому краще виконувати маневри. З такою колісницею могли впоратись і пара коней. Хетська конструкція – досить швидко розповсюдилась Середземноморськими теренами. Такою колісницею користувалися в арміях Ассирії, Єгипту, Метанні, Вавилону. Колісничі єгипетських майстрів до наших днів збереглися у похованні царя XVIII-ї династії Тутанхамона (1341–1324 роки до н.е.). Молодий фараон мав у своєму розпорядженні шість колісниць, якими користувався як очільник єгипетського війська, полював на левів та розважався перегонами. Є навіть версія, що свою кульгавість він отримав, травмувавшись під час змагань.



Шоста колісниця Тутанхамона, зберігається у Великому Єгипетському музеї неподалік великих пірамід у Гізі

Офіційним «документом» древності, який підтверджує факт проведення змагань з перегонів колісниць є стела з законами

вавилонського царя Хаммурапі (1810–1750 роки до н.е.), висіченими на кам'яній брилі. Інформація з мегалітичного документу розповідає про те, що мешканці Вавилону були вдалими мисливцями, вмілими лучниками, атлетами, кулачними бійцями, але особливою популярністю користувалися перегони колісниць. На релігійні свята, вшанування верховного бога Мардука, збиралися усі жителі біблійського міста для того, щоб вболівати за своїх улюбленців, вправних майстрів керування колісницями. Античний іподром розміщувався прями́сінько перед центральними воротами храму бога-покровителя. Перегони були доволі цікавими і емоційними, інколи вони закінчувалися зіткненнями квадриг (колісниці запряжені четвіркою коней) та каліцтвом візничих і тварин. Найстарішим методичним трактатом, який описує підготовку коней та візничих до змагань, вважається «Книга тренінгів» метанійця Кіккулі (жив у XIV-му столітті до н.е.), датована 1360-м роком до н.е.



**«Книга тренінгів»
Кіккулі**



**Грецька квадрига зображення на
амфорі**



**Експонати з зображенням колісниць
у археологічному музеї Іракліону**



На острові Крит, у містах Мікени та Іолк – центрах, які сформували крито-мікенську цивілізацію (XXX-те – XII-те століття до н.е.), перегони колісниць були знаковою подією для громадян вільних міст-полісів. Це підтверджують бронзові вироби тієї епохи. В музеї Іракліону зберігаються гончарні та бронзові вироби з зображенням змагань візничих.

Епічний переказ про гонки колісниць між очільником пеласгів царевичем Пелопсом (Пелопом) і царем міста Піси в Еліді – Еномаєм, датовані XV-м століттям до н.е. Дельфійський оракул наврочив Еномаю смерть від рук свого зятя. І щоб залишитися живим та обрати майбутнього чоловіка своїй єдиній доньці Гіпподамії, цар пропонував претендентам позмагатися з ним у перегонах колісниць. Умова протистояння була одна, хто програє, той повинен прийняти смерть. Еномай завжди був впевнений в перемозі, так як його батько – бог війни Арес, подарував синові пару найкращих коней зі своєї стайні. Через це ніхто не міг перемогти царя Піс. Але Пелопс і Гіпподамія закохалися один в одного та щоб виграти перегони, підкупили візницю, який до царської колісниці прикріпив колеса за допомогою парафіну. Така диверсія призвела до трагедії, наслідком якої була загибель монарха. Щоб вшанувати Еномаю, молодята організували поховальні ігри, у яких брав участь і Пелопс та переміг усіх бажаючих позмагатися у «дромосі» (бігові). По закінченні траурного заходу відбулося весілля, після якого Пелопс разом з Гіпподамією почали правити містом Піси. Змагання між старим і молодим царями відбулися перед святилищем Зевса у Олімпії – релігійним комплексом, яким опікувалися жителі полісу. Тому у Античній Елладі, цей мфї вважали початком історії Олімпійських ігор древності. І не випадковим є той факт, що храм Зевса Олімпійського, який було збудовано на кошти отримані греками за перемогу над персами у V-му столітті до нашої епохи, було прикрашено монументальними скульптурними композиціями на східному і західному фронтонах. Східний – називали «переднім», указуючи на його значущість порівняно із західним і саме на ньому було представлено глядачеві сюжет перегонів колісниць між Пелопсом і Еномаєм. Автором скульптурної композиції східного фронтона був славнозвісний Пеоній (жив у другій половині V-го століття до н.е.) – архітектор з фракійського міста Менде.

Не обійшлося без перегонів колісниць і на поховальних іграх Патрокла товариша Ахіллеса у Троянській кампанії. Гомер (жив у IX-му столітті до н.е.) у 23-й книзі «Іліади», описує змагання між славними воїнами Діомедом, Евмелом, Антилохом, Менелаєм,

Лохопедом та Меріоном у гонці навколо пня величезного дуба, зрубаного греками мідним сокирами. На те, що гонка була принциповою, указує і факт зіткнення колісниць, де Антилох вибив колісницю Менелая із подальшої участі у змаганнях. Перемогу у турнірі здобув славний цар Аргосу – Діомед.

Апогею та величі перегони колісниць в Античній Елладі набули за часів піднесення «агоністики». Олімпійські, Піфійські, Немейські, Істмійські та Панеллінські ігри, обов'язковими випробовуваннями у своїх програмах вбачали перегони колісниць. На указаних ігрищах, існувало два види випробувань «синорис» – для колісниць запряжених парою коней та «тесріпоп» або «тетрібон» – де в упряжці було чотири тварини. Перегони четвірок ще називали змаганнями «квадриг» (грец. *quadro* – чотирикутник).



Перегони колісниць чорнофігурний вазопис на гідрії з Аттики (510-й рік до н.е.)

На Зевсових Іграх, перегони квадриг вперше було проведено 680-го року до н.е. на Іграх XXV-ї Олімпіади, де перемогу здобув Пагонд (Пагон) візничий з міста Фіви. Синорис – з'явився набагато пізніше, аж 408-го року до н.е., першим чемпіоном у гонці двійок став Евагор з Еліди.

Перегони у Античній Олімпії розпочиналися з помпи (від грец. *πομπή* – «урочиста процесія») – в'їзду на іподром, під час який глашатай оголошував імена візничих та власників колісниць. Іподром в Олімпії мав довжину 600-т та ширину – 200-ті метрів. У одному заїзді могли брати участь від 8-ми до 12-ти колісниць. Перегони склалися з 12-ти кіл навколо іподрому, з різкими розворотами навколо стовпа (який греки називали «мета») на кожному боці.

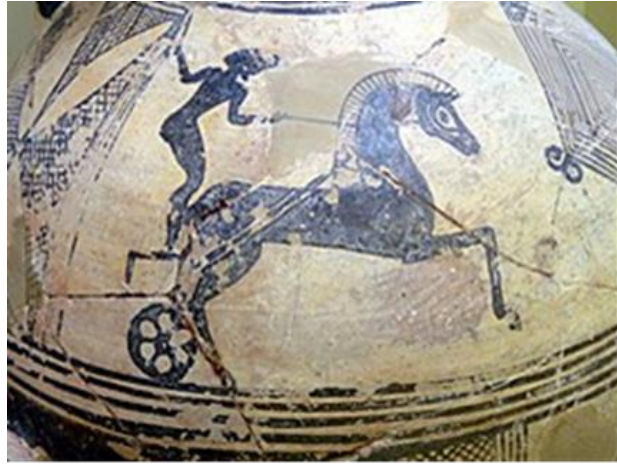
Для початку перегонів, застосовувалися механічні пристрої – стартові брами («гісплекс»), що опускалися і колісниці розпочинали змагання. За інформацією Павсанія (110/115–180) – географа з міста Лідія, автором конструкції був відомий винахідник Ктесібій (285–222 роки до н.е.). Брама мала складний механізм, створи якої відчинялися послідовно, починаючи з дальніх від середини іподрому доріжок. Колісниця з перших відкритих воріт починала розганятися, а коли порівнювалась з наступними, вони теж відкривалися, даючи старт черговій колісниці, і так по черзі. Коли відчинялися останні ворота, всі колісниці були приблизно на одній лінії, але мали різну швидкість. Це урівнювало можливості усіх учасників змагань, так як довжина дистанції, у залежності від радіусу, для кожного була різною. Досить цікавою механізованою інновацією був пристрій, який рахував кола змагань і дозволяв контролювати їх візничим під назвою «орел або дельфін». Ймовірно, це були бронзові фігури, встановлені на стовпах з боків іподрому. Перед стартом їх піднімали, а потім опускали по одному, показуючи агоністам (учасникам змагань) скільки залишилося кіл до фінішу.

На відміну від інших Олімпійських випробовувань, візничі не змагалися оголеними. Можливо, так робилося заради безпеки – аварії траплялися нерідко, та й пилу чимало здіймалося з-під копит коней та коліс. Колісниці для перегонів нічим не відрізнялися від бойових – дерев'яний візок з двома колесами, відкритий позаду. У цьому вбачається не тільки релігійний аспект змагань, а і безпосередньо прикладний. Візничий стояв на платформі колісниці, яка не мала ресор і встановлювалася прямо на осі, так що їзда була досить некомфортною.

У перегонах Крито-Мікенської доби, власники колісниць самі брали участь у небезпечних змаганнях. А у період Античної агоністики, заможні греки, наймали професійних візничих. І чемпіонами оголошували, у такому випадку, власників колісниць, а не жокеїв. У такий спосіб в історію Ігор на честь Зевса увійшла донька спартанського царя Агесилая II (444/443–358) – Кініска, яку двічі оголошували олімпійською чемпіонкою. Другою і останньою переможницею Ігор у Олімпії, вважається спартанка Еврилеоніда, квадрига якої перемогла на змаганнях 368-го року до н.е.



**Кініска, червонофігурний
вазопис**



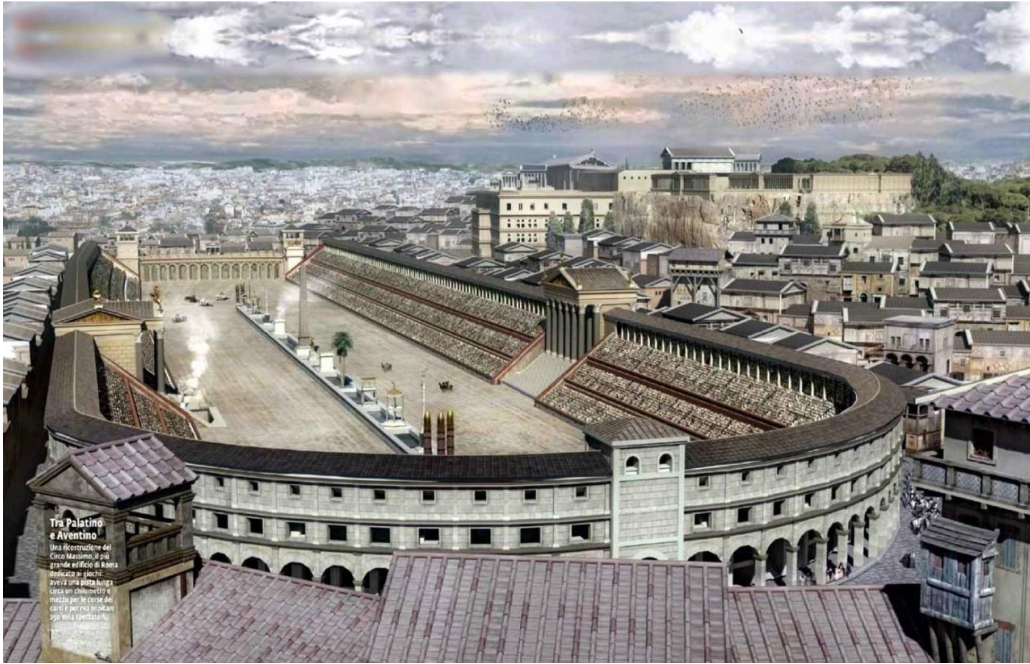
**Еврилеоніда, чорнофігурний
вазопис**

Історія становлення римської традиції перегонів колісниць пов'язана з приходом на територію Апеннінського півострова етрусських племен. Задовго до заснування Вічного міста, площа між двома пагорбами Авентином та Палатином де розташовувалося святилище Конса – бога запасів зерна, використовувалася етрусками у якості гігантського іподрому, де проводили перегони колісниць. Ромул (771–717 роки до н.е.), який тільки-но заклав Величне місто на Тибрі, відновив Храм бога аграріїв і регулярні свята – «консуалії» (змагання на честь бога Конса), з доволі широкою програмою атлетичних випробувань, перегонами колісниць та скачками, жертвопринесеннями і узливаннями покровителю аграріїв.

П'ятий етрусський цар Стародавнього Риму Луцій Тарквіній Пріск, відомий ще як Тарквіній I (616–579 роки до н.е.) захоплювався перегонами колісниць. За його правління, змагання проходили восени після збирання врожаю. Коли сезонні роботи закінчувалися, у долині зводили тимчасові трибуни для глядачів. І лише 329-го року до н. е., коли Рим значно виріс, у долині з'явилися постійні дерев'яні споруди. На той час, перегони колісниць, у жителів Риму були у пріоритеті. Як і раніше, на іподромі залишалося святилище Конса, щоправда, тепер неподалік нього з'явився невеликий храм етрусської небожительки Мурсії (Мурції), богині родючості, яку у подальшому римляни ототожнили з богинею кохання Венерою, додавши їй друге ім'я Мурсія – Венера Мурсія. Саме між указаними храмами і була побудована брама для старту квадриг та статуї римських богів. Сьогодні історики вважають, що на площі між Палатином і Авентином могли змагатися одночасно 25-ть квадриг, а це указує на значні розміри першого іподрому.

Зведення Цирку Максимусу – стадіону для перегонів колісниць, на місці старого іподрому, припадає на роки правління Юлія Цезаря (100–44 роки до н.е.). Диктатор Риму, серйозно зайнявся благоустроєм популярного іподрому. За його правління, розпочалися грандіозні будівельні роботи, було зведено зручні трибуни для відвідувачів, які охоплювали весь Цирк. Місця для глядачів від траси змагань відокремив невеликий рів з водою, що забезпечував безпеку вболівальників. Нижні трибуни з піщанику призначалися для знаті, тоді як плебеї розташовувалися вище – на дерев'яних. Траса для змагань вражала глядачів своїми розмірами (завдовжки вона сягала 620-ть метрів, завширшки – 150-т), якою одночасно могли мчати 12-ть квадриг. За указом Цезаря Цирк обладнали каналізацією. Її тунель пролягав під місцем для змагань і завдяки цьому нововведенню посеред траси з'явився вал. І хоча раби розрівнювали його перед кожними перегонами, незабаром стало зрозуміло, що боротися з нерівністю марно. І тоді було вирішено побудувати на місці валу платформу, яку згодом прикрасили обеліски, виготовлені в Єгипті та статуї дельфінів. Вважалося, що ці тварини є улюбленими слугами бога морів та океанів Нептуна, який був покровителем римських перегонів. Важко повірити, але платформа докорінно змінила характер змагань. Якщо раніше квадриги мчали просто прямою, то тепер їхній маршрут змінився, перегони колісниць почали проходили по колу, що призвело до трансформації архітектури іподромів, які відтоді почали будувати округлої форми. Справжньою окрасою Цирку стали дві величні брами, що розташовувалися на протилежних кінцях іподрому. Одна з них призначалася для учасників змагань, а інша – для переможців, оскільки їхні вшанування нагадували тріумфальну ходу. Цирк Максимус, історик того часу Діонісій Галікарнаський (бл. 60 – бл. 7 роки до н.е.), називав – «Одним із найкрасивіших і найгідніших захоплення споруд у Римі».

Імператор Август (63 рік до н.е. – 14 рік н.е.) дбав про Великий Цирк не менше за свого попередника. У роки його правління нижні яруси трибун було складено з каменю і розташовуватися там могли лише гості, які придбали особливі «квитки», відлиті з бронзи. Потім правитель наказав привезти з єгипетського Геліополіса обеліск, присвячений богу Сонця і встановити його в Цирку. Вважають, що цей монумент став для імператора символом перемоги над його супротивниками у громадянській війні. Крім того, за наказом Августа на іподромі над однією з доріжок між трибунами було зведено невелике святилище, з якого він разом з богами спостерігав за перегонами.



Цирк Максимус за часів розквіту Античного Риму

При імператорі Титі (39–81) Великий Цирк набув своєї остаточної форми. На свою честь, правитель велів збудувати над однією з брам масивну кам'яну арку, щоб надати знаменитому іподрому ще більшу урочистість. Через кілька років правитель Траян (53–117) наказав знести більшу частину дерев'яних будівель Цирку і замінити їх на кам'яні. Так як протрухше дерево, було причиною виникнення пожеж, під час яких гинули люди. З роками кондиції деревини втрачали первинну міцність, що не обіцяло нічого гарного і трибуни могли зруйнуватися під вагою великої кількості відвідувачів. На жаль, Траян не встиг замінити усі дерев'яні яруси і в роки правління імператора Діоклетіана (244–311) частина старих трибун впала. Того дня під уламками глядацьких місць загинуло 13-ть тисяч людей.

Після падіння Західної Римської імперії Цирк Максимус не втратив своєї популярності. Король вестготів Теодоріх (454–526) дбав про стан іподрому і тішив народ змаганнями перегонів колісниць. Останні перегони в Цирку відбулися 529-го року при королі остготів Тотілі (510–532), після чого кам'яний гігант було закинуто. Невдовзі його нижні яруси зникли під шарами заболоченого через постійні повені ґрунту та сміття. Щоправда, у XII-му столітті було відновлено водостік для осушення землі, після чого територію Цирку потихеньку почали забудовувати житловими будинками. У добу Ренесансу мешканці Риму почали використовувати каміння Великого іподрому для будівництва нових споруд, але нажаль не спортивного призначення.



Руїни Великого цирку зараз



Гай Апуллей Діокл

Візничі-чемпіони були доволі відомими громадянами Стародавнього Риму, вони заробляли значні гонорари і собі і власникам стаєнь за яких виступали на перегонах. За словами римського письменника-сатирика Децима Юнія Ювенала (50/60–127), прибуток від гарного візничого відповідав заробітку сотні адвокатів. Найвідомішим спортсменом за усю історію римських перегонів, був талановитий жокей Гай Апуллей Діокл (104–146), який у перегонах колісниць, запряжених парою коней, перемагав три тисячі, а у четвірці – півтори тисячі разів. Він брав участь у змаганнях до сорокадвохрічного віку та заробив тридцять два мільйони сестерцій і приніс величезний прибуток своєму власникові, значна частина якого дісталася йому самому.

На сході Азії, у Китаї, за часів правління династій Чжоу і Чжаньго (IX-те – III-є століття до н.е.) теж були популярні перегони колісниць, на це указує унікальне поховання у провінції Ганьсу, датоване VII-м – VI-м століттям до н.е. У ньому археологи звільнили від ґрунту п'ять колісниць, одна з яких була запряжена парою коней. Дослідження кістяків тварин розповіло, що це були дорослі жеребці 9-ти – 12-ти річного віку. Найімовірніше, що вони були вирощені і навчені спеціально для колісничної їзди, але у своєму розквіті були принесені у якості офіри богам Піднебесної.



Рельєфне зображення китайської колісниць V-го століття до н.е.

На теренах сьогодення кінні перегони проводяться за двома типами алюру (поступального руху коня): риссю та інохіддю. Різниця полягає у тому, що рисак пересуває ноги вперед парами по діагоналі (права передня і ліва задня, потім ліва передня і права задня одночасно ударяються об землю), тоді як іноходець рухає ногами вбік (права передня і права задня разом, потім ліва передня і ліва задня). У Європі перегони проводяться виключно серед рисаків, тоді як в Австралії, Канаді, Новій Зеландії, Великій Британії та США – для інохідців.

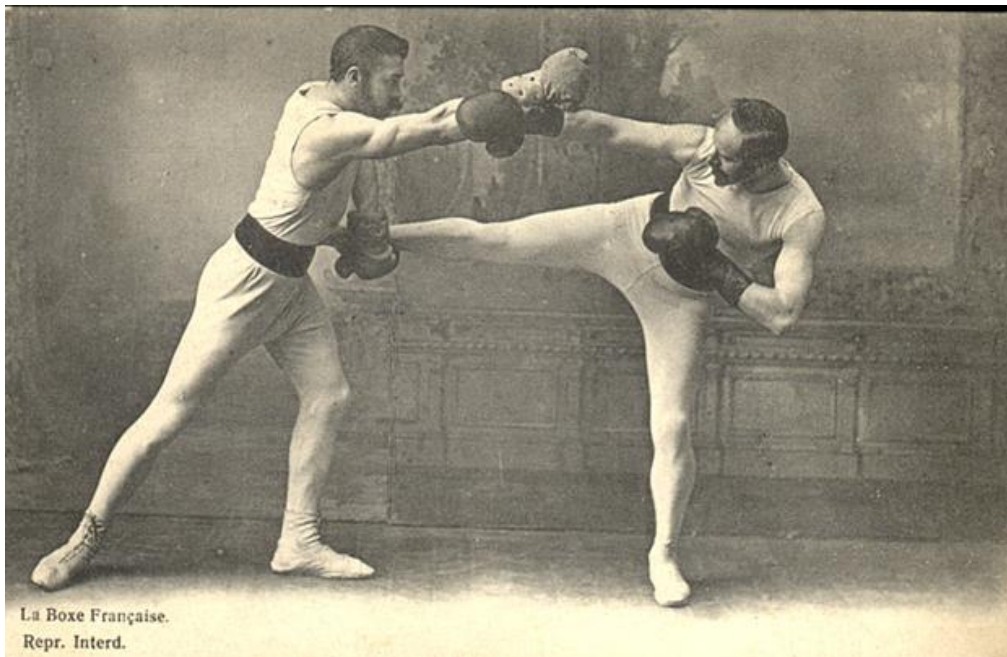
Сават або французький бокс – гальське бойове мистецтво

Сават – неолімпійський вид спорту, який зародився у середовищі вуличних бійок міст Франції епохи пізнього Середньовіччя. Тієї пори, вміння постояти за себе, мало неабияке значення у житті кожного француза чи французенки. Масштабна міграція у міста сільського населення, у пошуках заробітку,

призвела до негативних соціальних явищ на неосвітлених вулицях столичних полісів Європи – розбійних нападів, грабежу, насильства, крадіжок особистого майна, конкуренції за ночівлю, вбивств. Королівські суди не мали фізичної можливості впоратися з величезною кількістю справ про насильницьку смерть. У такому випадку, вирішувати життєві негаразди, треба було самій людині. Чоловіки – пригадали кулачні розваги, якими бавилися в молодості. Жінки теж не залишалися бездіяльними, вони навчилися захищати свою честь, створивши організовані угруповання, в яких навчали дівчат володіти холодною зброєю, вести кулачний двобій, застосовувати предмети власного вжитку з оборонною метою, тощо. Тогочасні стражі правопорядку з небажанням вступали у конфлікт з представницями, указаних організацій, так як приміняти фізичну силу до жінок, забороняла мораль епохи Ренесансу. Тому, інколи членкині таких угруповувань не цуралися нападами на крамниці з метою пограбування.

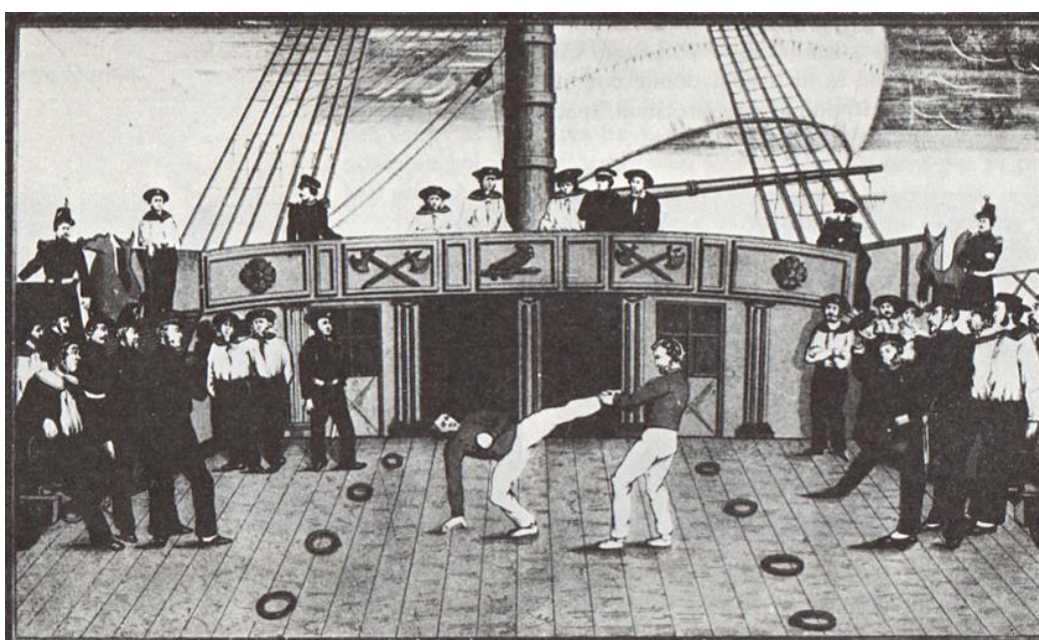
Сучасні фахівці бойових мистецтв, сават називають «французьким боксом» або «французьким мистецтвом бою ніг». Який інтернував у собі найкращі традиції двобоїв різних географічних регіонів Франції. Додали «французькому боксу» національного колориту бретонці, які свого часу переїхали з Британських островів жити до Франції. Бретонські поєдинки були схожі на ранній «англійський бокс», де дозволялись і боксерські, і борцівські акції та використання під час двобою нижніх кінцівок. Зазначену техніку ударів ногами вбере в себе пізніше і сават.

Формалізація савату, як автентичного стилю вуличних двобоїв, розпочалася у середині XIV-го століття (з франц. *savate* буквально перекладається як «старий черевик», а в переносному сенсі – «простолудин»). Така назва бойового мистецтва з'вилася у середовищі незаможних верств населення середньовічної Франції – матросів, вантажників, ремісників, жебраків, селян. Сават – це система бою нижніми кінцівками (коліном, носком, ступнею), руками (долонею, ребром долоні, ліктем). Бійці вдосконалювали свою майстерність у парних двобоях та у гуртових битвах «стінка на стінку». Згадує, про «французький бокс» і автор історії бойових мистецтв, М. М. Ознобишин у своїй книзі «Мистецтво рукопашного бою», яка вийшла в світ 1930-го року: «Сават народився поблизу застав великих міст, у робітничих кварталах, а удосконалювався – на паризьких вулицях, під час масових боїв на голих кулаках».



Сават на початку XIX-го століття

Окрім савату у Франції мала місце і інша школа кулачно-ножного бою шоссон (з франц. *chausson* – м'яке взуття без каблука). Шоссон завдячує своєму походженню «марсельській грі», суть якої полягала у наступному: учасники обуті в черевики, ставали один проти одного і імітуючи удари ногами, повинні були доторкнутися носком ступні до тулуба супротивника вище пояса. Трохи згодом марсельські моряки почали використовувати елементи цієї гри під час бійок, так з'явилась нова техніка самозахисту без зброї, яка нагадувала сучасну бразильську капоейру.

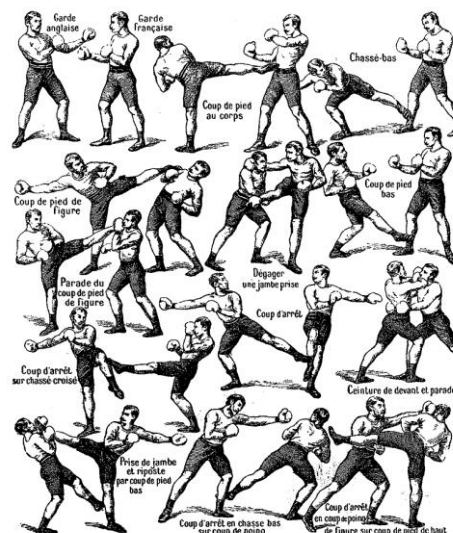


Шоссон на французькому вітрильнику

Об'єднавши усі національні зазначені варіанти бойових мистецтв, на початку XIX-го століття і виникає інтегроване одноборство – сават, який увібрав у себе найкращі елементи французького бою нижніми кінцівками, шоссону і англійського боксу. Тому традиційно сават ще називають «французьким боксом». Фундатором сучасного французького бойового мистецтва був відомий майстер савату Шарль Лекур (1808–1894), який наприкінці 1930-го року, на ринзі зустрівся з англійським боксером Оуеном Свіфтом. Результатом цього двобою була повна поразка француза. Тоді Шарль Лекур вирішив будь що навчитися техніці англійського боксу. Він від'їздить до Лондону, де навчається примудроцям британських бойових майстрів. За два роки, повернувшись до Парижу, Шарль Лекур продовжує вдосконалювати свою майстерність з англійського боксу у іншого наставника, англійця на прізвище Адамс, який мешкав в цей час у столиці Франції. У кінці 1832-го року Шарль Лекур об'єднав три стилі – сават, шоссон і англійський бокс, так «народилося» інноваційне бойове мистецтво, яке увібрало у себе найкращі елементи відомого майстра савату Мішеля Кассе (1794–1869) і англійського боксу – Джека Бротона (1704–1789). Мішель Кассе відкрив у Парижі першу школу савату 1825-го року, яку закінчив свого часу Шарль Лекур, а Джек Бротон, істориками бойових мистецтв, вважається першим автором правил сучасного боксу.



Шарль Лекур

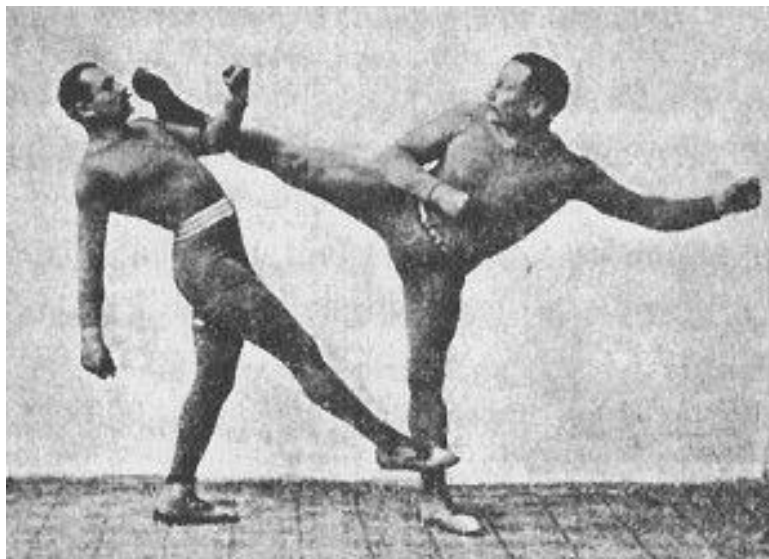


Техніка французького боксу за методикою Шарля Лекура

За методикою Шарля Лекура, бійці наносили удари верхніми і нижніми кінцівками один одному у голову, тулуб та по ногам і

рукам. Технічні дії боксери проводили по чергові, спочатку ногою, а потім рукою, чи одночасно – наприклад правою рукою в голову і лівою ногою в стегно супротивника та навпаки. Стійка у «французькому боксі» була типовою як і для англійського бойового мистецтва, верхні кінцівки були зігнуті в ліктях, один кулак захищав підборіддя, інший – корпус боксера. Рухи в ринзі здійснювались приставними кроками, ноги були трохи зігнутими в колінах.

Сават швидко знайшов свою публіку, ним займались не тільки багаті та знатні аристократи, він був доступний і для пересічних громадян Франції. У середині XIX-го століття, удосконалив техніку «французького боксу» майстер бойових мистецтв та тренер Жозеф-П'єр Шарлемон (1839–1929). Він розділив навчання одноборству на чотири етапи, що відповідали чотирьом дистанціям ведення бою. Перша дистанція – фехтування тростиною, друга – зручна для прямих ударів ногами, третя – для ударів руками і четверта остання – дистанція боротьби в захваті. Саме такий сават дійшов до наших днів і визнаний неолімпійським видом спорту.



**Жозеф-П'єр Шарлемон (зліва) та його син Шарль (справа)
демонструють техніку французького боксу**

На Олімпійських іграх 1924-го року в Парижі, сават був представлений широкій міжнародній громадськості. Зараз він відомий на усіх континентах нашої планети. В Україні діє громадське об'єднання «Українська федерація французького боксу сават», яка функціонує у місті Одеса. У жовтні 2008-го року Міністерством молоді та спорту України французький бокс (сават) було офіційно визнано видом спорту, що розвивається у нас в країні.

Армспорт – боротьба на руках американських далекобійників

Армрестлінг (армспорт) або боротьба на руках – специфічний вид одноборств у якому очікуваний результат повною мірою залежить від швидкості реакції та фізичної міці верхніх кінцівок спортсмена, так як час дужання є досить швидкоплинним і тому рівень розвитку силових можливостей є чи не найголовнішим у підготовці армспортсменів. Учасники змагання ставлять лікті на стіл, беруть один одного за кисті (інколи кисті організатори змагань зв'язують) і намагаються пересилити один одного притиснувши руку суперника до поверхні столу. «Скандербек» (армреслінг) був популярним ще за довго до нашої доби, у часи рабовласництва сильні мужі за застіллям намагалися довести фізичні переваги одного над іншим. Іноді боротьба на руках, дозволяла можновладцям, не виходячи з-за столу, вирішувати політичні, економічні і територіальні питання. Назва «скандербек», на думку фахівців спорту, має відношення до двох відомих історичних постатей – Александра Македонського (356–323 роки до н.е.), якого на Сході називали Іскандер-беєм та героя визвольної війни Албанії від османського іґа – Георгія Кастріоті (1405–1468).

У історії походів великого завойовника елліністичного періоду Античної Греції – Александара Великого Македонського існує легенда, яка оповідає, що під час Кавказької кампанії, цар набирав воїнів до своєї армії з місцевих народів і критерієм відбору було дужання рекрутів на руках з греками, загартованими у багаторічних війнах. Від східного варіанту імені македонського царя і отримала назву Антична боротьба на руках.

Георгій Кастріоті – був молодшим сином албанського князя Гьона (дата народж. невідома – 1437), який у Венеціанських документах згадується як «могутній албанський сеньйор, почесний громадянин Венеції та Рагузи». У ранньому дитинстві Георгій був відданий у заручники султанові османської імперії Мураду II (1404–1451). Там його змусили, як бранця, прийняти іслам. Георгій Кастріоті швидко зробив офіцерську кар'єру і прославився, хоробро воюючи у війську османів. Брав участь у багатьох битвах і продемонстрував таку мужність, що турки прозвали його Іскандером (на честь Александра Македонського). Повернувшись з полону до Албанії, Георгій Кастріоті очолив боротьбу албанців проти османів. Формуючи повстанську армію, воєначальник, пропонував майбутньому бранцю перевірити силу його верхніх

кінцівок, поборовшись з ним самим. Тому у епоху Середньовіччя боротьбу на руках вже знали під назвою «скандербек», який користувався популярністю серед простого люду та у аристократичному середовищі – лицарстві. Розважалися у такий спосіб і представниці слабкої статі.



Александр Македонський



Георгій Кастріоті

Сучасний армрестлінг (від англ. *arm* – «рука», *wrestling* – «боротьба») не потребує спеціальної екіпіровки, головним у спорті є сила, спритність та витривалість – фізичні якості, властиві будь-якому бажаючому позмагатися та перевірити силу власних рук. Сучасний армспорт стрімко розвивається. Зростає конкуренція серед спортсменів на світових та Європейських чемпіонатах. За останні роки створені усі передумови для того, щоб у найближчому майбутньому Міжнародний Олімпійський комітет включив армрестлінг до програми Олімпійських ігор. Починаючи з 1997-го року, армрестлінг стали називати армспортом, а армрестлерів – армборцями.

Становлення боротьби на руках – як сучасного виду спорту, відбувалося на теренах Сполучених Штатів Америки середини ХХ-го століття. Місцева преса досить часто описувала стихійні змагання з тоталізатором в барах між представниками різних професій. Особливою популярністю користувалися змагання у водіїв вантажівок, які зненацька могли організувати турнір з армспорту просто неба. Тому армрестлінг інколи називають звитягами далекобійників. У спортивне русло боротьбу на руках спрямував американський журналіст Білл Собіранес (1921–2003), з ініціативи якого були організовані перші офіційні змагання з армспорту у вересні 1962-го року у каліфорнійському місті Петалумі. На даний час до Міжнародної федерації армспорту (WAF) – входять більше

80-ти країн. Україна є членом WAF з 1994-го року. Враховуючи величезну популярність армспорту у світі, доступність для кожного бажаючого перевірити за столом власні силові якості, є сподівання, що в недалекому майбутньому він все ж таки отримає олімпійську прописку.



Чоловічий армспорт



Жіночий армспорт

Предметом особливої гордості для українського армспорту є той факт, що популяризатором боротьби на руках у світі та Європі являється наш земляк, видатний атлет, чемпіон світу та багатьох престижних міжнародних турнірів, спортивний менеджер – Ігор Мазуренко, який очолює декілька міжнародних армспортивних організацій та є організатором усіх найбільших спортивних змагань у світі. Серед яких чемпіонати світу та старого континенту, Кубки світу серед любителів та професіоналів.

Знаними в усьому спортивному світі любителів боротьби на руках є українські майстри армспорту – чотирнадцятиразовий чемпіон світу, п'ятнадцятиразовий переможець першостей Європи – Рустам Бабаєв, десятиразовий чемпіон світу та шістнадцяти разовий переможець старого континенту – Дмитро Бескоровайний, шестиразова чемпіонка світу, п'ятиразова володарка звання «чемпіонка Європи» – Вікторія Ілюшина.



Вікторія Ілюшина (зліва)



Рустам Бабаєв

За останнє десятиліття звання чемпіонів світу у армспорті здобували українці – Олег Жох, Андрій Пушкар, Олена Скорик.



Олена Скорик (зліва)



Андрій Пушкар (справа)

Армспорт став доступним і для спортсменів з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору. Параармрестлінг охоплює усі континенти нашої планети. На світових чемпіонатах пристойно виступають і представники українського Інваспорту.

Збірна України із параармрестлінгу потужно виступила на XXIV-му чемпіонаті світу, який проходив у 2022-му році у турецькому місті Анталія серед спортсменів з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору, виборовши сорок нагород: чотирнадцять золотих, дев'ятнадцять срібних та сім бронзових медалей. Окрім того, команда жінок посіла перше командне місце, а чоловіків – третє. Це найкращий виступ обох збірних за усю історію українського параармспорту.



Параармспортсмени України на чемпіонаті світу 2022 року

На офіційних змаганнях для спортсменів діє наступна класифікація розподілу за нозологіями і ступенем інвалідності:

- PID Sitting (Physical Impairments Sitting) – спортсмени які для змагань використовують інвалідні візки;
- PIDH Sitting (Physical with upper Limbs Impairments Sitting) – спортсмени-візочники з ураженням однієї кінцівки;
- PIU Standing (Physical Impairments Standing) – спортсмени з ураженням опорно-рухового апарату, які можуть змагатися самостійно стоячи;
- PIUH Standing (Physical with upper Limbs Impairments Standing) – спортсмени з ураженням однієї з верхніх кінцівок, які можуть змагатися самостійно стоячи;
- VI Visual Standing (Visual Impairments Standing) – спортсмени з порушенням зору, які можуть змагатися стоячи;
- HI Hearing Standing (Hearing Impairments Standing) – спортсмени з порушенням слуху, які можуть змагатися стоячи;
- CPD Sitting (Cerebral Palsy Impairments Sitting) – спортсмени з діагнозом ДЦП (дитячий церебральний параліч), які змагаються сидячи;
- CPU Standing (Cerebral Palsy Impairments Standing) – спортсмени з діагнозом ДЦП (дитячий церебральний параліч), які змагаються стоячи.



Армспорт для візочників



Армспорт для слабобачучих

Дана класифікація актуальна як для чоловіків так і жінок, її норма діє для спортсменів різних вікових категорій.

Сумо улюблена боротьба імператорського двору Японії

Сумо – вид японського бойового мистецтва, улюблений вид спорту імператорів «країни Сонця що сходить», у якому два майстри боротьби виявляють сильнішого на оконтуреному колом майданчику. Щоб отримати перемогу у герці, переможець повинен збити суперника ефектним кидком просто додолу або виштовхати – за межі кола на територію «змійного ока» (таку назву має піщаний майданчик за колом). Техніко-тактичний арсенал боротьби включає кидки, підсічки, різноманітні збивання та ударну техніку розкритою долонею. Постамент на якому змагаються «рікісі» (майстри сумо) називається «дохьо». Він виготовлений з глини та посипаний тонким шаром піску. «Йокодзуна» (з япон. – товстий канат з білих конопель, прикраса поясу сумоїста, який називається «мавасі») – найвищий титул борця-професіонала, не нижче звання «одзекі» (другий ранг у ієрархії професійних борців), який вирізняється індивідуальними рисами стилю сумо. Традиції борцівського мистецтва зберігаються з давніх часів, тому кожен поєдинок на «дохьо» супроводжується численними церемоніями і ритуалами. Перебіг подій під час сутички контролює суддя – «гьодзі».



Церемонія загального виходу на «дохьо»



«Дохьо-ірі» – ритуал, що виконують «рікісі» перед поєдинком

Народний епос зберіг для нащадків легенду, яка пояснює як сформувалась японська нація і утворилась імперія на островах у Тихому океані. У епоху мезоліту відбувалося масове переселення народів з Південно-Східної Азії до Японського архіпелагу. Бог переселенців Такамікадзуті вступив у двобій з небожителем айнів –

корінного населення островів. Боротьба була запеклою, тривалою та виснажливою. Перемогу у поєдинку здобув Такамікадзуті. Завдяки його перемозі нове населення отримало право оселитися на території острова Хонсю, а потім розселилося усією територією Японії. Так сформувалась етнічна спільнота на архіпелазі Тихого океану. Трактувати епічну інформацію, більш за все треба з точки зору агресивної загарбницької політики азійських народів по відношенню до айнів, чисельність яких скоротилась усього до 25-ти тисяч, за останнім переписом населення Японії. Дана легенда, фактично вважається першою згадкою про японське мистецтво боротьби – сумо.



Сучасна боротьба сумо



Суддя-гьодзі

Про сумо є згадки в історичних літописах становлення японської монархії «Кодзікі» та шостому сувої «Ніхон сьокі», датованими VII-м – VIII-м століттями нашої ери. У давньому японському суспільстві сумо було обов'язковим ритуалом вшановування богів-покровителів, змагання з боротьби влаштовували під час святкових церемоній при імператорському дворі, у бойовому мистецтві молоді японці виборювали статус воїна, а селяни – готовність до сезону польових робіт. Правила сумо сформувалися за історичної доби Хейан (з япон. – «мир», «спокій», тривав з 794-го по 1185-й роки), де вже заборонялося хапати один одного за волосся, з ударної техніки виключили акції кулаками.

У ранньому Середньовіччі освоювали майстерність «рікісі» і жінки, які змагалися як і чоловіки тільки у «мавасі». Зараз Японська професійна Асоціація сумо проводить змагання тільки серед борців «сильної статі».



**Сумо у імператорському палаці (зліва) та жінки-рікісі (справа)
на малюнках епохи Ренесансу**

В епоху Едо (період правління представників клану Токугава з 1603-го по 1868-й роки) у Японії з'явилися феодали «даймо», які володіли власними колективами «рікісі». Періодично проводилися змагання з сумо, яке стало частиною міської культури, а борці «рікісі», які вишколювали майстерність боротьби, могли забезпечити фінансовий статок своєї родини.

З XVIII-го століття, мандруючі цирки для професійних борців сумо почали організовувати демонстраційні змагання, здійснюючи тури провінціями та містами, «рікісі» демонстрували мистецтво боротьби глядачам за гроші. Ця традиція збереглася і до наших днів. Її мета зберегти перманентність історії розвитку національного бойового мистецтва. «Йокодзуна», у період між відповідальними турнірами, проводять показові виступи для вибагливого до культурної спадщини японського глядача. Тому, демонстраційні поєдинки, нічим не відрізняються від офіційних змагань. До другої половини XX-го століття після низки розколів і злиттів залишилася тільки одна асоціація, Токійська, яка вважається загально-японською. Сумо зберігає релігійну ідентифікацію і зараз, у регламенті проведення змагань можна побачити церемонії з буддизму та синтоїзму. Божеством-покровителем «рікісі» прийнято вважати Номі-но-Сукуне – легендарного «йоккодзуна» доби правління імператора Суйніна (69 рік до н.е. – 70 рік н.е.).

У відповідності до правил, майданчик для боротьби сумо монтується на висоті від 34-х до 60-ти сантиметрів. Поєдинок проходить у колі діаметром три метри п'ятдесят п'ять сантиметрів, межі якого оконтурені рисовою соломою. У центрі «дохьо» розташовано дві білі смуги, що позначають стартові позиції борців. Пісок, за площею кола, ретельно розрівнюється перед початком

кожного поєдинку, щоб за слідами можна було визначити, чи торкнувся один з суперників поверхні за межами «дохьо». Для визначення переможця у сутичці, «гьодзі» користується двома основними правилами:

- «рікісі», який торкнувся першим поверхні «дохьо» будь-якою частиною тіла, крім стоп, вважається таким, що програв;
- «рікісі», який торкнувся першим поверхні за межами кола вважається таким, що програв. Професійні спортсмени змагаються у абсолютній ваговій категорії. Офіційні турніри професіоналів – «басьо», проводяться шість разів на рік. Токіо приймає борців у січні, травні і вересні, Осака – у березні, Нагоя – в липні та Фукуоке – у листопаді. Змагання починаються, як правило, у другу неділю непарного місяця і тривають 15-ть днів. Між «басьо» борці беруть участь у різноманітних виїзних та благодійних показових заходах. У кінці кожного змагального року, найкращий «йокодзуна» отримує головний приз Токійської Асоціації сумо – Імператорський кубок та грошову винагороду у розмірі десять мільйонів японських ієн.

Вплив традиції бойового мистецтва на прилеглі до Японії країни, можна знайти у Монголії і Кореї, де поширені види боротьби подібні до сумо. Мистецтво «рікісі» вже давно вийшло далеко за межі професіоналізму. Зараз сумо, завдяки популярності в усьому світі, набуло статусу любительського неолімпійського виду спорту, у якому змагаються і чоловіки і жінки за ранжованими ваговими категоріями:

- для чоловіків – до 85-ти, до 115-ти, більше за 115-ть кілограмів та абсолютна вагова категорія;
- для жінок – до 65-ти, до 85-ти, більше за 85-ть кілограмів та абсолютна вагова категорія.



Великий «йокодзуна» ХХ-го століття Іван Боришко

Ейфорію та емоційність викликає той факт, що найкращим борцем сумо минулого століття було визнано японського спортсмена українського походження Тайхо Кокі (1940–2013), професійного сумоїста, 48-й «йокодзуна». Справжнє японське ім'я – Ная Кокі, українське – Іван Маркіянович Боришко на прізвище «великий йокодзуна ХХ-го століття». До січня 2015-го року був єдиним майстром сумо, який виграв Імператорський кубок тридцять два рази. Батько Тайхо Кокі був Маркіян Карпович Боришко (1885–1960) – емігрант з українського села Рунівщина Полтавської губернії. У 2002-му році Іван Маркіянович Боришко відвідав батьківщину свого батька. У родовому селі зняв на відеокамеру місце, де стояла родова хата, напився води з криниці та взяв на спогад пригоршню української землі. Відвідав турнір сумоїстів у Харкові, який організували місцеві ентузіасти. За українським погодженням легендарного борця змаганням присвоїли його ім'я – Тайхо Кокі. Відтоді Кубок Тайхо Кокі в Україні є традиційним. Зараз, у третьому японському професійному дивізіоні сумо під ім'ям Масару Шиші виступає українець Сергій Соколовський. За результатами 2023-го року наш борець займає другу позицію рейтингу, отримавши 122-ві перемоги та 88-м поразок.



Сергій Соколовський



Марина Прищеп

На любительських «дохоьо» українські майстри боротьбо сумо мають досить значні здобутки. Чемпіонками Всесвітніх ігор були Марина Прищеп (у 2013-му році) та Іванна Березовська (у 2017-му році), володаркою Кубку світу 2012-го року стала Ілона Береш. У чоловіків чемпіонами світу були Костянтин Єрмаков та Єгор Крупський. Зараз в Україні сумо знаходиться у першій групі пріоритетності неолімпійських видів спорту.

Лакрос – гра індіанців Північної Америки

Лакрос – з фран. «*crosse*» перекладається як «довгий посох», у значенні спортивної гри указану дефініцію прийнято писати з визначеним артиклем «*la*», звідси маємо назву сучасної спортивної гри, яка тимчасово має статус неолімпійського виду спорту. У 2023-му році на сесії Міжнародного Олімпійського Комітету лакрос було включено до програми літніх Олімпійських ігор, які мають відбутися у Лос-Анджелесі-2028. Архіви сучасного олімпізму зберігають інформацію про лакрос у програмах літніх Олімпіад 1904-го року у Сент-Луїсі та 1908-го – у Лондоні. Гра, у якості показового виду спорту презентувалася на спортивних форумах чотириріччя 1928-го, 1932-го та 1948-го років.



Команда з лакросу «Трилисники з Вінніпегу» – олімпійські чемпіони Сент-Луїсу-1904

Сучасний лакрос – це командна гра з твердим гумовим м'ячем діаметром від 62,8-х до 64,77-х міліметрів та вагою від 140-ка до 146-ти грамів, який переносять полем за допомогою кросів – сіток на довгому рівні. Це дуже видовищний вид спорту, у майстрів кросів м'яч стрімко літає полем, ледь торкаючись землі. Лакрос – гра планетарного формату, що охоплює усі верстви населення п'яти континентів. У команді чоловіків 10-ть гравців, у жіночій – 12-ть. У чоловічому лакросі дозволені силові прийоми та контактна боротьба, тому гравці вдягають спеціальну захисну амуніцію: шоломи з маскою та щитки під одяг. У жіночому лакросі силові прийоми заборонені. Їхня уніформа набагато простіша.



Чоловічий лакрос



Жіночий лакрос

Історія фізичної культури не знає точної дати появи лакросу. До наших днів, завдяки роботам угорського науковця Ласло Куна, збереглася тільки інформація про гру «багатавей», яка трансформувалась у сучасний цікавий і видовищний вид спорту. У «багатавей» грали індіанці союзу Північноамериканських племен – Конфедерації чорноногих, самоназва «ніїтсітапі» що у перекладі означає «оригінальні люди». Конфедерація чорноногих – це група етнічних американських народів США та Канади, яка складається з чотирьох споріднених племен: Північні і Південні пікані, кайна та сіксікі. Гра індіанців, з давніх часів, носила ритуально-ініціативні ознаки, за допомогою неї вирішувалися політичні, економічні, соціальні та ін. питання. Тубільці могли грати багато днів поспіль з невеликими перервами щоб поїсти та випити води. У таких випробовуваннях формувалися навички і вміння, необхідні чоловікам чорноногих під час полювання на бізонів.

Європейські переселенці познайомилися з грою у XVII-му столітті, а на початку XIX-го – вона стала завойовувати популярність серед французького населення Канади. Перший офіційний матч з лакросу відбувся у Канаді 1867-го року.

Зараз у світі існує близько тридцяти національних федерацій, які культивують гру – лакрос. Більшість з них зареєстровані на Європейському континенті та створені у кінці XX-го століття. Провідними країнами, де спортивна гра є пріоритетним видом спорту, залишаються Сполучені Штати Америки та Канада, де лакрос існує у професійному вигляді. У Канаді гра є національним літнім видом спорту. Канадська асоціація лакросу була заснована у 1867-му році і є найстарішою у світі. Північноамериканська країна, проводить дорослі та юнацькі чемпіонати у приміщеннях, у

двох дивізіонах кожен, а також тридивізійні чемпіонати – на трав'яних газонах.



Індіанські гравці в лакрос на листівці XIX-го століття

У США, спортивна гра, представлена професійною лігою – *Major League Lacrosse* (Вища ліга лакросу). Лакрос – є одним з офіційних видів спорту Національної асоціації студентства Сполучених Штатів Америки. У чемпіонаті першого дивізіону беруть участь 88-м університетських команд, другого дивізіону – 46-ть та третього дивізіону – 208-м збірних закладів вищої освіти США.



Матч професійної ліги лакросу у США

На міжнародних спортивних змаганнях, гравці зі США представлені чоловічою та жіночими збірними. З 1990-го року Міжнародна федерація, на знак вдячності індіанцям, до міжнародних змагань допустила окремою командою збірну «*Iroquois Nationals*», яка представляє конфедерацію ірокезьких племен Сполучених Штатів Америки та Канади.

Лакрос в Україні – абсолютно новий вид спорту. Національна Федерація була зареєстрована 28-го лютого 2017-го року, а за два місяці сформована збірна команда України. Дорослий чоловічий чемпіонат представлений трьома командами, одна з яких з міста Рівне носить символічну назву «Ірокези»

Сквош – «шахи на корті»

Сквош (англ. *squash*) – неолімпійський вид спорту з використанням адаптованої для гри ракетки та м'яча у закритому приміщенні. Майданчик (корт) для сквошу – це ігрове поле оточене чотирма стінами. Поверхня корту містить лінії розмежування, одна – відокремлює передню і задню частину майданчику, друга – ділить його навпіл, таким чином, що відокремлює ліву та праву сторони задньої частини, створюючи три «коробки»: передню половину, задні ліву та праві чверті. Сквош – динамічна гра, яка вимагає від спортсменів демонстрації фізичних якостей (сили, витривалості, координації, гнучкості), активізації діяльності центральної нервової системи (прийняття екстремальних рішень, проявів латентної швидкості, рефлексії та когнітивності). Коментатори на телебаченні гру називають «шахами на корті». Етимологія назви виду спорту пов'язана з використанням у ній відносно м'якого добре амортизуючого м'яча, який нагадує м'якоть кабачків (англ. *squashes* – «кабачки»), діаметром близько 40-ка міліметрів. Сквош – історією свого становлення завдячує пристіночним іграм з ракетками та м'ячем або ж розвагам з горизонтально натягнутою мотузкою чи стрічкою.

Аналоги ігор з використанням ракеток і м'ячів відомі з епохи Античності. Саме тоді, заможні греки і римляни, придумали перебивати через натягнуту стрічку невеличку кульку за допомогою шкіряної рукавички, внутрішня поверхня якої була підсилена дерев'яними накладками, або ж за допомогою биток, які нагадували сучасні атрибути крикету. Якщо Антична гра більше нагадувала сучасний теніс, то за доби Середньовіччя вже можна

було побачити щось подібне до сучасного сквошу. Дожі (титул голови держави самостійних італійських міст) Флоренції та Венеції XII-го – XIII-го століть, розважалися грою, перебиваючи м'яча через імпровізовану сітку на майданчику у великому приміщенні. Інколи їм траплялося відбивати м'яч від стін або ж навісів над трибунами глядачів. Згодом, ігри з ракетками, і в тому числі варіант пристіночного тенісу набув популярності у всій Європі епохи раннього Ренесансу. Інформація XIV-го століття є тому підтвердженням. У паризькому аристократичному середовищі – шевальє демонстрували майстерність у «жьо-де-пом», змаганні – назва якого буквально перекладається, як гра долонею. Але етимологія номену мала елементи метафори, гравці під час турнірів використовували не руки, а шкіряні широкі рукавиці, які підвищували ефективність гри.



Ракетка та м'яч для сквошу



Корт для сквошу



«Жьо-де-пом» у Франції XVII-го століття

У Франції, періоду правління короля Людовіка XI (1461–1483), ігри з використанням ракеток набули такої популярності, що саме цю країну історики спорту вважають батьківщиною усіх сучасних ігор з ракетками і м'ячем. Про розвиток і популярність у Європі

XVI-го століття різноманітних ігрових практик говорять записки мандрівок Францією англійця Роберта Дарлінгтона (1560–1620), який зазначає: «У країні побудовано багато будинків для гри в м'яч. Їх тут більше ніж церков. Французи народжуються з ракеткою в руках». Мова йде про різноманітні варіації гри в теніс, у даному випадку про пристінний теніс, який згодом отримає назву сквош. Цей факт дає усі підстави заперечити точку зору сучасних науковців, які вважають батьківщиною тенісу та його різновидів (сквошу та паддл-тенісу) чомусь Англію. До речі, паддл-теніс – ігрове ноу-хау мексиканського спортсмена Енріке Коркуери, який 1969-го року модифікував корт для сквошу під нову гру. До Британських островів «жьо-де-пом» дістанеться у кінці XV-го століття, де отримає назву «сферистика» (від грец. *σφαίριστική* – «гра в м'яч») та «лаун-теніс» (від англ. *lawn* – «галявина»). До теперішнього часу, у столицях Британії і Франції назви центральних площ зберігають історію Середньовічних ігор – крікету, крокету, тенісу, пристіночного тенісу, тощо. У Лондоні це «Мейл-стріт», у Парижі – «Пляс-дю-Май».

Що стосується головного засобу гри, то до сучасного вигляду ракетки, мають пряме відношення служителі християнської релігії. Монахи епохи Відродження, під аркоподібними склепіннями храмів і церков, на кам'яній підлозі організовували імпровізований майданчик, натягували мотузку чи стрічку і розважалися грою, що нагадувала теніс. І саме священнослужителі замінили шкіряні рукавички на пласкі дерев'яні калатала, за допомогою яких перебивали м'яча на половину суперника. Так з'явилася дерев'яна основа, середину якої згодом замінять на сітку, що значно покращить функції ігрового засобу. Тож церква теж внесла свій внесок у історію становлення ігор з ракетками, які зараз завойовують серця мільйонів поціновувачів в усьому нинішньому світі.

Про пристіночний теніс в Англії, можна зустріти інформацію у публікаціях Георгіанської епохи (період правління королів Георга I (1660–1727) та Георга II (1683–1760)), де розповідається про те, як незаможні верстви населення Лондону розважалися, відбиваючи ракеткою м'яча від стін будинків. Про гру з ракеткою під теперішньою назвою, можна прочитати статтю у Британській енциклопедії, де указується, що учні приватної школи в окрузі Лондону – Харроу, грали в сквош вже у 1820-х роках. Відтоді, змінився і майданчик для сквошу, до високої фронтальної стіни спочатку додалися бічні загородки, а потім з'явився корт, що має передню, задню та дві бічні стінки.



Сквош сучасна спортивна гра

Сквош – спортивна гра, яка знайшла адекватне підґрунтя для подальшого розвитку на усіх материках планети Земля. Нею захоплюються мільйони прихильників здорового і активного способу життя, для спортсменів-професіоналів проводяться чемпіонати світу, континентів та міжнародні турніри. Завдяки наполегливості світовій федерації (*WSF*) сквош було включено до програми V-х Всесвітніх ігор 1997-го року, які відбулися у фінському місті Лахті. Сесія Міжнародного Олімпійського Комітету 2023-го року прийняла рішення про прийняття гри до «олімпійської родини». Сквош буде представлений у програмі Олімпійських ігор у Лос-Анджелесі 2028-го року.

До програми Всесвітніх ігор з неолімпійських видів спорту входить і американський варіант сквошу – «ракетбол» (англ. *racquetball*), гра, яку винайшов американець Джо Собек у 1949-му році. У неї грають одноосібно (дві особи один проти одного) або командами у складі двох гравців. Кожна сторона б'є м'яч по черзі, який повинен бути відбитий до другого відскоку від підлоги і може торкатися усіх стін корту до того, як впаде на підлогу. М'яч подають або відбивають так, щоб супротивник не зміг утримати його в грі. Ракетбол складається з двох сетів, які тривають до набрання п'ятнадцяти залікових очок гравцем або однією з команд. Якщо рахунок рівний, призначається третій сет до одинадцяти залікових пунктів, що й визначає переможця. Залікові очки виграє тільки гравець або команда що виконує подачу. Якщо у розіграші перемагає інший учасник або команда, то до них переходить право здійснювати введення м'яча угру.



Ракетбол



Інвентар для ракетболу

Міжнародна федерація ракетболу (*IRF*) була створена у 1979-му році. Перший чемпіонат світу пройшов 1981-го року і привернув увагу Міжнародного Олімпійського Комітету, який офіційно визнав гру такою, що має перманентні і швидкі темпи розвитку. Гра була включена до програми Панамериканських ігор 1995-го року і відтоді має постійну прописку у змаганнях загальноамериканського формату. Сквош і ракетбол – спортивні ігри які доступні гравцям з обмеженими фізичними можливостями.



Ракетбол для гравців з ураженням опорно-рухового апарату



Костянтин Рибальченко



Надія Усенко

Українська історія сквошу розпочалась 1990-го року. Федерація сквошу України (ФСУ), створена 2004-го року є членом Європейської та Всесвітньої федерацій сквошу. Найкращими майстрами гри у нас в країні серед чоловіків є багаторазовий чемпіон і володар Кубку України, учасник Всесвітніх ігор – Костянтин Рибальченко, у жінок – багаторазова чемпіонка України та Європи 2018-го року – Надія Усенко.

В Україні, станом на 2024-й рік, збудовано близько сотні кортів для спортивної гри. Щороку Федерація сквошу України проводить понад вісімдесят турнірів (регіональні та міжнародні), в яких змагаються спортсмени з України та іноземні майстри ракетки.

Ігри групи «боул-спорт» – бочче, пітанк та боулз

Бочче (з італ. *bosse* – «куля» або «шар») – спортивно-розважальна гра демонстрації гравцями влучності з кам'яними або металевими кульками, різновид боул-спорту (англ. *boules sport*) разом з боулзом і петанком. Боулз (з англ. *bowls* – чаші) – автентична британська спортивна гра, головна мета якої – підкотити асиметричні кулі «вудзи» (з англ. *wood* – «деревина», матеріал з якого виготовляли шари у Середньовіччі) якомога ближче до невеликої білої кульки, яка зветься «джек» (*jack*) або «кітті» (*kitty*). Петанк (фран. *petanque*) – французький варіант гри, де гравці, стоячи всередині кола (обома ногами торкаючись землі), повинні кинути порожнисті металеві кулі якомога ближче до маленької дерев'яної кульки яку називають «кошонет» (фран. *cochonnet*).

В бочче можна грати на імпровізованих і навіть стихійних майданчиках: на асфальті, на пляжі, в сквері чи біля ресторану, головне щоб був набір кульок для розваги. У грі не передбачене вікове ранжування, в неї грають як чоловіки так і жінки.

З перерахованих ігрових видів спорту – бочче має найстарше історичне датування. Сучасними археологами, на території Туреччини, були знайдені кам'яні кульки, вік яких сім тисяч років. Навколо артефактів, одразу виникло питання щодо їх функціонального призначення. Одні вчені вважали, що кульки належали до релігійного культу, так як були знайдені у похованні, інші – указували на їх ігрові ознаки. Остаточного вирішила спірне питання документальна інформація про гру в кульки, яка була популярна у Хетському царстві, що існувало на території сучасної

Туреччини у 1800-му – 1180-му роках до нашої ери. Більш за все, хети (хатті) запозичили гру у автохтонного населення, яке проживало на цій географічній території, так бочче продовжило свою подальшу історію.



Кульки для бочче



Бочче

Артефакти аналогічної гри, зберегла для нащадків і цивілізація Єгипту. У британському музеї зберігаються кульки з піщанику, які були знайдені у одній з поховальних камер піраміди фараона Хуфу, або як ще його називають Хеопса (дата народж. невідома – 2566 рік до нашої ери). Єгиптологи теж тривалий час вагалися щодо призначення, знайдених предметів. Але згодом, одностайно, погодилися з тим, що артефакти використовували мешканці древнього Єгипту у ігрових цілях.

Після входження Єгипту та Хетської держави до Римської імперії, з грою познайомилися жителі Вічного міста. Розширюючи територіальні межі, римські легіонери, розповсюдили бочче теренами усієї Європи. А заокеанські подорожі іспанських та португальських конкістадорів (з ісп. *conquistador* – «завойовник»), перевезли гру до Південної Америки, де вона набула неабиякої популярності серед місцевого населення. Так з'явилися модифікації бочче у всьому світі: французький – петанк, англійський – боулз, венесуельський – креольські кулі, бразильський, хорватський та словенський – боча.

Зараз у бочче грають на ґрунтовому чи заасфальтованому майданчику, довжина якого може бути до 27-ми метрів, а ширина – до 4-х. Кульки для гри сферичної форми, можуть бути металевими або виготовленими із сучасних поліматеріалів. Гра відбувається між двома гравцями або двома командами по два, три або по чотири учасника. Право розпочати матч, кинути найменший м'яч «джек» (ін. назви «боччіно» або «палліно») з одного кінця ігрового

майданчика в зону довжиною 5-ть метрів, яка закінчується на відстані двох з половиною метрів від дальнього кінця поля, надається за жеребом. Якщо гравці, що почали змагання, двічі не влучають «джеком» в цю зону, право першого кидку переходить до команди-суперниці.

Гравець або представник команди, який влучить «боччіно» у необхідну зону, отримує можливість першим кинути ігрову кулю обраного кольору. Потім командні сфери кидаються почергово. І так триває доти, доки одна з команд не використає усі свої ігрові кулі. Тоді друга команда використовує кулі, що залишилися в неї. Підрахунок балів здійснюється наступним чином – команда отримує один бал за кожну кулю, яка знаходиться ближче до «джека», ніж найближчий до нього шар суперників. Часом гра не обмежена, як правило, вона триває доки одна з команд не набере потрібну кількість залікових очок від 7-ми до 13-ти, в залежності від географічного району де культивується вид спорту. Гравцям дозволяється кидати кулі високою траєкторією, зазвичай цей прийом використовується для того, щоб підштовхнути «боччіно» у вигіднішу позицію.

Перший чемпіонат світу з бочче пройшов 1975-го року у місті Монако (Франція), на якому було розіграно тільки один комплект нагород – у парній грі. Зараз, на світових першостях, гравці виборюють чемпіонство у 6-ти видах програми: індивідуальна гра, парна гра, коло, у кидках на точність, прогресив та у естафеті.

Петанк, гра яка виникла у 1907-му році у місті Французької Рив'єри – Ла-Сьйота. Етимологічна назва розваги, походить від провансальського слова *la petanca* – яке буквально має переклад як «ноги на якорі». Метафора, що пояснює метання сфер гравцями, які повинні стояти одночасно на обох нижніх кінцівках. У Франції в петанк грають близько 17-ти мільйонів осіб (в основному під час літніх канікул) і це не дивно, так як гру придумали жителі курортного регіону. Тому нею розважаються як майстри, так і відпочивальники з усього світу. Звідси така велика кількість поціновувачів петанку. У самій Франції, Федерацією Петанку (яка є міжнародною) ліцензовано близько 375-ти тисяч професійних гравців, в Англії – три тисячі, в Канаді – двадцять тисяч. Осередки гравців у петанк можна знайти у Сполучених Штатах Америки, Мексиці, Аргентині, Лаосі, Таїланді, В'єтнамі, Камбоджі та ін. країнах.



Кульки для петанку



Петанк

Найпершу інформацію про англійський боулз, можна знайти у британських хроніках середини XIII-го століття. Підтвердженням цьому, можна вважати факт існування, до теперішнього часу, функціонуючого найстарішого корту, який знаходиться у місті Саутгемптоні. Цей майданчик, згідно з історичними записами, використовується з 1299-го року. Ігри на ньому часто приїждять переглядати представники монаршої родини Великобританії.



Шари для боулзу



Боулз

Як і багато інших видів спорту, гра зі сферами, завдяки розширенню меж Британської імперії у 1600-х роках, потрапила на усі континенти нашої планети. За історичними даними, перші матчі з боулзу на газонах Північної Америки були проведені на початку XVII-го століття у штатах, які заснували колоністи з Англії – Вірджинії, Північній і Південній Кароліні. Історичні архіви свідчать про те, що перший президент Сполучених Штатів Америки – Джордж Вашингтон (1732–1799) грав у кулі на трав'яному газоні поблизу будівництва Білого дому. У Канаді, цей вид спорту глядачам було представлено 1730-го року, коли було зіграно перший матч у селищному муніципалітеті Порт-Рояль, в окрузі Аннаполіс що у Новій Шотландії. До далекого Австралійського

регіону, боулз дістався лише у середині XIX-го століття.

У 1903-му році була створена Британська асоціація боулзу, а згодом і Всесвітній Комітет гри (Міжнародна федерація боулзу), який відповідає за стандартизацію правил та популяризацію виду спорту у світі. Боулз не є стабільним явищем ігрового спорту, останнім часом з'явилося декілька видів його модифікації:

- лоун-боулз – гра в сфери на траві;
- індор-боулз – гра адаптована для умов приміщення;
- шот мет боулз – гра у кульки на коротких доріжках.

Для перемоги у змаганнях з боул-спорту не потрібна особлива фізична підготовленість, тому грою в кулі захоплюються люди усіх вікових категорій і навіть з інвалідністю. Бочі (боча) – вид спорту, різновид бочче, адаптований до фізичних можливостей осіб з церебральним паралічем, які змагаються сидячи на візках. Бочі – унікальний явище сучасного Інваспорту, вид фізичної активності, який дає можливість реінтегруванню осіб з інвалідністю до адекватного спортивного життя суспільства. Гра була започаткована в Італії, тому її ще називають «італійські кеглі». Правила бочі, для зазначеної категорії учасників наступні – на довгому вузькому ігровому полі, необхідно кинути шкіряний м'яч якнайближче до білого – мішені (у бочче це «джек» або «боччіно»). Чоловіки і жінки можуть змагатися разом. До програми Паралімпійських ігор бочі був включений 1984-го року. Петанк – увійшов до програми II Всесвітніх ігор з неолімпійських видів спорту, які пройшли у столиці Великобританії – Лондоні 1985-го року. Бочі, до переліку видів спорту, указаних змагань, потрапив набагато пізніше, на Ігри 2017-го, які відбулися у польському місті Вроцлаві.



**Бочі на Паралімпійських іграх у
Пекіні 2008-го року**



**Асистент для гравців
класу ВС₃**

Інваспортсмени для гри розподіляються за чотирма класами – ВС₁, ВС₂ та ВС₃ – для гравців з дитячим церебральним паралічем (ДЦП), ВС₃ та ВС₄ – для гравців з іншими неврологічними відхиленнями, що мають подібний до ДЦП ефект (м'язова дистрофія, мозкова травма тощо):

- ВС₁ – гравці цього класу вкидають м'яч у гру рукою чи ногою, їм дозволено користуватися допомогою асистента, який стоїть за спиною, за межами майданчику. Допомога полягає у коригуванні положення візка інваспортсмена та подачі йому куль, коли це необхідно;
- ВС₂ – гравці даного класу кидають м'яч рукою, допомога помічника не передбачена;
- ВС₃ – гравці мають важку форму порушення рухових функцій всіх чотирьох кінцівок, для вкидання м'яча на ігровий майданчик вони користуються спеціальним пристроєм, конструкція якого являє собою похилу площину, під час гри дозволяється допомога асистента;
- ВС₄ – гравці цього класу мають важку форму порушення рухових функцій усіх чотирьох кінцівок та контроль над положенням тулубу, однак ці спортсмени демонструють гарні здібності вкидання м'яча на ігровий майданчик. Допомога асистента не передбачена.

Найтитулованішими майстрами бочі в українському Інваспорті є переможці офіційних змагань і міжнародних турнірів – Артем Колінько та Наталя Коненко.



Артем Колінько



Наталя Коненко

Боул-спорт в Україні представлений петанком. Реалізацію міжнародної концепції гри та регламент національних змагань забезпечує Всеукраїнська громадська організація «Всеукраїнської федерації петанку», заснована 2011-го року. Професійні майданчики

для петанку є в Києві, Харкові, Львові, Ужгороді, Хмельницькому, Дніпрі, Херсоні, Житомирі, Тернополі та Мукачевому. Національна Федерація щорічно проводить чемпіонати та Кубки України для гравців різних вікових категорій, що гарантує позитивні тенденції розвитку боул-спорту у нас в країні.

Флорбол – хокей з м'ячем на паркеті

Флорбол – командний вид спорту, варіант хокею, який дозволяє спортсменам грати на паркетній чи дерев'яній підлозі спортивного залу навчального закладу або іншої установи. Необхідним інвентарем для флорболу є пластикові – м'яч, клюшки, ворота та спеціальні бортики, які оконтурюють майданчик для гри. Головна ціль гравців – уразити ворота суперника, забивши в них м'яча. Кожна команда на ігровому майданчику представлена п'ятьма польовими гравцями і воротарем. Контролювати м'яч дозволяється лише клюшкою, яка є у всіх польових гравців. Ногою дозволяється зупиняти м'яч, але не завдавати ударів по воротах. Ця гра схожа на хокей з м'ячем тільки без льодового майданчика, проте в правилах цих ігор є суттєві відмінності. В ході гри дозволяється необмежена кількість замінів, які можна проводити, не зупиняючи гру. Гра триває три періоди по двадцять хвилин з перервами – по десять. Третій період грається тільки у випадку, якщо у попередніх двох – у команд рівний рахунок.



Флорбольний матч між збірними Швеції (жовта форма) і Фінляндії (біла форма)

Для гри необхідний на майданчик розміром сорок на двадцять метрів, оконтурений бортиками з заокругленими кутами. Розмір воріт – 1,6-х на 1,15-х метра. Ключки для флорболу виготовляються із пластику, їхня довжина не може бути довшою за 105-ть сантиметрів і важити не більше 350-ти грамів. Діаметр м'яча з 25-ма отворами, становить 72-а міліметри, максимальна маса – 23-ри грами. Зараз набуває популярності і зменшений варіант гри на майданчику розміром 24-ри на 14-ть метрів, в якій команда складається з трьох польових гравців та голкіпера.



Ключка для флорболу



М'яч для флорболу

За порушення правил у флорболі, гравці команди-суперниці отримують право на пробиття штрафного удару. Судді матчу можуть виносити спортсменам покарання у вигляді дво- або п'ятихвилинного вилучення. За неспортивну поведінку гравець може бути видаленим на 10-ть хвилин. У флорболі передбачені і вилучення до завершення матчу.

Історія гри розпочалася на Скандинавському півострові. Флорбол, як вид спорту, було започатковано у Швеції 1970-их років минулого століття, який швидко здобув популярність на теренах Скандинавії та знайшов поціновувачів у всій Європі. У 1986-му році Швеція, Фінляндія та Норвегія заснували Міжнародну Федерацію флорболу (*IFF – International Floorball Federation*). На сьогоднішній день, до указаної спортивної організації, входить 49-ть країн, що надає актуальності процесам розвитку флорболу у всьому світі. Національні чемпіонати проводяться у Швеції, Фінляндії, Норвегії, США, Канаді, Японії, Індії, Сінгапурі, Австралії та ін. країнах нашої планети. Флорбол знайшов можливості розвиватися і на

Африканському континенті, членом Міжнародної федерації стала країна – Сьєрра-Леоне.

Перший чемпіонат світу з флорболу серед чоловіків відбувся у Швеції 1996-го року. Фінал цих змагань дивилися більше п'ятнадцяти тисяч уболівальників. Переможцями очікувано стали господарі турніру і за сумісництвом родоначальники гри – шведські майстри флорболу. На останньому планетарному форумі перемогу здобули спортсмени з Філіппін, які у фіналі обіграли команду Таїланду.

У 1997-му році був зіграний перший чемпіонат світу серед жінок. Турнір пройшов у фінському місті Оланд, де перемогу здобули дівчата з Швеції, які обіграли у фіналі господарок з рахунком 4: 2.

У 1993-му році під егідою *IFF* відбувся перший клубний міжнародний турнір – Європейський кубок, матчі якого пройшли в Гельсінкі для жінок і в Стокгольмі – для чоловіків.



Жіночий флорбол



Чоловічий флорбол

27-го травня 2013-го року Міжнародна Федерація флорболу стала членом Міжнародної Асоціації Всесвітніх ігор. Таким чином, флорбол був представлений на X-х Всесвітніх іграх 2017-го року у польському місті Вроцлаві.

Національна Асоціація з флорболу була створена 2005-го року, яка проводить чемпіонати та Кубки України у вищій та першій лізі серед чоловіків та жінок. Ігрові першості регулярно відбуваються і серед флорбольних команд юнацького та юніорського віків.

До елітного дивізіону чемпіонату світу з флорболу наші національні команди чоловіків і жінок ще не потрапляють, зате у зменшеній версії три на три є постійними учасниками.



Збірна команда України з флорболу 3х3

Фістбол – гра імператора Гордіана

Фістбол (англ. *fistball*, «кулачний м'яч») – командний вид спорту, динамічна гра, яка стрімко розвивається, завойовуючи серця прихильників в усьому світі. У фістбол грають на трав'яному майданчику, розміри якого 50-ть на 20-ть метрів. Ігрове поле розділене навпіл білою лінією шириною 6-ть сантиметрів, над якою на висоті 2-х метрів натягнута стрічка або сітка. На відстані трьох метрів від сітки на полі проведені дві горизонтальні лінії на кожній з половин майданчику – це межі введення м'яча у гру, яке здійснюється верхніми кінцівками. Дві команди у кількості п'ять осіб кожна, що розташовані по різні боки сітки, перекидають через неї м'яч, зазвичай руками. Мета гри – змусити суперника втратити контроль над м'ячем, щоб той на чужій половині торкнувся газону більше одного разу. Гравці кожної команди мають право розігравати м'яча на своїй половині з максимальною кількістю до трьох дотиків виключно верхніми кінцівками (долонею забороняється) та одного торкання ігрової кулі землі, причому після кожного удару або передачі у одному розіграші залікового очка. Залікові пункти зараховуються команді, яка вводить м'яч у гру і змушує помилитися команду суперницю. У протилежному випадку, право подачі м'яча переходить до команди-опонентки. Гра триває до перемоги в трьох сетах, у кожному з яких для перемоги необхідно набрати двадцять очок.



Фістбол



Введення м'яча у гру

М'яч для гри виготовляють зі шкіри, максимальна довжина діаметру якого 68-м сантиметрів, вага – 380-т грамів, тиск у середині – до 0,75-х бара.

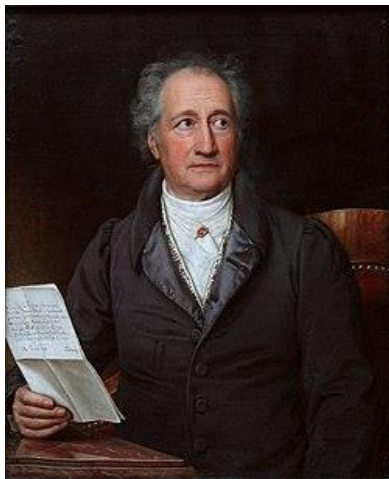


Атакуюча акція (зліва) та робота у захисті (справа) у фістболі

Коли з'явився фістбол історикам фізичної культури і спорту достеменно не відомо. У ігри, з перебиванням м'яча через стрічку чи сітку, грали у Китаї, Греції та Римі. Резиденції римських патриціїв мали спеціальні приміщення для гри в м'яч – «сферистеріуми». Про гру, аналогічну до сучасного фістболу, вперше згадується у промові римського імператора Маркуса Антонія, який увійшов в історію під ім'ям Гордіана III (225–244). Ця подія сталася 240-го року нашої ери. Римські легіонери навчили перебивати м'яч, набитий ганчір'ям, через стрічку народи далеко за межами Вічного міста. Так фістбол потрапив до Європи. Досить великою популярністю гра користувалася у часи правління Західною Римською імперією Карла Великого (742/747–814), населення франкських міст, тоді залюбки розважалося, перебиваючи імпровізованого м'яча через натягнуту стрічку чи мотузку.

У епоху Ренесансу, усі аспекти спортизації, потребували нормотворчих підходів щодо їх систематизації. Так, першими офіційними правилами гри, прийнято вважати канони опубліковані в Італії 1555-го року, тому фістбол часто називають «італійською грою».

Популярність у жителів Пруссії, фістбол отримав у кінці XVIII-го на початку XIX-го століть, після того як німецький письменник, вчений-енциклопедист Йоганн Вольфганг фон Гете (1749–1832) здійснив мандрівку до Риму та описав гру у своєму щоденнику «Подорож до Італії». Фістбол в Німеччині тривалий час розвивався у середовищі гімнастів, тому його було презентовано обсервантам 1885-го року саме на фестивалі німецької гімнастики в Дрездені. У 1894-му році німецький історик Георг Вебер (1808–1888) розробив версію німецьких правил для змагань з фістболу.



Йоганн Вольфганг фон Гете



Георг Вебер

Перший чемпіонат Німеччини серед чоловічих команд відбувся на фестивалі гімнастики 1913-го року в Лейпцигу, у якому «LLB Франкфурт» переміг «MTV-1879» з Мюнхену, з рахунком 114:101. У 1921-му році – аналогічний турнір було проведено для жіночих команд, перемогу святкували гравчині «Гамбургер Тернершафт», які здолали супротив дівчат «ТВ Крефельд» з рахунком 91:90. У 1930-х роках XX-го століття у Німеччині грало у фістбол дванадцять тисяч команд у різних професійних лігах.

Діалектика гри, у зв'язку із швидким поширенням фістболу в світі та підвищенням рівня техніко-тактичної майстерності гравців, потребувала адекватних змін у правилах та регламенті, для того щоб потрапити до поля зору міжнародних спортивних організацій. З цією метою було створено 1913-го року Міжнародну Асоціацію фістбол (IFA – *International Fistball Association*).

Головним міжнародним змаганням у фістболу є чемпіонат світу, що проводиться один раз на чотири роки. Перший планетарний турнір у чоловіків було проведено 1958-го року в Австрії, перемогу у якому здобули спортсмени збірної Федеративної Республіки Німеччини. Після Другої світової війни Німеччину було розділено на Демократичну та Федеративну Республіки. Об'єднання двох країн сталося тільки у 1990-му році. Світову першість серед жінок було проведено 1994-го року в Аргентині, першими чемпіонками – стали спортсменки вже об'єднаної Німеччини. Як і у минулому, чинними чемпіонами світу і у чоловіків, і у жінок є збірні Німеччини.

Популярність гри, дозволила включити її до II Всесвітніх ігор 1985-го року, які пройшли у столиці Великобританії – Лондоні. Фістбол і зараз залишається головним ігровим випробовуванням програми планетарних змагань чотириріччя з неолімпійських видів спорту.

Сьогодні фістбол популярний у понад 60-ти країнах світу, серед яких – Австралія, Австрія, Аргентина, Бразилія, Італія, Китай, Нова Зеландія, Швейцарія, Японія та ін. Головним лейтмотивом роботи Міжнародної Асоціації фістболу є девіз «Спорт для всіх – спорт для всіх», саме цю філософію і втілює у життя – гра. Неважливо, до якої вікової групи, релігії, кольору шкіри чи континенту ви належите, фістбол – це дійсно спорт для всіх без виключень.

Корфбол – «молодший брат» баскетболу

Корфбол (нідерл. *korf* – «кошик», *bal* – «м'яч») – командна гра з м'ячем, визнана у більш ніж п'ятдесяти країнах світу, але найбільшу популярність вид спорту отримав у Нідерландах та Бельгії. Тривалий час, фахівці, вважали новий вид спорту різновидом баскетболу, але корфбол відрізняється від інших ігор тим, що склад команди у ньому дотримується принципів гендерної рівності і представлений чотирма чоловіками і чотирма жінками. Саме такими аспектами керувався звичайний голландський вчитель фізичної культури – Ніко Брукхуїсен.

Виконуючи доручення, керівництва навчальних закладів Голландії, щодо створення гри, яка могла б одночасно на ігровому майданчику поєднати у одній команді і юнаків і дівчат, педагог навіть не думав, що його винахід буде мати таку популярність у всьому світі. У Голландії, початку ХХ-го століття, було роздільне

навчання, у освітніх закладах учні та учениці практично не спілкувалися між собою та не мали спільних спортивних інтересів. Нову гру, керівництву навчальними закладами Нідерландів, Ніко Брукхуісен презентував 1902-го року, розвага одразу почала користуватися попитом у шкільних вчителів фізичної культури та викладачів фізичного виховання вищих навчальних закладів. А за рік, 1903-го було створено Голландську Федерацію корфболу.



Ніко Брукхуісен



Корфбол на початку ХХ-го століття

Гра була демонстраційним видом спорту на Олімпійських іграх у Антверпені 1920-го року і одразу знайшла прихильників у Бельгії, де вже за рік було створено і корфбольну Федерацію. Перший міжнародний матч відбувся за участі національних команд Бельгії та Нідерландів у 1923-му році. За межами Європи афіліація командної гри до міжнародного спортивного простору відбувся 1919-го року, коли корфбол вирішили випробувати в Індонезії.



Перший матч між національними збірними Бельгії та Нідерландів



Корфбол на Олімпійських іграх 1928-го року

Досить потужно презентували корфбол на Олімпійських іграх у Амстердамі 1928-го року родоначалники гри. Але керівництво Міжнародного Олімпійського Комітету так і не взяло на себе відповідальність включити спортивну інновацію до програми Літніх ігор чотириріччя. У період між Світовими війнами, міжнародні спортивні організації, як і всього олімпійського і неолімпійського спорту, мало приділяли уваги корфболу, що вплинуло на темпи його становлення.

Після Другої світової війни спортивне життя у світі активізувалося, ця тенденція торкнулася і корфболу. У повоєнній Європі почали проводити офіційні змагання за участю національних збірних і клубних команд. Перший чемпіонат світу відбувся 1978-го року, на батьківщині гри, в Нідерландах. Зараз планетарні першості відбувається один раз на чотири роки.

Офіційне визнання Міжнародного Олімпійського Комітету спортивна гра отримала на Сесії 1993-го року. Президент Міжнародної Федерації корфболу Ян Франсу має глибокі переконання добитися включення командного виду спорту до програми Олімпійських ігор. Прописку у Всесвітніх змагань з неолімпійських видів спорту гра отримала 1985-го року, найтитлованішою командою планетарних Ігор є збірна Нідерландів, яка виграла вісім турнірів.

На теренах сьогодення найбільшою корфбольною нацією залишаються жителі Нідерландів, де зареєстровано близько 580-ти клубів у різних дивізіонах. Основними світовими центрами розвитку корфболу, окрім Голландії є Бельгія, Чехія, Велика Британія, Португалія, Каталонія (адміністративний район Іспанії), Китайський Тайбей, Гонконг, Австралія, Південноафриканська Республіка. Як говорять спортивні коментатори: «У корфбол не грають тільки в Антарктиді».

Розміри майданчика для корфболу на відкритому повітрі – 30-ть на 60-т метрів, для варіанту індор – 20-ть на 40-к. Для організації гри, необхідні дві стійки (корфи), з закріпленими на висоті три з половиною метри кошиками діаметром до 41-го сантиметру та висотою бічної стінки – 25-ть сантиметрів. Корфи встановлюються в кожній з двох ігрових зон на відстані 1/6 частини довжини майданчика, яка вимірюється від лицьової лінії. Для кращої візуалізації об'єкту атаки, колір кошиків, у більшості випадків – яскраво жовтий, що відрізняється від забарвлення ігрового поля. Гра може відбуватися і за лінією кошика. М'яч для корфболу сферичної форми, виготовляється зі шкіри або іншого

матеріалу, діаметром до 71-го сантиметру та вагою до 475-ти грамів, повинен мати контрастне двоколірне забарвлення (чорно-білий або жовто-синій). Гра триває два тайми по тридцять хвилин. Перед початком матчу арбітр у присутності капітанів команд кидає жереб, який визначає команду, що має обрати кошик для атаки або першою ввести м'яч у гру. На початку другої половини – м'яч у гру вводить команда-опонент. Після кожного закинутого в кошик м'яча, в гру його вводить команда, якій забили гол. У корфболі категорично заборонені будь-які фізичні контакти між гравцями.



М'яч для корфболу



Кошик для корфболу

На початку матчу, гравці кожної команди, знаходяться на своїй половині ігрового поля. Змагання починаються введенням м'яча у гру з центру майданчика, після свистка судді. Гравець нападу команди, яка отримала право розпочати гру, передає м'яч будь-якому атакуючому партнеру по команді.

Гравці атаки намагаються вразити кошик суперника, звільнившись від опіки персонального захисника. Беззаперечною догмою у корфболі є правило, яке гарантує гру між суперниками тільки однакової статі. Під час атаки кошика, його взяття буде зараховано, якщо відстань між гравцями атаки і захисту буде більшою за відстань витягнутої руки. Гравці захисту намагаються перехопити м'яч, завадити супернику виконати кидок або передачу м'яча, виграти підбір у результаті відскоку кулі від кошика. Після перехоплення захисники повинні передати м'яч гравцям лінії атаки у протилежну зону. Влучання в кошик суперника зараховується як одне очко. Після 2 забитих м'ячів у будь-який кошик гравці міняються зонами, при цьому захисники стають атакуючими і навпаки. Порухення правил у корфболі карається призначенням пенальті, який виконують з відстані два з половиною метри або ж призначають вільний пас, який виконує постраждала команда з

точки виконання пенальті. Якщо два гравці одночасно зловили м'яч то суддя зупиняє гру і розіграє його на місці спору (спірний м'яч). Для цього арбітр вибирає 2-х гравців однієї статі, однакових на зріст із зони, де виник спірний момент. При вкиданні – інші гравці команд повинні знаходитися на дистанції у два з половиною метри від місця введення м'яча у гру.

Правилами корфболу заборонено:

- атакувати із зони захисту (кидати м'яч у кошик можна тільки із зони атаки);
- подвійний захист і персональний захист проти гравця іншої статі;
- робити більше двох кроків з м'ячем у руках, а також переміщатися, здійснюючи його ведення;
- вибивати і виривати м'яч з рук суперника;
- передавати м'яч партнеру з рук в руки.

Сучасний корфбол, демонструє позитивну еволюційну динаміку, у полі зору фахівців спорту з'явилися нові його модифікації:

- корфбол на траві – літній варіант гри на майданчику просто неба. Змагання мають той самий формат, за винятком додаткових вимог до взуття гравців (залежно від погодних умов допускається використання шипованого взуття);
- пляжний корфбол має деякі відмінності – кожна команда складається з 4-х гравців основи і 4-х – запасних, у грі використовують тільки один кошик, матч триває до десяти хвилин (два тайми по 5-ть з 3-хвилинною перервою);
- водний корфбол дуже схожий на пляжний, відрізняється тільки тим, що змагання проводять не на піску, а на мілководді;
- монокорфбол – варіант корфболу з використанням однієї стійки з кошиком.



Пляжний корфбол



Монокорфбол

Україна, до Всесвітньої Федерації корфболу нещодавно увійшла під шестидесятим номером. Головним модератором гри у нас в країні є Львівська обласна федерація корфболу (ЛОФК), засновниками громадської організації є вчителі фізичної культури, які за фінансової підтримки меценатів та Європейської Федерації корфболу розвивають ігровий вид спорту у закладах загальної середньої освіти Східної Галичини.

Нетбол – ігровий вид спорту для жінок

Нетбол (англ. *net* – «сітка», *ball* – «м'яч») – командна гра з м'ячем виключно для жінок, у якій потрібно його закинути у кошик команди-суперниці, довгий час вважався різновидом баскетболу. Нетбол виключно для студенток презентувала Мартіна Софія Хелена Бергман-Остерберг (1849–1915) – швецька вчителька гімнастики, 1893-го року керівництву лондонського коледжу у Хемпстеді. У середині XIX-го столітті, у європейському просвітництві настає кризова ситуація щодо викладання фізичної культури у закладах освіти, фундаментом якої, була німецька гімнастична система. Більшість науковців старого континенту все більше вбачало перспективність формування фізичної культури індивідуума на основі ігрових видів рухової активності. Такої концепції дотримувалась і Мартіна Бергман-Остерберг.



Мартіна Бергман-Остерберг



Англійські жінки грають у сетбол, фото 1910-го року

Баскетбол (англ. *basket* – «кошик», *ball* – «м'яч») було винайдено 1891-го року канадським вчителем фізичної культури Джеймсом Нейсмітом (1861–1936), який працював у Спрінгфілдській міжнародній тренувальній школі штату Массачусетс (США). Гра з

м'ячем виявилася результатом пошуку збільшення фізичних навантажень для студентів у зимовий час. Джеймс Нейсміт, неодноразово звертав увагу адміністрації навчального закладу, що студентам зимові заняття з гімнастики в залі здаються занадто одноманітними. І тому вирішив зацікавити їх якою-небудь новою рухливою грою для розвитку спритності і координації, котру можна було б проводити в закритому приміщенні – причому відносно невеликому за своїми розмірами.



Джеймс Нейсміт (зліва) та спортивна зала у Спрінгфілді (справа) де відбувся перший матч з баскетболу

Гра швидко знайшла свою аудиторію у Сполучених Штатах Америки. Авторкою правил баскетболу для жінок у США була американська спортсменка, талановитий педагог – Сенда Беренсон Еббот (1868–1954), яку історики спорту називають «матір'ю жіночого баскетболу». Розроблені нею правила гри, діяли протягом семидесяти років з 1910-го по 1980-ті роки. Головним вкладом Сенди Беренсон Еббот у жіноче фізичне виховання закладів освіти, була розробка та впровадження правил жіночого баскетболу у просвітництво Сполучених Штатів Америки. Баскетбол для жінок, вперше було включено у курс фізичної культури коледжу Сміта 1892-го року.

Жіночий баскетбол Сенди Беренсон Еббот швидко здобув популярність у американських школах і коледжах. Перше видання стандартизованих правил жіночої командної гри вийшло у 1901-му році. З 1899-го по 1917-й роки, авторка неодноразово їх доповнювала і видозмінювала, поки вони не виявилися ідеально адаптованими до змагань і для освіти.

У 1985-му році Сенду Беренсон Еббот було включено в американську Залу слави баскетболу, а у 1999-му – в Залу слави жіночого баскетболу.



Сенда Беренсон Еббот (зліва) та титульна сторінка її правил для жіночого баскетболу (справа)

До столиці Британських островів – Лондону, жіночий баскетбол потрапив 1893-го року. У цей же рік, Мартіна Бергман-Остерберг познайомила своїх студенток з лондонського коледжу у Хемпстеді з новою грою. Після деякого доопрацювання правил американського жіночого варіанту баскетболу, нова гра під назвою «нетбол» швидко поширилася Британською імперією, на початку ХХ-го століття дісталася Австралії, а 1906-го року – Нової Зеландії.

У сучасному нетболі передбачено чотири чверті (англ. *quarters*) тривалістю п'ятнадцять хвилин. Майданчик для гри має розміри – 15-ть метрів 25-ть сантиметрів на 30-ть метрів 50-т сантиметрів (п'ятдесят на сто футів) та розділений на три окремі зони («третини»). На обох боках майданчику розташовані напівкруглі зони – площі воріт (англ. *shooting circles*) радіусом 4-ри метри 90-то сантиметрів (16 футів).

М'яч передається вздовж майданчику від гравчині до гравчині, причому вони повинні торкнутись до сфери у кожній третині поля. М'яч не можна перекинути через середню третину із зони захисту до зони нападу. Гравці можуть тримати м'яч не більше трьох секунд та мають звільнитись від нього до того, як та нога, на якій вони стояли в момент прийому передачі, повторно торкнеться землі, тобто, пересуватись майданчиком з м'ячем заборонено, що

унеможливлнює одному гравцю вести м'яч через весь майданчик. На відміну від баскетболу, нетбол менш контактний, тому у підготовці гравчинь головним аспектом є тактичний вишкіл.



Сучасний нетбол

Гра проходить між двома жіночими командами, які намагаються закинути м'яч до кошика суперниць, що піднятий над поверхнею майданчика на висоту три метри п'ять сантиметрів (10 футів). Кошик у нетболі називають воротами, закиданутий м'яч – голом (англ. *goal* – «ціль»). Діаметр кільця – 380-т міліметрів (15 дюймів). М'яч для гри має окружність від 680-ти – 710-ти міліметрів (27–28 дюймів), виготовляється зі шкіри або гуми, його вага не повинна перевершувати параметри від 397-ми до 454-х грамів (14–16 унцій).

У національних варіантах гри, кількість гравчинь у команді може становити від 7-ми до 9-ти. У голландському різновиді нетболу, склад команди вісім гравчинь. Сполучені Штати Америки, Англія та шість країн Британської Співдружності – Канада, Австралія, Нова Зеландія, Індія Південноафриканська Республіка та Ямайка, 1956-го року ввели кількісний стандарт для команди – сім спортсменок, який затвердила як норму Міжнародна Федерація Асоціацій нетболу (IFNA), започаткована 1960-го року.



**Гравчині у нетболі
за амплуа –захисниця
(зліва) і нападниця
(справа)**

Кожна гравчиня команди, на майданчику, виконує конкретні функції (амплуа), які позначено великими літерами на її формі та які відповідають окремим зонам ігрового поля:

- снайперка (GS, англ. *goal shooter*), грає у третині нападу біля воріт суперника;
- нападниця (GA, англ. *goal attack*), грає у центральній та третині нападу, включаючи майданчик воріт суперника. Тільки гравчині амплуа GS та GA можуть завдавати кидків у кільце суперника»
- флангова нападниця (WA, англ. *wing attack*), грає у центральній та третині нападу, за виключенням площі воріт суперника;
- центральна (C, англ. *centre*) – це головна розігруючи гравчиня, яка може грати усюди, окрім майданчиків воріт;
- флангова захисниця (WD, англ. *wing defence*), грає у центральній та третині захисту;
- захисниця (GD, англ. *goal defence*), грає у центральній та третині захисту, включаючи майданчик власних воріт;
- воротарка або голкіпер (GK, англ. *goal keeper*), грає у площі власних воріт та у третині захисту.

Відповідно до даних Міжнародної Федерації Асоціацій нетболу, у нього грає більше двадцяти мільйонів жінок, у більш ніж 70-ти країнах світу. Відбір на планетарну першість, яка проходить один раз на чотири роки, відбувається у п'яти регіональних групах: Африка, Америка, Азія, Європа та Океанія. Перший чемпіонат світу з нетболу відбувся 1963-го року, у ньому взяли участь команди з одинадцяти країн і виявив найкращою національну збірну Австралії. Діючими чемпіонками світу є команда Нової Зеландії, яка виграла чемпіонат 2019-го року.

Нетбол – один з найбільш поширених видів спорту, у країнах Британської співдружності, у Новій Зеландії – другий за масовістю, а в Австралії – за масовістю жіночий спорт номер один. Нетбол надто популярний у країнах Океанії. Тому 1998-го року, турніри з нетболу було включено до програми Ігор Співдружності. Перші подібні змагання відбувся у столиці Малайзії – Куала-Лумпур.

У 1995-му році Міжнародний Олімпійський Комітет визнав «жіночий варіант баскетболу» олімпійським видом спорту, однак до програми Літніх Ігор його не включив.

Пляжний гандбол – гра італійських відпочивальників

Пляжний або біч-гандбол (англ. *beach handball*, *beach* – «пляж», *hand* – «рука», *ball* – «м'яч») – спортивна командна гра, що проводиться на піщаних майданчиках, результат пошуку рекреаційних інновацій з метою підвищення рухової активності звичайного населення, яке не займається професійною спортивною діяльністю. Біч-гандбол з'явився на початку 1990-х років ХХ-го століття в Італії, де на пляжах натовпи відпочиваючих шукали розваг, щоб згаяти час у активний спосіб та дотриматись солярного моціону. Перші правила гри теж було оформлено у країні Апеннінського півострова. Зараз пляжний гандбол розвивається більш ніж в сорока країнах світу. Планетарні чемпіонати проводяться з 2004-го року, чемпіонати Європи – з 2000-го. Змагання з пляжного гандболу проводяться для чоловічих, жіночих та змішаних команд.



Чоловічий варіант (зліва) та жіночий (справа) пляжного гандболу

Біч-гандбол – модифікація звичайного гандболу, який входить до програми Літніх Олімпіад. Тобто пляжний гандбол – це гра, яка вийшла за межі закритого приміщення. У історії заснування пляжного і звичайного гандболу існує хибна інформація, яка указує на те, що ігри було винайдено у школах на звичайних уроках фізичної культури. Але достеменно відомо, що батьківщиною гандболу є Данія кінця ХІХ-го початку ХХ-го століть, де гандбол у його сучасному вигляді придумали футболісти в якості заміни футболу у зимовий час.

Майданчик для пляжного гандболу – має форму прямокутника довжиною 27-м та шириною 12-ть метрів, який включає ігрову зону та дві площі воріт, може бути організованим як поблизу водойм так і просто на ґрунті з піском глибиною не менше 40-ка сантиметрів.

Навколо ігрового майданчика, обов'язково, повинна бути передбачена зона безпеки розміром три метри. Ігрова зона має 15-ть метрів у довжину та 12-ть – в ширину. Від воріт до ігрової зони окреслюється зона воріт з кожного боку майданчику шириною шість метрів. Усі межі ігрового поля позначаються кольоровою стрічкою або мотузкою шириною не більше 8-ми сантиметрів. Усі лінії на майданчику є складовою частиною площі, яку вони обмежують. Довгі обмежувальні лінії називаються бічними лініями, короткі – лініями воріт (між стійками воріт) та зовнішніми лініями воріт (з обох боків воріт). Ворота з сіткою встановлюються по центру лінії воріт, їх ширина три метри і висота – два. У біч-гандболі використовується гумовий м'яч вагою від 350-ти до 370-ти грамів і окружністю від 54-х до 56-ти сантиметрів для чоловічих команд, для жіночих – масою від 280-ти до 300-т грамів і діаметром від 50-ти до 52-х сантиметрів. Основна мета гри – забити якомога більше м'ячів у ворота суперника.



**Майданчик для гри
у пляжний гандбол**



М'яч для біч-гандболу

Команда складається від восьми до десяти гравців різного амплуа, з яких чотири повинно знаходитися на ігровому майданчику (три польові гравці і один воротар). Якщо кількість гравців з правом грати становить менше чотирьох, гра зупиняється і перемагає команда суперника. Особливість пляжного гандболу полягає у тому, що воротар має право брати участь в атаці своєї команди, і закинутий воротарем м'яч приносить команді два очки. Також два очки нараховується за ефектні голи, забиті з льоту, або ж із-за меж шестиметрової зони воріт. Усі польові гравці команди повинні бути одягнені в однакові футболки без рукавів. Колір і дизайн форми однієї команди повинні чітко відрізнятися від суперників. Вбрання воротаря повинно різнитися від кольору форми польових гравців обох команд і голкіпера команди

суперниці. Усі спортсмени повинні грати босоніж. Забороняється грати в спортивному або будь-якому іншому взутті, але дозволяється грати в шкарпетках або бинтувати ступні.

Гра складається з двох періодів, рахунок в яких ведеться у кожному окремо. Тривалість періоду десять хвилин з перервою між ними – п'ять. Перед початком матчу судді проводять жеребкування для вибору воріт і зон заміни. Команда, яка виграла жеребкування, отримує право обирати першою. Після першої половини матчу, команди міняються місцями. Зони замін не змінюються. Кожна половина гри, а також «золотий гол» починаються зі спірного кидка, після свистка судді. Якщо наприкінці періоду рахунок залишається нічийним, використовується правило «золотого голу». Переможцю кожного періоду присуджується одне очко. Якщо обидва періоди виграла одна команда, то вона оголошується переможцем з рахунком 2:0. Якщо кожна з команд виграє по одному періоду, то результат буде вважається нічийним. Оскільки завжди має бути переможець, то застосовується норма пробиття серії штрафних кидків – «булітів». П'ять гравців однієї команди, з правом грати, виконують по одному кидку міняючись з гравцями команди суперниці. Якщо воротар входить до числа виконуючих штрафних, то при виконанні свого кидка він розглядається як польовий гравець. Переможцем оголошується команда, яка здобула більшу кількість очок після виконання усіх «булітів». Якщо після виконання п'яти кидків результат ще не визначений, то серія штрафних продовжується. Знову п'ять гравців, які мають право грати, виконують кидки, чергуючись з командою суперника. І так до тих пір, поки одна з команд не набере більшу кількість залікових пунктів у однаковій серії виконання «булітів». Матч розпочинається і закінчується рішенням суддів, які сповіщають гравців і глядачів гучним звуковим сигналом свистку.



Кидок з-за меж зони воріт (зліва), робота воротаря у пляжному гандболі (справа)

Перший планетарний чемпіонат з пляжного гандболу для чоловічих і жіночих національних збірних, приймав Африканський континент, турнір пройшов у єгипетському місті Ель-Гуна 2004-го року. Звання чемпіонів у чоловічих змаганнях отримали гравці команди Країни фараонів, у жіночих – гравчині збірної росії. Нині діючими чемпіонами планети у біч-гандболі є національна збірна Хорватії (чоловіки) та команда Греції (жінки). До програми Всесвітніх ігор з неолімпійських видів спорту як демонстраційний – пляжний гандбол увійшов у 2001-му році на змаганнях, які пройшли у місті Акіта (Японія). Перемогу у зазначеному турнірі, святкували українські майстри пляжного гандболу та білоруська збірна у чоловічому турнірі.

Батьківщиною пляжного гандболу у нас в країні, національні історики спорту вважають місто Южне Одеської області, куди правила гри з Кіпру привіз у 1999-му році Володимир Сергійович Косік. Жіночий варіант гри, з'явився вже за рік. На першому чемпіонаті Європи з біч-гандболу у курортному італійському містечку Гаета 2000-го року, збірні команди України, які базувалися на гравцях юженського клубу «Портовик» – чоловіча та київського «Спартака» – жіноча, посіли третє та перше місця відповідно, що на той момент було сенсаційним результатом. Чоловіча національна збірна команда на чемпіонаті світу у оманському місті Мускат у фіналі 2012-го року поступилася пляжникам з Бразилії. А жіноча збірна не змогла переграти бразилійок у матчі за третє місце чемпіонату світу у турецькій Анталії 2010-го року. Асоціацію пляжного гандболу України (АПГУ) було засновано у 2006-му році.



**Чоловіча
збірна України
з пляжного
гандболу –
бронзовий призер
чемпіонату Європи
2022-го року**

В Україні, пляжний гандбол, за показниками пріоритетності входить до першої групи неолімпійських видів спорту. На офіційних чоловічих і жіночих міжнародних стартах, українці продовжують демонструвати високі результати посідаючи призові місця п'єдесталу пошани.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

1. Які види спорту називаються неолімпійськими?
2. Як визначається пріоритетність неолімпійських видів спорту в Україні?
3. Хто за давньогрецької міфологією вважається родоначальником «панкратіону»?
4. Коли «панкратіон» було включено до програми Античних Олімпійських ігор?
5. Геракл, окрім спортивних звитяг і героїчних подвигів, був ще й талановитим наставником. Як звали братів-олімпійців, яких підготував давньогрецький герой?
6. У якій країні вперше було сконструйовано гойдалку (качалку) для сучасних кінних перегонів?
7. Відомо, що у Античній Олімпії існувала сувора норма заборони участі жінок у Зевсових Іграх. Але, беззаперечним фактом, є статус олімпійських чемпіонок спартанських жінок Кініски та Еврилеоніди, як їм вдалося отримати це звання?
8. Яку назву носив величний іподром у стародавньому Римі?
9. Хто був найвідомішим майстром перегонів колісниць за часів Римської імперії?
10. Яка цивілізація стародавнього світу, винайшла – колісницю?
11. Хто був автором французького мистецтва бою ногами – «сават»?
12. Чому армспорт у часи рабовласництва та феодалізму носив назву «скандербек»?
13. Хто спрямував вектор розвитку армспорту у спортивному напрямку?
14. Чому «сумо» називають імператорською боротьбою?
15. Як звали найвідомішого майстра боротьби «сумо» за усю історію її існування?
16. З якого матеріалу виготовляють «дохьо» – постамент для професійної боротьби «сумо»?
17. Чому Міжнародна федерація лакросу до участі у чемпіонаті світу допускає національну команду ірокезів як самостійну команду?
18. Яку гру винайшов американець Джо Собек 1949-го року?
19. Яка країна вважається батьківщиною «петанку»?
20. У яку гру, з використанням кульок, любив розважатися перший президент Сполучених Штатів Америки Джордж Вашингтон?
21. У якій країні Скандинавського півострову було винайдено «флорбол»?
22. Яку гру описав Йоганн Вольфганг фон Гете (1749–1832) у щоденнику «Подорож до Італії»?

23. Якою нормою керувався голландський вчитель фізичної культури Ніко Брукхуїсен, розробляючи правила гри – «корфбол»?
24. «Нетбол» – вид спорту виключно для жінок. Хто був автором перших правил цієї гри?
25. Де і коли було розроблено регламент гри – «пляжний гандбол»?

РОЗДІЛ 3

ІНТЕЛЕКТУАЛЬНІ ІГРИ АНТИЧНОГО СВІТУ

Інтелектуальні розваги були відомі людству з четвертого тисячоліття до нашої ери, еволюція ігор у всіх куточках тогочасного світу відбувалася інколи автохтонним шляхом, а інколи – на нових територіях набували ознак місцевої культури. Проблема організації розваг, у кожному куточку нашої планети має свої засоби її вирішення.

Сучасна індустрія розваг – це суцільний плагіат інтелектуальних втіх, давно забутих у століттях і навіть тисячоліттях. Ігровий бізнес – один із найприбутковіших напрямків наповнення бюджету як держави так і фізичних осіб, котрі володіють розважальною справою. Ця справа включає в себе казино, зали з ігровими столами, інтернет-казино, зали ігрових автоматів, букмекерські контори, тощо. Держава, де ігорний бізнес має легальний статус, через систему оподаткування намагається контролювати цей процес і наповнювати державний бюджет. Кабалістичні умови сучасної розважальної індустрії, лише десята частина від загальної суми надходжень іде на виграш, а вся інша – на прибуток власнику бізнесу, не зупиняють азартних гравців.

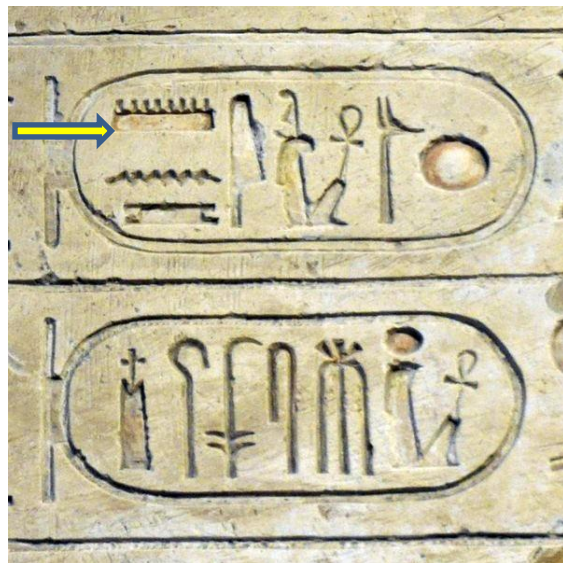
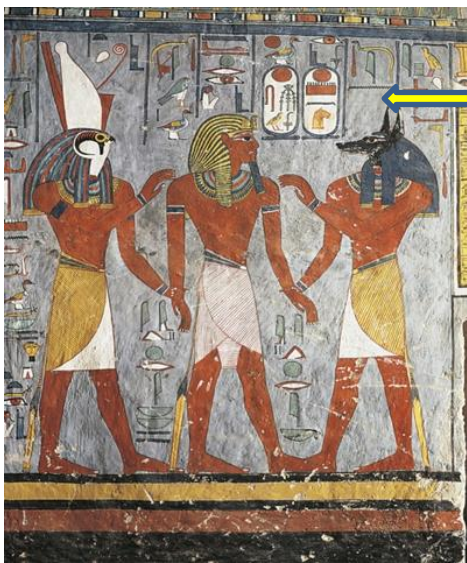


Статуетка з мильного каменю, що зображає двох юних пастухів, граючих у гру з сімейства «манкала»

Надмірне захоплення азартними іграми, Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) класифікується як патологічне

захворювання і ідентифікується як «гемблінг» – нестерпне бажання індивідуума грати з метою одержання грошей або інших матеріальних цінностей, та «лудоманія» – вид ігрової залежності, для якого характерна нестерпна жага до комп'ютерних і азартних розваг.

Але така політика речей була не завжди. За доби Античного періоду, ігри виконували суспільну мету і вирішували зовсім інші функції. Гравці за ігровими дошками мали продемонструвати індивідуальні когнітивні здібності і не чекали благовоління долі. Когнітивність – інтелектуальний процес, пов'язаний з рефлексією формування понять, вирішенням певних завдань, уявою та логікою. Когнітивна активність суспільства завжди мала місце у діалектиці антропогенезу від приматів до людини розумної. Відсутність стратегічного мислення, призвела до інволюційних процесів австралопітеків – роду викопних вищих гомінід, які могли мислити максимум на дві доби вперед. Населяли нашу планету, майже два з половиною мільйони років, так і досягши вершини еволюції.



**Зображення гри «сенет» (указано стрілочками)
на картушах фараонів**

Інтелектуальна активність людей у період від 80-ти до 8-ми тисяч років до нашої епохи, дозволила фізичним вправам та тренінгам абстрагуватися у самостійну структуровану частину загальної культури соціальної системи – фізичну культуру, до якої ми відносимо інтелектуальні протистояння – ігри. Останні, у історії людства, виконували доволі конкретні функції, актуальні для свого епохального періоду:

- релігійні – дозволяли гравцям отримати перепустку у потойбічне життя, на фреска і рельєфах з поховань античних

- правителів ми часто зустрічаємо сюжетну лінію де прості смертні грають з небожителями за таку можливість;
- сакральне – досягти рівня небожителів, отримати божественні знання;
 - ініціативні – визначити рівень інтелекту молоді до дорослого життя;
 - ритуальні (прогностичні) – давали можливість гравцям дізнатися дату початку сезону польових робіт;
 - прикладні – підготовка майбутніх стратегів, поемархів, флотоводців, тощо.



Івуарійські жінки грають у «варі» – різновид традиційної групи ігор «манкала»

Ігрова практика, давала можливість вижити цілим народам в умовах тривалого неврожаю. Так, «батько» історії Геродот (484–425 роки до н.е.), авторитетна думка якого не підлягає критиці, розповідає про те, що під час великого голоду, який охопив усю стародавню Лідію (держава що займала територію сучасної Туреччини) після виверження Середземноморського вулкану Санторіні, звичайному люду впоратися з думками про їжу допомогли саме ігри. Один день лідійці були зайняті інтелектуальними змаганнями і у такий спосіб відволікалися від думок про брак продуктів харчування, а другого – дозволяли собі поїсти. І це тривало аж до тієї пори, доки проблема не вирішилася сама собою.

Сьогодні спадкоємцями традицій когнітивних розваг старовини є інтелектуальні спортивні ігри. До таких відносяться шахи, змагання з яких проводяться під егідою Міжнародної Федерації

шахістів – FIDE (фран. *Federation Internationale des Echecs*). Зазначена організація організовує індивідуальні матчі за звання чемпіона світу з шахів для чоловіків і жінок порізно. Шахові олімпіади – командні змагання між збірними світу, які є членами FIDE, проводяться кожні два роки. Чоловіки і жінки виборюють чемпіонство окремо. Турнір проводиться на чотирьох шахівницях за «швейцарською системою» – змагальна система, при якій у кожному наступному турі зустрічаються суперники з однаковою кількістю очок. Команда-учасниця шахової олімпіади повинна бути представлена п'ятьма гросмейстерами, один з яких під час зустрічі з іншою збірною вважається запасним гравцем. За перемогу нараховується одне залікове очко, за нічию – пів. Переможцем стає та команда, яка набрала найбільшу кількість залікових очок у зустрічах з командами-суперницями. Українські гросмейстери перемагала на шахових олімпіадах 2004-го та 2010-го років, а майстрині гри – у 2006-му та 2022-му.

Шашки – логічна настільна гра між двома суперниками. Міжнародна Федерація шашок – IDF (англ. *International Draughts Federation*), створена 12-го липня 2012-го року з метою розвитку, популяризації та проведення міжнародних змагань на традиційній 64-х клітинній ігровій дошці. У світі існує два найпопулярніші різновиди цієї розваги, усе залежить від кількості клітин на ігровій дошці – шістдесят чотри або ж сто, останній варіант ще називають міжнародними шашками. Гра на стоклітинній дошці, з'вилася набагато пізніше ніж оригінальна розвага, ця подія сталася 1723-го року у Франції. Міжнародні шашки швидко знайшли прихильників у Бельгії, Нідерландах, Польщі, Ізраїлі, Китаї, Монголії, тощо. Під час гри, суперники по чергово роблять діагональні ходи шашками тільки по чорним полям. Шашка може перестрибнути через шашку суперника, якщо за тією є вільне вільна клітина, але при цьому друга знімається з шахівниці, так як вважається «вбитою». Бити фігури у грі – це є обов'язковою вимогою. При досягненні фігурою останнього ряду ігрового поля, вона стає «дамкою» і може здійснювати діагональні ходи через бажану для гравця кількість клітин. Якщо на шахівниці залишається одна «дамка» то здійснювати однакові ходи вона може не більше десяти разів. Гра закінчується у випадку повного знищення фігур суперника, якщо такої переваги досягти не можливо – то фіксується нічия.



Шахи



64-х клітинні шашки

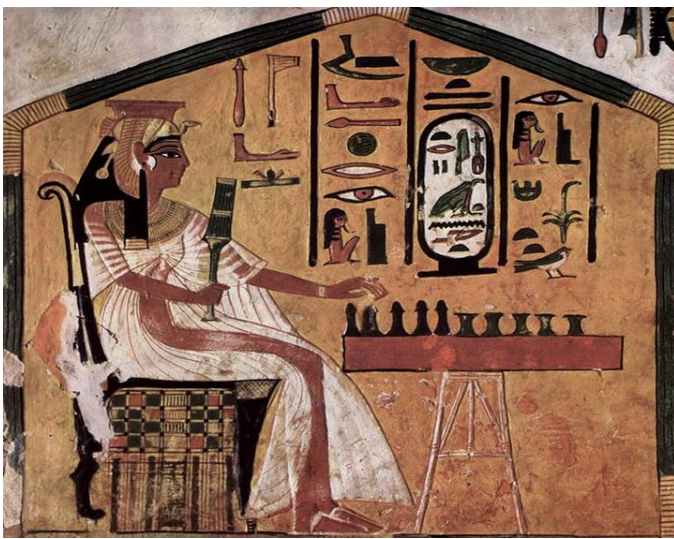
Деякі Стародавні ігри не втратили актуальності і на теренах сьогодення, серед них «го», «нарди», ігри групи «манкала», тощо. Із зазначеними та іншими античними розвагами познайомимось у подальшому тексті.

Сенет

«Сенет» – це настільна гра з давнього Єгипту додинастичної епохи, оригінальні правила якої, на сьогоднішній день, невідомі. Найдавніший артефакт, на якому можна побачити дошку для гри, датований кінцем IV-го тисячоліття до н.е., це зображення можна знайти на картуші Нармера (близько 3200-го – 3100-го років до н.е.), фараона, який завершив централізацію Єгипту, об'єднавши Верхню і Нижню його частини. Переклад писемного знака, яким позначається «сенет» з давньоєгипетської мови означає «гра проходження» і походження це божественне. У Стародавньому Єгипті місячний і сонячний роки були однаковими по 360-т діб. За давньоєгипетською міфологією, бог знань Тот, щоб виграти у бога Місяця Хонсу кілька зайвих днів для богині Нут, на яку бог сонця Ра наклав прокляття (вона не могла народити дітей в жодний з 360-ти днів сонячного року), на кон поставив 1/72 частину «світла» кожного з 360-ти днів сонячного року. Хонсу зрівняв ставки. Бог знань перміг бога Місяця і виграв п'ять діб, після чого в сонячному році стало 365-ть днів, а в місячному – лише 355-ть, а люди отримали нову гру та п'ять додаткових днів до календаря.

Гра «сенет» давно відома вченим. Її зображення нерідко зустрічаються на фресках, що прикрашали гробниці від Першої до Шостої правлячої династії фараонів. Стародавні єгиптяни ставилися до своїх настільних ігор дуже серйозно. Для них це була не звичайна гра, а об'єкт сакрального культу. Гіпотеза, щодо правил гри, з'явилася після дослідження найбільш ранньої версії інтелек-

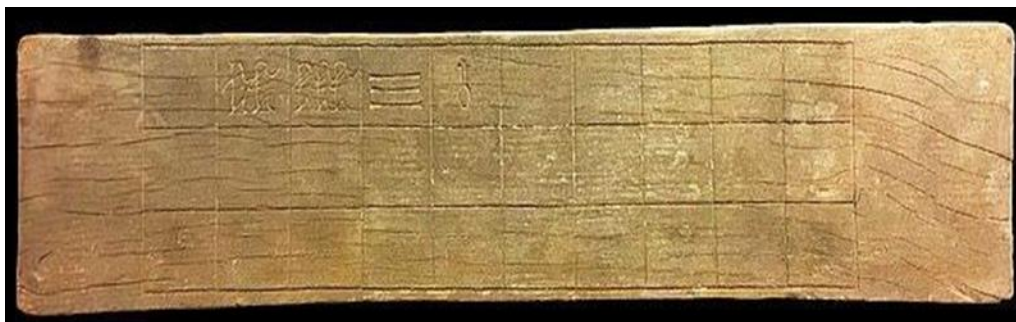
туальної розваги, знайденої у фондах Розенкрейцерівського єгипетського музею, її описів у давньоєгипетських папірусах, та у текстах XVII-ї глави «Книги мертвих». «Сенет» з часом набув сакрального сенсу і перетворився у гру, яка начебто має глибокі зв'язки з потойбіччям. Гральна дошка «сенет» фактично є моделлю загробного світу – «Дуат». Фігурки, які рухалися ігровим полем були двох типів – «конуси» та «котушки». Вивчивши фрагменти стародавніх текстів, єгиптологи припустили, що в «сенет» грали двоє гравців. Ймовірно, кожен з них отримував по п'ять фігурок, які пересувалися по сітці з тридцяти квадратів, розташованих у три ряди по десять квадратів в кожному.



**Дружина фараона Рамзеса II
Нефертарі Меренмут грає у «сенет»**



**Картуш фараона
Нармера на якому
зображена гра «сенет»**



Давньоєгипетська дошка для гри в «сенет»

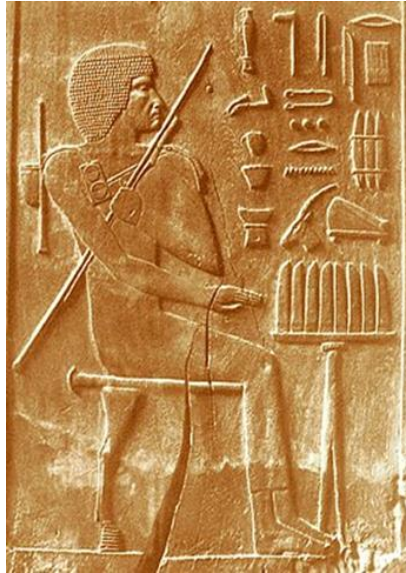
Перед власним ходом гравці кидали якийсь древній еквівалент сучасних ігрових кубиків, можливо це були невеличкі дощечки пофарбовані з одного боку у білий колір та у чорний з іншого. Це допомагало визначити, на скільки клітин гравець

повинен був пересунути одну зі своїх фігурок. Перемагав той гравець, чиї фігурки у повному складі першими залишали площину фінішного тридцятого квадрата, розташованого в нижньому правому куті дошки.



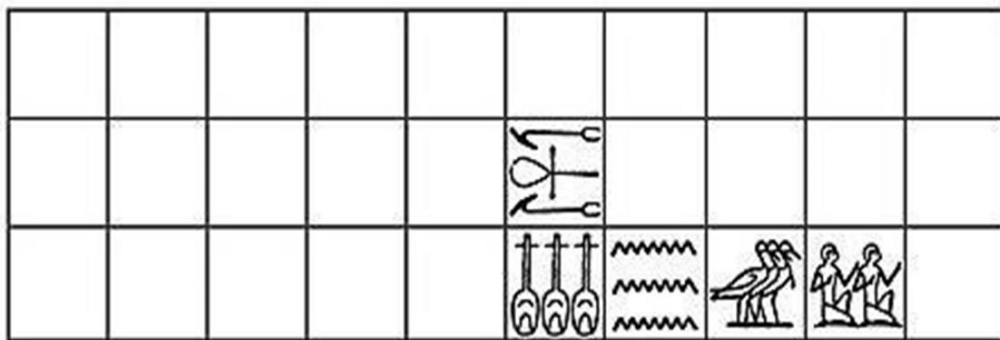
«Сенет» фараона Аменхотепа III (близько 1400–1353 років до н.е.), експозиційний матеріал Бруклінського музею (США)

Ігрові поля з 26-го по 29-те були прикрашені символами, які мали особливе значення. Можливо, вони дозволяли фігурці зробити «зайвий хід» або, навпаки, змушували пропустити хід. Зображення «сенет» можна знайти у похованнях від Додинастичного періоду (IV-те тисячоліття до н.е.) до некрополів XIX-ї династії єгипетських фараонів, династичне правління яких скінчилося 1186-го року до н.е. Малюнки гри знайдені у гробницях Старого Царства, датовані 2686-м – 2160-м роками до н.е., указують на те, що «сенет» був грою позиційною, у якій виграш залежав від стратегії, тактики, когнітивних здібностей учасників, інколи і від удачі. Найкращий комплект «сенет» був знайдений у похованні високопоставленого лікаря фараона Джосера – Хесіра, який лікував царську родину протягом двадцяти років з 2665-го по 2645-й до нової епохи і носив титул «*Wer-ibeh-senjw*», що має переклад – один з найвеличніших стоматологів або один з найкращих різьбярів слонової кістки. Даний артефакт указує на те, що лікар розважав фараона різноманітними іграми. Іншою грою для фараона, якою володів Хесір, була розвага «Пси проти шакалів», про це ми дізнаємось з рель'єфного зображення на стіні усипальниці лікаря фараона Джосера. «Пси проти шакалів» – інтелектуальна гра, родом з Древнього Єгипту з правилами якої ми познайомимось у подальшому.



**Рельєф з гробниці Хесіра на якому лікар за грою
«Пси проти шакалів»**

У середині III-го тисячоліття до н.е., єгипетські тексти починають описувати «сенет» вже як відображення руху душі через царство мертвих – Дуат до загробного життя, яке ототожнювалось єгиптянами з Полями Іару – країною, де померлі отримують нове життя, краще за земне. Приблизно 3300-та років тому змінилася і сама ігрова дошка. На ній з'явилися три ієрогліфа у вигляді птаха, які в Стародавньому Єгипті символізували душу.



**Малюнок нового варіанту ігрового поля для «сенет» з
зображенням трьох птахів (лелек)**

Гра була занедбана за роки римського правління Єгиптом у період з 30-го року до н.е. по 641-й рік вже нашої доби. Єгипетські традиції «сенет» знайшли місце для реалізації і у культурах сусідніх з країною фараонів держав. У неї грали у Леванті в регіонах Арад та Бібл, а також на острові Кіпр. Каменярі-острів'яни виготовляли дошки для гри з каменю, тому на Кіпрі їх знайдено більше, ніж у Єгипті. Приблизно за часів XVII-ї династії (близько 1650-го – 1564го

років до н.е.) в Єгипті почали з'являтися дошки для короткого «сенету», сітки для такого варіанту гри містили двадцять квадратів. Дослідник Роберт Чарльз Белл (1917–2002) у своїй книзі «Настільні ігри різних цивілізацій» та Гарольд Мюррей у своїй праці «Історія настільних ігор, крім шахових» стверджують, що короткий «сенет» має назву «тьяу». Проте, Девід Парлетт у «Оксфордській історії настільних ігор» вважає, що вона називалася «асеб». Форма поля, кубиків, а також правила цієї гри значно відрізняються від єгипетського оригіналу і мають історію започаткування у стародавньому Шумері, у якому інтелектуальна розвага носила назву «царська гра з Ура» або «гра двадцяти квадратів».

Асеб, гра двадцяти квадратів або царська гра з Ура

Ур – стародавнє столичне місто в Південному регіоні Межиріччя, перша згадки про нього датовані VI-м тисячоліттям до Різдва Христового. У Біблії згадується, що з Ура Халдейського походив Авраам – батько ізраїльського та арабського народів, друг Божий, засновник християнської віри. Царська гра Ура – стародавня настільна інтелектуальна розвага для двох гравців, що з'явилася в давній Месопотамії приблизно на початку III-го тисячоліття до н.е. Більш за все, гра мала популярність на території усього Близького Сходу серед усіх верств населення. «Царська гра з Ура» – така дифініція когнітивної розваги, пояснюється знайденими у відмінному стані ігрових комплектів з некрополів шумерських правителів. Гра «двадцять квадратів» мала вплив і на Античну «індустрію» розваг цивілізацій, які мали логістичні зв'язки з Шумерською культурою. Ігрові дошки для «асеб», знаходять навіть у досить віддалених від Месопотамії регіонах, Єгипту, Еллади, Індії, на островах Крит, Санторіні та Цейлон.



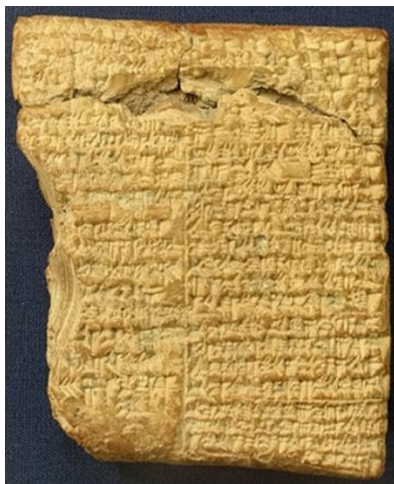
**Дошка для гри у
«двадцять квадратів»**

Згодом «царська гра з Ура» набула релігійного контексту і гравці вважали, що під час поєдинку, вона може продемонструвати їхнє майбутнє або передати послання від небожителів. «Асеб» залишався популярним до Пізньої Античності, коли перетворилася на ранню форму нардів, або була витіснена ними. Згодом її забули практично всюди, за винятком поселень кочинських євреїв (найстаріших представників юдейського народу в Індії, що історично мешкали на Півдні штату Керала), які продовжували грати в неї до початку масової еміграції в Ізраїль 1950-го року.



**Дошка для гри у
«двадцять
квадратів» з Криту,
експонат
археологічного музею у
острівному місті
Іракліон**

Правила гри, якими користувалися у II-мі століття до н.е., частково відомі завдяки виявленій у Вавилоні глиняній табличці, текст якої написаний писарем Ітті Мардук-балату. Однак у ній не описаний шлях руху фігурок по дошці. Мета гри полягала у тому, щоб гравець перемістив сім власних фігурок на інший кінець дошки, при цьому їх рух визначався киданням тетраедричних кубиків. Як і в нардах, ігровий процес ґрунтувався на стратегічному мисленні та когнітивності гравців.



**Правила «царської гри з Ура»
на Вавилонській табличці**



**Дошка для джирофського
варіанту гри «двадцять
квадратів»**

У Джирофтській культурі, що існувала на Південному Сході сучасного Ірану у III-му тисячолітті до н.е., існувала настільна гра подібна до шумерської гри «двадцять квадратів». На джирофтських гральних дошках клітинки розташовані так само симетрично та у три ряди. Однак загальна кількість клітинок могла бути меншою за двадцять. Джирофтські гральні дошки часто мали вигляд тварин чи казкових істот і датуються початком або ж серединою III-го тисячоліття до нашої ери. Таким чином, ми можемо констатувати факти обміну інформацією у сфері інтелектуальних розваг між жителями шумерського Ура та представниками зазначеної культури. На сьогодні правила джирофтської гри невідомі.

Мехен

У III-му тисячолітті до нової ери, Стародавній Єгипет охоплює справжній ігровий бум, попит на інтелектуальні ігри зростає до масштабного рівня. В цей час, у країні фараонів, з'являються «мехен», «собаки та шакали» та ціла група одноманітних інтелектуальних протистоянь під загальною назвою «манкала». Перші дві гри носили сакральний підтекст, а група останніх – використовувалася для задобрення богів покровителів землеробства, сонця, дощу та прогнозування майбутнього врожаю, тобто пов'язана з містеріями підготовки до сезону польових робіт.

«Мехен» – інтелектуальна гра Стародавнього Єгипту. Дошки для «мехен» виготовлялися з різних матеріалів, але в усіх була одна особливість – вона мала вигляд спірально закрученого змія, голова якого, завжди була в центральній частині.



Гральний комплект для «мехен» (III-є тисячоліття до н.е.)

На більш ранніх гральних дошках були відсутні заглиблення для фігурок – мабуть у ті часи гральним полем перекочували невеликі кульки. Пізніше гральне поле набуло заглиблень у кількості від сорока до чотирьохсот – така варіативність вченими пояснюється різним утилітарним значенням грального процесу. Сакральне значення розвага набула через свою назву. Мехен – бог-захисник, у образі змія, який обвивається навколо бога-сонця Ра, щоб уберегти його човна у нічний час. Місія бога хаосу Апопа (Апофіса) – порушити канони світобудову, занурити все у пільму і зло, але головними опонентами цього виступали саме Ра разом з Мехен. Для звичайної людини шлях колом, означає подорож його душі до центру Всесвіту, щоб наблизитися до сонячного Ра. Існує думка, що дошка для «мехен» мала астрономічні ознаки, фактично була уособленням місячного або сонячного календарів, за яким визначали придатні для сільськогосподарських робіт дні. Опис гри можна зустріти у єгипетських папірусах та у «Книзі мертвих». Інколи «мехен» використовували під час різних обрядів і ритуалів.

Пси проти шакалів

У епоху Середнього царства (2040-й – 1640-ві роки до н.е.) в Єгипті, неабиякою популярністю користувалась гра, яку ми нині називаємо «Пси проти шакалів». Про неї ми дізнаємося, з декількох ігрових наборів, які добре збереглися до наших днів. Історикам відома і інша назва втіхи – «п'ятдесят вісім лунок».



Говард Картер



Вільям Фліндерс Пітрі

Сучасна назва (англ. hounds contra jackals – «пси проти шакалів»), була запропонована археологом-єгиптологом Говардом

Картером (1874–1939), який виявив повний гральний комплект у царському похованні міста Фіви. Альтернативний варіант назви «гра в п'ятдесят вісім лунок», був озвучений іншим британським археологом, сером Вільямом Фліндерсом Пітрі (1853–1942), який теж знайшов аналогічний комплект. Оригінальна назва гри, нажаль не збереглася, відсутня і загальноприйнята сучасна назва, на практиці можна зустріти різні варіації: «собаки та шакали», «гончі та шакали», «щитова гра», оскільки дошка нагадує за формою щит, «пальмова гра» – через зображення, що часто зустрічається на дошці. Гральний набір складається з дошки, яка має 58-м отворів (по 29-ть з обох боків) і десяти гральних фігурок – палочок з головами собак і шакалів (по п'ять відповідно). На дошці часто зображалась пальма, що розділяла ряди отворів. Дошки виготовлялися з глини (найпростіший і невибагливий варіант), дерева, слонової кістки, каменю – матеріалах у яких можна було висвердлити глибокі отвори. Деякі дошки прикрашалися різьбленням, розписом, інкрустацією тощо. Зустрічаються анімалістичні дошки, тобто виконані у вигляді тварин, найчастіше гіпопотама.



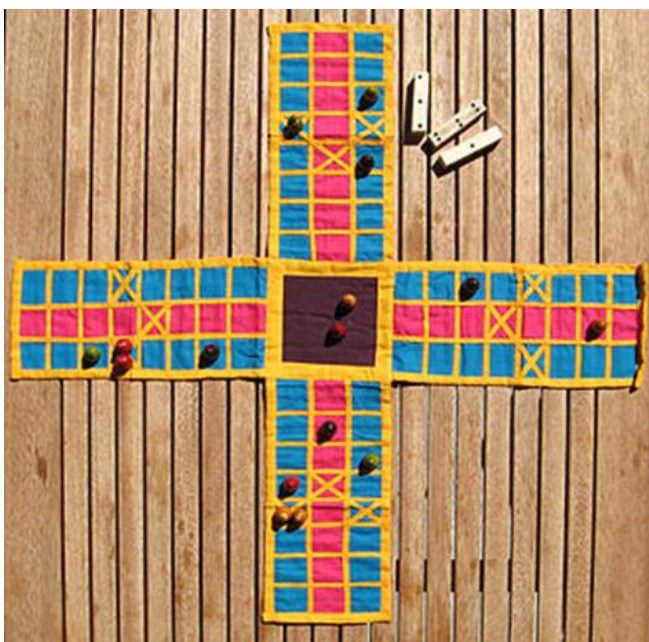
**Дошка для гри «пси проти шакалів» з ебенового дерева
(1814–1805 роки до н.е.) – експозиційний матеріал
музею Метрополітен (США)**

Розкішні гральні набори знаходять у гробницях єгипетських вельмож. Нажаль, деталізувати правила гри, на сьогодні не має жодної можливості. Завдяки позначкам та підписам на дошках можна встановити, що розвага передбачала якісь «бонусні» та «штрафні» шляхи руху фігур, а метою, мабуть було першим довести свої фігури до місця фінішу, яке позначалася ієрогліфом «шен» – який розшифровується як «замкнене коло» або «вічність».

Існує безліч сучасних інструкцій до гри в різних варіаціях, однак жодна з них не є достовірно автентичною. У 2018-му році «пси проти шакалів» була повторно виявлена у Національному парку Гобустану на території сучасного Азербайджану під час археологічних розкопок, організованих за ініціативи Американського музею природничої історії під керівництвом археолога Уолтера Кріса. Дослідження показали, що поряд з Єгиптом гра була популярна також на території Месопотамії та Анатолії (історична назва внутрішніх районів Малої Азії, частини нинішньої Туреччини).

Пачисі

«Пачисі» – інтелектуальна індійська гра, що з'явилася більш ніж 4000-і років тому. Являє собою ігрове поле у вигляді хреста, навкруг якого гравець переміщує фішки. Кількість клітинок, на яку пересувається фішка, визначається кидком п'яти, шести або семи мушель каурі. Гра вважається національним надбанням Індії. Перші описи та комплекти для «пачисі», згідно з індійськими джерелами та результатами археологічних розкопок, датовані третім тисячоліттям до нашої ери. Виняток становить ігрове поле, сучасний вигляд якого відомий не раніше ніж від XVI-го століття. Назва гри походить від слова «пачис», що означає мовою гінді «двадцять п'ять». Це число означає максимально можливу кількість очок, які можна заробити за один кидок у традиційному варіанті гри. В інших варіантах «пачисі» кількість очок може бути більшою.



Дошка для гри в «пачисі»

За ігрової дошкою одночасно може демонструвати майстерність двоє, троє або четверо гравців. Якщо гравців четверо, то вони зазвичай поділяються на дві команди. У найпоширенішому варіанті «пачисі» кожен гравець отримує чотири фігурки різного кольору. Перед початком гри їх ставлять в центральний квадрат ігрового поля. Завдання гравця – першим обійти усіма фігурками маршрут указаний на ігровому полі. Кількість кроків фігуркою по ігровому полю визначається киданням каурі, за кожную мушлю, що впала отвором догори гравець отримує право на одне пересування. Викинувши шість або більше очок, гравець отримує право на додатковий кидок. На полі можуть перебувати одночасно усі фігурки, але за один хід пересувати можна лише одну. Щоб ввести в гру додаткову фігурку, потрібно викинути більше шести очок. Одну й ту саму клітину можуть займати декілька фігурок одного гравця. Якщо при пересуванні фігурка потрапляє до клітини, де стоїть фішка іншого гравця, чужа фішка виставляється до центрального квадрата і починає гру знову. Винятком є особливі «квадрати-замки», куди фігурка не може потрапити якщо ця клітина зайнята фішкою суперника. Обхід поля закінчується поверненням до центрального квадрата, при цьому гравець зобов'язаний викинути точну кількість очок.

Категорія ігор «манкала»



Дошка для
популярної на
Занзібарі гри «бао» –
різновиду манкали

«Манкала» або «гра в камінці» – група настільних ігор для двох учасників, має ареал популярності у всьому світі, особливо в Африці, Середній та Південно-Східній Азії, Центральній Америці. Роль ігор «манкала» в Африці та Азії можна порівняти зі значенням шахів на Заході. Серед класичних ігор групи – найпоширенішими є «варі», «омвесо», «чонгкак», «палангужі» та «бао». Ігри мають глибоке

історичне коріння і відносяться до неолітичного періоду Африканського континенту. Коли родові шамани, у такий спосіб визначали агрономічні дати та ворожили на майбутні врожаї.

Після розповсюдження у Африці мусульманства, указана група інтелектуальних розваг отримала назву «манкала», яка походить від арабського слова «*naqala*», що дослівно перекладається як «переміщати». Але збереглися і автохтонні назви ігор цього сімейства, які часто походять від назв предметів, інвентарю або дій, які здійснюють гравці. Наприклад від слова «*mbaao*» мовою суахілі («дошка») походять назви «бао» і «амба», а від «*michezo ya mbaao*» («гра на дошці») – «омвесо». Європейський варіант назви отвору на ігровому полі – «лунка», мовою суахілі буде звучати як «варі», що означає «будинок». Тому африканські народності де популярна «манкала», вживають автохтонний термін. В ігри «манкала» грають як правило двоє учасників. Класичні правила – трактують наступне: кожному гравцю належить ряд із шести «варі», більша з яких – «калах» («комора»), знаходиться праворуч від учасника, і є місцем де збираються виграні фішки. Для початку обидва опоненти розкладають по шість фішок у кожну маленьку лунку. Потім по черзі, беруть всі фішки з будь-якої своєї маленької лунки й розкладають їх по одній у кожну лунку, як правило проти годинникової стрілки. Ходи суперників називаються «посівом», на знак історичних традицій. Якщо остання фішка впала у «свою» лунку, гравець забирає її й чужі фішки з лунки навпроти у свій «калах». Супротивник не може почати хід з лунки, у яку опустилася остання фішка. Гра закінчується, коли одному з учасників немає чим зробити хід. Супротивник збирає фішки, що лишилися на його стороні у свій «калах». Перемагає той, хто назбав найбільше фішок.

Чатуранга

«Чатуранга» – давньоіндійська настільна тактично-прикладна гра, яка розвиває стратегічне мислення майбутніх воєначальників. Історики вважають, що «чатуранга» виникла у VII-му столітті до нашої ери та розповсюдилася спочатку по усьому півострову Індостан, а згодом теренами Євразії, ставши основою таких ігор як «сянці», «сьогі» та «чатуранджі». Остання – азартна версія, для чотирьох гравців, у ній фігуру, якою треба ходити, визначало кидання гральних кубиків. Класичний варіант індійської гри,

істориками фізичної культури та спорту, вважається попередницею сучасних шахів. Пізніше в Індії традиційні правила «чатуранґи» поєдналися із сучасними правилами шахів, утворивши так звані «індійські шахи», в які в деяких місцевостях Індостану грають і зараз. Із санскриту «чатуранґа» перекладається як «чотири роди», тобто армія з чотирма родами військ: колісниці, бойові слони, кіннота та піхотинці. Така стратифікація була класичною для давньоіндійського війська.



Давньоіндійська версія фігурок для гри у чатуранґу

Першим європейським полководцем, який протистояв бойовим слонам царя Пора (дата народж. невідома – 316 рік до н.е.), був Александр Македонський (365–323 роки до н.е.) під час битви на річці Гідасп (територія сучасного Пакистану). У Персії «чатуранґа» отримала іранізовану версію назви «чатранґ», а 644-го року Держава Сасанідів упала під натиском арабів, які замінили нехарактерний для їхньої мови звук «ч» на «ш» і назва гри почала звучати як «шатрандж».

Гра була популярною і за доби Київських князів, про що свідчать археологічні знахідки в Тмутаракані, Білій Вежі, Києві, Вишгороді, Городні, Новгороді та інших руських містах. Вік і географія знахідок указує на те, що шахи проникли до України-Русі у X-му – XI-му століттях з Південного Сходу, а саме з Хозарського каганату і впродовж ста років поширилися аж до Новгороду та Балтійського моря. Хозари, до своєї країни «шатрандж» привезли через територію сучасного Азербайджану та Дагестану, завдяки торгівельному промислу та обміну товарами з арабами. У епоху Ренесансу «чатуранґа» вже носила назву шахи і стали частиною

європейської та ісламської придворної культур. Середньовічні аристократи повинні були бути вправними у цій грі так само добре, як і у верховій їзді, полюванні, музиці та літературі.

Го

Го – інтелектуальна настільна гра на логічне мислення з глибоким стратегічним змістом, виникла у Давньому Китаї, за різними оцінками, від двох до п'яти тисяч років до нашої епохи. До XIX-го століття культивувалась виключно у Східній Азії. З XX-го століття – поширилася теренами усього світу. За загальною кількістю гравців одна з найпоширеніших настільних ігор, що входить до п'ятірки базових дисциплін Всесвітніх інтелектуальних змагань. Древні китайські літописи, датують появу гри третім тисячоліттям до нашої ери. Перші матеріальні свідчення (знайдені археологами дошки та каміння для «го») та достовірні записи зіграних партій відносяться до перших століть нашої ери. У VII-му столітті «го» потрапила до Японії, де отримала новий виток розвитку і досягла піку власної популярності. У XX-му столітті «го», яка раніше культивувалася лише в Азії, стала відомою і поступово поширилася на інших континентах. На сьогодні більшість європейських та американських країн, мають власні федерації, хоча кількість гравців і їхній рівень, поки не досягли показників Кореї, Японії та Китаю.

У «го» грають на прямокутній дошці (яп. «гобан»), розкресленій вертикальними та горизонтальними лініями. Стандартна дошка має сітку з 361-го квадрату (19×19), для навчання та коротких неофіційних ігор можуть використовуватися дошки менших розмірів: зазвичай 13×13 або 9×9 ліній, набагато рідше – 11×11, 15×15 або ж 17×17 ліній. Але теоретично ніщо не заважає використовувати довільну прямокутну дошку. Для гри необхідне «каміння» – спеціальні фішки двох контрастних кольорів, найчастіше – чорні та білі. У японській традиції каміння має лінзоподібну двовипуклу форму (найпоширеніший варіант), в китайській – плоско-опуклу. Повний комплект для гри повинен містити 361-н камінь – 180-т білого кольору та 181-н чорного, та дерев'яні ємності для їх зберігання. У «го» грає два гравці, один з яких отримує чорне каміння, інший – біле. Мета гри – відгородити на ігровій дошці камінням свого кольору більшу територію, ніж опонент. Перед початком гри дошка порожня. Першим розпочинає гравець, який

має чорне каміння, за ним робить хід власник – білого. Потім ходи здійснюються по черзі.



Набір для гри го

Коли обидва гравці пасують поспіль, гра закінчується. Зазвичай це робиться тоді, коли на дошці не залишаються квадрати, ходи в які можуть принести гравцям очки. Група каміння противника, до кінця партії не знята з дошки, але свідомо приречена на загибель при правильному дограванні, вважається «полоненою» (варіант: «мертвою»). Вона знімається з дошки після закінчення партії та приєднується до захопленого гравцем каміння. Якщо учасники гри, після завершення партії не згодні щодо статусу якоїсь із груп, то може бути призначено догравання до зняття каміння суперника з дошки або до приведення її в уявно «живий» стан.

Якщо гравець вважає, що його становище безнадійне, він може будь-якої миті здатися. Для цього достатньо сказати «здаюсь», або викласти на дошку одночасно більше одного каменю.

Патоллі

«Патоллі» – інтелектуальна гра, поширена серед народів Мезомерики палеоіндійської архаїчної епохи, зокрема в неї грали тольтеки, моче (мочіку), інки, майя та ацтеки. Розвага користувалася попитом як серед простого люду, так і серед заможних верств. Ацтекське слово «патоллі» означає назву насіння рослин родини бобових – «бобів». Гра була азартною, гравці майже завжди робили великі ставки, якими могли виступати будь-які предмети та товари. Після іспанського завоювання «патоллі» була

описана в ряді створених католицькими ченцями кодексів, при цьому опинившись під найсуворішою заборонаю.



Зображення ацтеків, які грають у «патоллі»

Але для індіанців гра ще мала і ритуальне значення, аналізуючи результати інтелектуального протистояння, вони прогнозували майбутні кліматичні умови і кількість врожаю, визначали дату початку сезону польових робіт та термін їх закінчення, так як більшість Мезоамериканських цивілізацій були аграрнозалежними. За віруваннями ацтеків та мая цю гру вигадали боги. У Флорентійському кодексі присутня сцена, де Сіпактональ і Ошомоко, ацтекські світові прабатьки, які ототожнюються з Ішмукане і Ішпійакок народу мая, винаходять річний календар, граючи у «патоллі». У Середньовічній книзі з Флоренції є малюнок, на якому Ошомоко трясє в руках кілька бобів, для визначення кількості ходів. Вчені трактують появу гри з індіанським розумінням визначеності долі, світу, взаємин людини і богів, тощо. Покровителем гри був бог Макуільшочітль. Грали в «патоллі» зазвичай удвох або вчотирьох. У кожного з гравців були ігрові «фішки» певного кольору (зазвичай червоного, білого, чорного та блакитного) у кількості п'яти (рідше шести) штук. Гра проходила на ігровому полі хрестоподібної форми, яке було поділено на 52-ва квадрати, 4-ри центральні були «спеціальною областю». Поле могло креслитись на рівній земляній поверхні, малюватись на циновці звичайними фарбами або ж вирізатися на столі, спеціально призначеному для гри. Перед початком гри кожен з гравців кидав на ігрове поле п'ять помічених чорних бобів (які і дали назву грі) і міг вступити у неї тільки у тому випадку, якщо лише один біб з

кинутих падав міткою вгору. Після цього учасник міг встановити свою фішку в один із чотирьох квадратів «спеціальної області», щоб потім розпочати рух за годинниковою стрілкою по квадратах ігрового поля. Кількість доступних ходів у кожного з учасників визначалося все тими ж кидками помічених бобів. Якщо тільки один біб випадав міткою вгору, то гравець пересував полем одну, введену в гру фішку, або поставити до «спеціальної області» – нову. Якщо мітками вгору випадало два або більше бобів, він міг пересунути фішку на відповідну кількість клітин. Якщо ж мітками вгору падали всі п'ять бобів, фішку можна було пересунути одразу на десять клітин. Проходження кожного квадрата давало гравцю залікове очко, при цьому кожен із учасників розпочинав гру з шістьма очками. На ігровому полі, також було 16-ть особливих квадратів, проходження через які, забирало по два очки і 8-м помічених півколами квадратів, проходячи через які учасник гри втрачав одне очко. Але мав можливість здійснити додатковий хід. Завдяння гри полягало у проведенні гравцем власної фішки повним маршрутом ігрового поля, розмістивши її в квадраті, звідки почався шлях цієї фішки, причому зробити це якнайшвидше, ніж суперник або суперники, зберігши при цьому більше очок, ніж вони.

Ludus duodecim scriptorum табула та нарди

«*Ludus duodecim scriptorum*» та «табула» (остання дефініція з лат. перекладається як «дошка») – ігри які були популярні у Античній Елладі, Римській імперії та по всьому Середземноморському регіонові. У 2014-му році археологи, підтвердили їх існування, виявивши на території Туреччини настільну гру, вік якої становить приблизно дві з половиною тисячі років. Цією грою виявилася «*Ludus duodecim scriptorum*» або «*XII scripta*» (лат. «гра з дванадцятьма відмітками»).

Дослідники зізналися, що мають не так багато інформації про неї, проте вони припустили, що «*XII scripta*» призначалася для двох гравців. Відомо, що в «*Ludus duodecim scriptorum*» грали за допомогою трьох ігрових кубиків, кожен з опонентів мав по п'ятнадцять фігурок, які переміщав ігровою дошкою. «*Ludus duodecim scriptorum*» – попередниця «табули», остання, у свою чергу, стала базою для сучасних «нард».

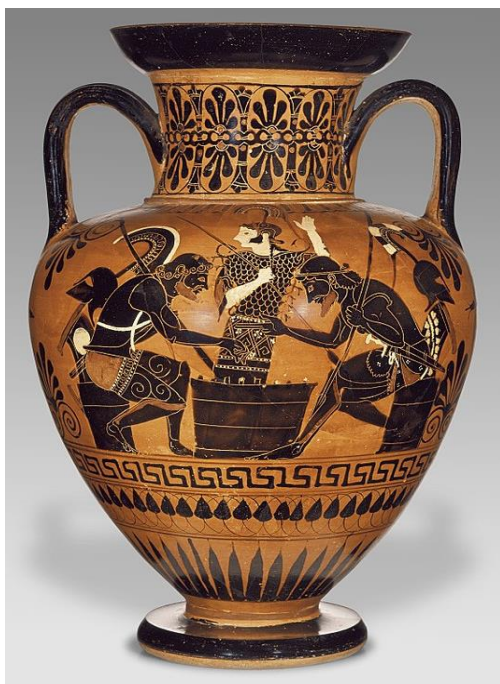


Дошка для гри «*Ludus duodecim scriptorum*» з археологічного музею турецького міста Ефес



Сучасний набір для гри нарди

Якщо вірити інформації Ісидора Севільського (560/570–636), яку можна прочитати у його «Етимології» (лат. *Etymologiarum*), то «табулу» вперше винайшов грецький солдат, учасник походу на Трою, якого звали Алеа. Можливо з часом, такої зміни зазнало короткий варіант імені Ахіллеса – Ахілл. І більше ніж за півтори тисячі років, Ахілла Ісидор Севільський представив як воїна на ім'я Алеа. На те, що Ахіллес був азартною людиною указують малюнки-вазописи, які досить часто зустрічаються археологам під час наукових експедицій і які можна побачити в грецьких експозиційних залах відомих музеїв світу. На Античних гончарних виробах елладськими художниками передані сцени де герой Троянської війни розважається інтелектуальними іграми з іншими учасниками військової кампанії.



Ахілл і Аякс грають під наглядом Афіни. Розпис на чорнофігурній амфорі вік якої датований 510-м роком до н.е.

Найстаріша письмова згадка про «табулу», датована I-му століттям до н.е., коли гра стала популярнішою за «*Ludus duodecim scriptorum*». Римський імператор Клавдій (10 р. до н.е. – 54 р. н.е.) написав про неї трактат, оскільки був великим шанувальником цієї гри.

Про «табулу» згадується в епіграмі, котра була написана поетом і істориком кінця рабовласницької епохи – Агафієм Міринейським (536–582) та присвячувалась візантійському імператору Зенону (дата народження не відома – 491). У сатиричному віршованому творі, розповідається, як імператор зробивши невірний хід, вимушений був втратити вісім своїх червоних фішок. У грі були задіяні чорні і червоні фігурки. Дошка для цієї гри нагадувала ігрове поле сучасних «нард», вона містила двадцять чотири позиції, по дванадцять на кожному боці ігрової дошки. Гравці рухали свої фішки назустріч один одному і для визначення результату ходу користувалися кубиками, як і в наш час. Головною метою гри було завдання кожному з учасників першим вивести п'ятнадцять фішок за межі ігрового поля. Правила введення, руху ігровим маршрутом та виведення шашок були такими ж, як і зараз. Основні відмінності полягали в тому, що використовувалося три кубики замість двох. На початку гри фішки знаходилися за межами дошки та не було правила для дубля результатів викидання кубиків. Остання норма до правил гри додалась у 1920-го року.



Імператор Клавдій



Імператор Зенон

Про гру «*XII scripta*» згадував у своєму трактаті «Наука кохання» відомий римський поет Овідій (43 рік до н.е. – 17/18 рік н.е.). Під час Хрестових походів європейського лицарства для визволення Святої

землі від невірних у XI-му – XV-му століттях, з правилами «*Ludus duodecim scriptorum*» та «табула» познайомилися воєнні мужі з Франції, Англії, та Німеччини. Про це розповідають малюнки Середньовічних релігійних трактатів.

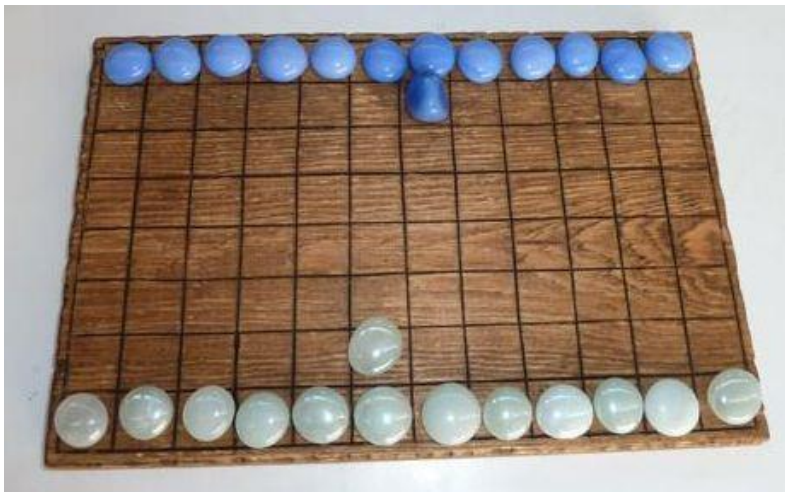


Середньовічне зображення гравців у «табулу», XIII-е століття

«Нарди» або «триктрак» – категорія настільних ігор для двох гравців на спеціальній дошці, розділеній на дві половини. У грецькій мові для розваги «нарди» досі використовується слово – «табула». Мета гри – кидаючи два кубики та пересуваючи шашки відповідно до очок, що випали, пройти ними повне коло ігрового поля та вивести їх за дошку раніше, ніж це зробить суперник. Існує два основних різновиди «нард» – довгі та короткі нарди. У XII-му столітті «табулу» чи «нарди» до Європи привезли хрестоносці, де гра отримала назву «триктрак».

Latrunculi або Ludus latrunculorum

«*Latrunculi*» або «*Ludus latrunculorum*» – давньоримська інтелектуальна гра, схожа на сучасні шашки. «*Ludus latrunculorum*» – буквально перекладається як «гра солдатиків-найманців». Вважають, що саме римські правила варіанту гри на дошці зі шістьдесятьма чотирма клітинами, з незначними модифікаціями правил ходу дамки та простої шашки, включаючи правило ударного ходу, увійшли до норм сучасних шашок. «*Ludus latrunculorum*» є модифікацією більш ранньої версії давньогрецької гри «*pente grammai*».



Комплект для гри Ludus latrunculorum (сучасна реконструкція)

Першу згадку про «*latrunculi*» залишив римський енциклопедист Марк Теренцій Варрон (116–27 рр. до н. е.) у книзі «*De Lingua Latina*». Згадував про гру і вже згадуваний нами Ісидор Севільський (560/570–636), відомий адепт латинської патристики, в енциклопедії «Етимологія» (лат. *Etymologiarum*). «*Latrunculi*», була дуже популярною грою, з неї проводились інтелектуальні турніри у містах стародавнього Риму. Гра, з часом, мала численні варіації як самих правил, так і розмірів дошки. Класичні норми – передбачали суперництво на дошці з вісьмома клітинами у вертикальних рядах та дванадцятьма – у горизонтальних. Були варіанти і менших ігрових досок – сім або вісім у вертикальних рядах та вісім у горизонтальних. Кількість фігурок для «*latrunculi*» варіювалась від шістнадцяти до тридцяти двох, які нагадували сучасні шашки. У грі з'являлася дамка, якщо проста фігурка досягала останньої лінії ігрового поля, що називалася «ріка». Прості шашки ходили у чотирьох напрямках, але не по діагоналі як у сучасних. Якщо проста фігурка була оточеною з чотирьох боків, тобто не могла зробити хід, вона знімалася з дошки, так як вважалася «вбитою». Дамка могла робити складний хід, переступаючи через ігрові шашки. Гра закінчувалась, якщо суперник не міг зробити хід, його фігури були знищеними чи заблокованими.

Інтелектуальна ігрова активність завжди мала попит у суспільному середовищі протягом усього історичного періоду розвитку людської цивілізації, починаючи від палеоліту до сьогоденних днів. Навіть на стоянках неандертальців, археологи знаходять набори кісток тварин, які використовували «печерні люди» (так ще називають представників *Homo neanderthalensis*) для гри або ж для магічних обрядів. Кістки кидали додолю чи на шматки тваринних шкір та за їх конфігурацією робили прогностичні

висновки. Звідси і маємо походження назви сучасних металевих ігрових кубиків – «кісточки». За рабовласницької та феодальної доби, ігри починають виконувати прикладне замовлення та розвивати стратегічне і тактичне мислення майбутніх стратегів.

Зараз світ має розвинену ігрову індустрію, де можна у розвагах провести вільний час, отримати порцію азартного адреналіну, виграти або ж програти власні кошти, тощо. Паралельно розвивається і інтелектуальний спорт, історія яких глибоким корінням занурюється у далеке минуле.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

1. Яке значення у житті стародавніх людей мали інтелектуальні ігри?
2. У який спосіб, за свідченням батька історії Геродота, лідійці спасалися від «великого голоду»?
3. Які ігри Античного світу зберегли своє ідентифікацію і розвиваються у теперішній час?
4. Яку назву мають найбільші і найформатніші змагання з «шахів»?
5. Чи входять змагання з «шахів» і «шашок» до програми Ігор Олімпіад?
6. На картуші якого фараона, можна знайти зображення гри «сенет»?
7. Чому «сенет» археологи і історики називають грою смерті?
8. Яку форму мала дошка для давньоєгипетської гри «мехен»?
9. Хто дав назву популярній грі фараонів – «пси проти шакалів»?
10. Як перекладається з мови гінді назва індійської національної гри «пачисі»?
11. Які військові підрозділи були представлені на шахівниці давньоіндійської стратегічної гри – «чатуранга»?
12. Гра «го» була винайдена жителями стародавнього Китаю, але у VII-му столітті нашої ери потрапила до іншої країни і набула неабиякого розквіту. Назвіть цю державу?
13. Яка гра користувалася популярністю у жителів доколумбової Америки?
14. Хто був автором давньогрецької гри «табула» за версією Ісидора Севільського?
15. Про яку розвагу згадував у своєму трактаті «Наука кохання» відомий римський поет Овідій?
16. Яку гру до Європи привезли лицарі – учасники Хрестових походів?
17. Яку розвагу описав римський енциклопедист Марк Теренцій Варрон у своїй книзі «*De Lingua Latina*»?

РОЗДІЛ 4

НАЦІОНАЛЬНІ ВИДИ СПОРТУ

Національний вид спорту – традиційна складова загальної фізичної культури, специфічний вид людської активності, який історично формувався в середовищі автохтонних соціальних групах певних географічних регіонів. Національні види спорту, з точки зору філософських характеристик, мають соціально-історичну спрямованість і розвиваються в межах національно-культурного утворення. Автохтонна фізична культура формує цілий комплекс інституцій та явищ, які дають можливість зберігати та підтримувати стабільність процесів розвитку конкретних етнічних угруповувань.

Національний спорт, як сучасний феномен, зародився у процесі релігійної та соціокультурної рефлексії народів на ще непізнаний навколишній світ у кінці IV-го на початку III-го тисячоліть до нашої ери. І цей еволюційний напрямок, од самого початку, представляв собою об'єктивну реакцію удосконалення фізичних якостей, необхідних для забезпечення антропогенезу певних географічних регіонів. До прикладу, порівняємо підходи до фізичної культури і спорту між жителями півкуль по різні боки Гринвіцького меридіану. Східна фізична культура розвивалась з метою пізнання внутрішнього світу індивідуума через ментальну активність самої людини. Тому, не випадковим є той факт, що до наших днів дійшли індійські, китайські та японські оздоровчі системи «Аюрведа», «Шиацу», «Акупунктура», «Тай-чи» («тай-цзи»), «Ушу», «Кунг-фу», тощо. До речі, останні два національними бойовими мистецтвами стали набагато пізніше, а од початку – практикували лікування різноманітних хвороб. Духовність та моральність були домінуючими у порівнянні з захистом національних інтересів та власного життя. Західне фізичне виховання пішло зовсім іншим напрямком розвитку. Удосконалення зовнішніх проявів тілесності було превалюючим над духовністю у цивілізаціях Месопотамського, Середземноморського та Північноафриканського регіонів. Так як матеріальні цінності були для мешканців, указаних географічних регіонів, у пріоритеті, а принципіальні норми моралі усунуто на другий план. Але позитивним в усьому цьому є те, що національні фізкультурно-оздоровчі традиції сформували масштабний

фундамент для розвитку сучасного спорту, фізичної культури та фізичної реабілітації.



Аюрведа



Тай-чи

У кожної народності свої особливості національних видів спорту, продиктовані не тільки традиційними працею і побутом, а й темпераментом етносу, природними та історичними особливостями. Національні види спорту сприяють зміцненню здоров'я, розвитку морально-вольових і фізичних якостей, надбанню навичок, необхідних у професійному та повсякденному житті. Це, здебільшого, види спорту, які вважаються важливими та значущими для національної спортивної культури. За словами Р. М. Поліщука, спортивна культура – це напрацьовані у суспільстві цінності, соціальні процеси і відносини, що складаються/виформовуються у процесі розвитку спорту як феномену загальносвітової культури.

У Північній Америці, до таких належать, згадуваний нами «лакрос», «бейсбол», тощо. «Бейсбол» – національна професійна гра у Сполучених Штатах Америки з м'ячем і битою. Матч відбувається між двома командами з дев'яти гравців, які по черзі грають у захисті та нападі. Завдання команди, яка грає в нападі, заробити пробіжку (англ. *run* – «біг»). Для цього потрібно відбити битою м'яч, який кидає подавальник (англ. *pitcher*) і тоді гравець, якому це вдалося, послідовно повинен пробігти через бази у напрямку проти годинникової стрілки. Усіх баз чотри: перша, друга, третя і домашня. Пробіжка зараховується, якщо гравець пробіг через усі бази і повернувся на домашню.

У Південній Америці – «пато», «джінетеада гауча», тощо. «Пато» – аргентинський національний вид спорту з 1953-го року (іспан. *juego del pato*, що буквально перекладається як «гра в качку») – розвага верхи на конях для гаучо (південноамери-

канських ковбоїв), які зараз тижнями переганяють велику рогату худобу пампами Патагонії. «Пато» поєднує в собі елементи поло та баскетболу. Розповіді про ранні версії гри датовані 1610-м роком, саме тоді аргентинські вершники замість м'яча використовували живого птаха. Ігрове поле часто розтягувалось на багато кілометрову відстань між сусідніми фермами. Команда, яка першою досягне свого «каска» (ранчо) з качкою, оголошувалась переможцем.



Пато



Джінетеада гауча

Уругвайська «джінетеада гауча» (іспан. *jineteada gaucha* або *dota gaucha* – демонстрація майстерності верхової їзди) – традиційний вид спорту гаучо Уругваю, Парагваю, Чилі та окремих регіонів Аргентини та Бразилії. Мета полягає в тому, щоб вершник залишався на неприборканому коні кілька секунд. Зазначений час коливається від 8-ми до 14-ти секунд залежно від категорії і майстерності вершника. В Уругваї в 2006-му році був прийнятий закон, який встановив «джінетеада гауча» як національний вид спорту. В указаних країнах, його можна вважати частиною національної нематеріальної культурної спадщини.

В Азії, національними надбаннями у сфері спорту прийнято вважати філіппінський «арніс», афганську розвагу верхи на конях «бузкаші», тощо.

«Арніс» («калі» або «ескріма») – національне бойове мистецтво населення острівної країни у Південнокитайському морі – Філіппіни. Історично «арніс» оформився як вид самооборони незаможного населення від утисків солдат, які захищали панвні класи. Тому для захисту свого краму філіппінцям ставали у нагоді звичайні знаряддя праці. І лише з часом «арніс» було визнано національним бойовим мистецтвом, який акцентує увагу на

використанні для боротьби у двобої палиць, ножів, холодної та саморобної зброї, а також прийоми «відкритої руки» без зброї.



Аріс



Бузкаші

«Бузкаші» (перс. بزکشی, буквально – «тягання кози») – національний вид спорту Афганістану, традиційне змагання, в якому гравці сидячи верхи на конях намагаються занести тушу козла у ворота. Подібні ігри відомі як «кок пар», «купкарі» і «улак тратиш» у Киргизстані, Казахстані та країнах з якими межує Афганістан. Українську спортивну культуру визначають національні бойові мистецтва – «бойовий гопак», «рукопаш гопак», «сапс», «український рукопаш спас» та «хортинг».

Бойовий гопак – спадщина українського козацтва

«Бойовий гопак» – це традиційне українське бойове мистецтво, яке об'єднало технічну базу козацької ударної майстерності, що символічно закодована у народних танцях, аспекти національного характерництва та практичного досвіду дослідника етнічних двобоїв – львів'янина Володимира Пилата.

Історія появи «бойового гопака» тісно переплітається з онтологією фізичної культури Запорізької Січі. Коли майбутній козак потрапляв до вільного і військового товариства, його одразу ж скеровували на отримання освіти – вчили читати, писати, грати на музичних інструментах та танцювати. Саме під час хореографічного вишколу, козаки відпрацьовували основні бойові елементи – стратегічне мислення, блискавичну швидкість, потужні удари руками верхніми і нижніми кінцівками, сталеву стійку, характер і емоції необхідні у військових кампаніях. «Козацький гопак» – це імпровізація лицарського двобою (система лицарського вишколу була відома січовим наставникам молоді), коли один вояк

приймав виклик іншого і разом починали присідати, вистрибувати, ухилятися та блокувати удари, тощо – тобто хто кого перетанцює. Декілька років хореографічного вишколу і молодий юнак перетворювався на справжнього козака. Бо виконувати складно-координаційні рухи без фізичного гарту тіла, практично неможливо. Досвідчені козаки знали логіку танцю – у дебюті вони починали рухатися повільно, виконуючи прості «па» (рухи) та закінчували гопак карколомними стрибками. Це мистецтво призначалось виключно для козацьких вояків, вміння танцювати гопак передавались з покоління в покоління, до повного знищення 1775-го року Запорізької Січі імператор кою Катериною II (1729–1796).

Палкий прихильник та майстер багатьох («кіокушинкай карате», «годзю-рю», «шотокан», «кікбоксинг», «джиу-джитсу» та «айкідо») традиційних Східних бойових мистецтв – Володимир Пилат, на початку 1980-х років почав деталізувати та систематизувати елементи козацької бойової культури, заcodedовані в українській хореографії. Досліджуючи атакуючі та ударні «па» народних танців, Володимир Пилат звернув увагу на заcodedований в них криптологічний підтекст, спрямований майбутнім поколінням. Дослідник виявив у плясці «Гопак» та «Метелиця», дуже багато елементів козацького бойового мистецтва зі зброєю та без, з використанням елементарних знарядь праці – удари ногами та кулаками, підсікання, повзунці, присядки, тинки, копняки, акції що блокують атаки нападника, тощо. Пізніше перераховані рухи, стали базою національного прикладного вишколу – «бойовий гопак». Таку назву відроджене національне бойове мистецтво запорізьких козаків отримало через те, що значну частину техніки було сформовано на основі хореографічних рухів українського танцю – гопак.



Володимир Пилат

Фактично, «бойовий гопак» – це інтеграція традиційної танцювальної культури Запорізької Січі, елементів самооборони простого населення Галичини та козацького лицарства. Результатом наукового пошуку Володимира Пилата, було офіційне відкриття 1987-го року у Львові школи «бойового гопака». Увесь емпіричний матеріал дослідник видрукував окремою книгою, яка вийшла в світ 1994-го року під назвою «Бойовий Гопак».



Техніка «бойового гопаку» з використанням знарядь праці (зліва) та холодної зброї (справа)

У 1996-му році, у Львові було проведено перший Всеукраїнський турнір з козацького бойового мистецтва, у якому виборювало першість більше 150-ти учасників. За рік, на других Всеукраїнських змаганнях, Львівщина зустрічала вже 300-а майстрів «бойового гопака» з 8-ми областей нашої країни. У жовтні 1997-го року, «бойовий гопак» як частину автентичної національної фізичної культури, визнано національним видом спорту. У грудні 1997-го року модератором розвитку національного виду спорту, є громадська, позапартійна та позаконфесійна організація – Центральна школа «бойового гопака». У 2001-му році було створено і зареєстровано Міжнародну Федерацію, яка займається розширенням географії «бойового гопака» за межами нашої країни.

З 7-го по 15-те жовтня 2001-го року у Південнокорейському місті Чхонджу на четвертому Всесвітньому фестивалі бойових мистецтв, було презентовано світові козацький бойовий двобій. По завершенні фестивалю, українські спортсмени подарували книгу Володимира Пилата «Бойовий Гопак» до бібліотеки центру Східних бойових мистецтв, що у монастирі Шаолінь.

У 2002-му році, у експериментальній школі українського жіночого бойового мистецтва «Асгарда» було впроваджено «бойовий гопак» для представниць «слабкої» статі. Цей різновид козацької борні базується на традиційній техніці, але з урахуванням

анатомо-фізіологічних можливостей жінок, де дівчата вивчають боротьбу, техніку і тактику ведення бою, володіння різними видами зброї і систему самозахисту. Впродовж 2003-го та 2004-го років, українські майстри та майстрині «бойового гопака» декілька разів презентували національне бойове мистецтво у Республіці Польща.



Ударна техніка «бойового гопака» без зброї

По сьогоднішній день, українська Галичина є центром розвитку національного виду спорту та проведення чемпіонатів України з указанного бойового мистецтва. Від нещодавно, заклади вищої освіти України акредитували навчальні програми підготовки фахівців з «бойового гопака».

Як вид спорту «бойовий гопак» представлений наступними видами програми:

- «Однотан» – це сольна композиція під музичний супровід з демонстрацією техніко-тактичних дій одноборства, у якій оцінюється майстерність виконання технічних елементів і їх різноплановість;
- «Тан-двобій» – демонстрація конкретизованої показової програми технічних елементів «бойового гопака», яка виконується двома учасниками, що імітують двобій під музичний акомпанемент;
- «Забава» – демонстрація двобою з обмеженим контактом;
- «Борня» – різновид двобою з контрольованим контактом, у якому дозволена серійна робота на середній та дальній дистанції;
- «Герць» або поєдинок – варіант двобою із повноцінним контактом, у якому дозволено, регламентовані правилами змагань удари згідно з сучасними міжнародними аналогами міжстильових та універсальних бойових систем.



Тан-двобій



Борня

Національний вид спорту – «бойовий гопак», це навчально-виховна система, де передбачено сім рівнів фахової підготовки (у Східних одноборствах – «дан»), назва яких носить елементи козацького символізму, останні три – це напрямками розвитку козацького бойового мистецтва:

- «Жовтяк», «Сокіл» та «Яструб» – початкові учнівські рівні майстерності;
- «Джура» – середній рівень володіння навичками та вміннями «бойового гопака»;
- «Козак», «Характерник» та «Волхв» – високі рівні підготовки, де майстри «бойового гопака» опановують не тільки техніку, а і духовні аспекти козацького двобою.

Указані рівні класифікації, виконують конкретні просвітницькі завдання. Наприклад, рівень «Жовтяк» дає можливість опанувати ударну техніку, розраховану на далеку та середню дистанції двобою, «Сокіл» – передбачає застосування стрибкової техніки та поступове зближення на коротку відстань ведення бою, тощо. «Волхв» – найвищий ступінь вишколу, який зобов'язує, носія звання, розвивати власний індивідуальний стиль «бойового гопака».



**Копняк у стрибку –
«розніжка»**



Повзунець-павучок – «вибрик»

Техніка бойового гопака представлена широким спектром різноманітних акцій. До атакуючих ударів з використанням верхніх кінцівок відносять:

- «стусани» – удари руками;
- «кузень» – прямий удар кулаком, який застосовують для ураження голови та тулубу суперника;
- «джиган» – стусан збоку зап'ястком, застосовується для ураження голови та середньої частини тулубу супротивника;
- «дуган» – стусан збоку-згори-вниз – удар в голову, який пробивається через руку противника;
- «вохрик» – стусан збоку-знизу-вгору, виконується попід рукою опонента;
- «тичок» – стусан збоку у середню частину тулубу;
- «сікач» – сікучий удар збоку нижньою ударною площиною розкритої долоні з зігнутими пальцями, спрямований у тулуб противника;
- «духан» – стусан чикульником (кулаком) у сонячне сплетіння;
- «стрімляк» – стусан знизу-вгору у підборіддя або щелепу суперника;
- «гупан» – удар згори-вниз у голову або тулуб противника.

«Копняки» – удари з використанням нижніх кінцівок, здебільшого адаптовані до бойового мистецтва хореографічні елементи українського гопаку. Серед яких – прямий штовхаючий, прямий зростаючий, прямий спадаючий, «Лошак» та «Вихор» та тинки зовнішній і внутрішній.

На теренах сьогодення, творіння Володимира Пилата, вже давно вийшло за рамки виду спорту, зараз – це національна субкультура, філософська концепція духовного збагачення особистості традиційною спадщиною етнічної фізичної культури, багатогранна система тілесного, розумового та духовного гарту. У залежності від функціонального призначення, бойовий гопак розподіляється за чотирма напрямками:

- оздоровчий – ідеально підходить пересічним українцям і навіть старшого віку, які ніколи не займалися спортом, але прагнуть отримати додаткову порцію рухової активності та підвищити резистентність організму;
- фольклорно-мистецький – розрахований на активних людей, які займаються просуванням національної культури та українських видів спорту до світового простору, організовуючи феєричні шоу-програми, фестивалі, презентації,

- виступи майстрів «бойового гопака», тощо;
- спортивний – розрахований на однокорців, бажаючих демонструвати високі спортивні результати у «бойовому гопаку»;
 - бойовий напрямок – передбачений для кращих майстрів, які формують філософію і духовність українського бойового мистецтва.

Рукопаш гопак – козацький «панкратіон»

«Рукопаш гопак» – українське бойове мистецтво, національний вид спорту, який інтегрував найкращі аспекти «бойового гопака» та традиційної народної боротьби, якою розважалися молоді хлопці багатьох населених пунктів нашої країни ще на початку ХХ-го століття. Його складовими є ударна техніка з використанням верхніх і нижніх кінцівок, яка імітує хореографічні рухи гопака у поєднанні з елементами боротьби – кидки, збивання захватом однієї та обох ніг, підсічки, підбивання, больові та задушливі захвати, тощо. З точки зору філософії бойових мистецтв, являє собою систему фізично-духовного виховання, загартовує свідомість, психіку та моральний статус гідного представника майбутньої генерації українського народу. У кінці 1980-х років майстер Східних бойових мистецтв, дослідник козацької бойової спадщини – львів'янин Володимир Пилат, запросив до співпраці хореографа Мирослава Шиха для криптологічного вивчення бойових рухів, закодованих у козацькому гопаку, славними січовими воїнами, майбутнім поколінням вільних українців. Танделу активістів вдалося згуртувати навколо себе і інших ентузіастів, які досліджували українську хореографічну культуру та вивчали різні традиційні однокорства. Так було утворено національний вид спорту – «бойовий гопак».

У 2000-х роках, «бойовий гопак» набрав позитивний вектор швидкої трансформації. Так на світ з'явилося нове національне бойове мистецтво – «рукопаш гопак». Його розробником був учень Володимира Пилата – Микола Величкович. Згодом, до нього приєдналося ще кілька майстрів «бойового гопака» – Валерій Чоботар (Гатило) та Валерій Одайський. Основними критеріями, котрі характеризують філософську систему «рукопашу гопак», як українського національного вид спорту є те, що дане бойове мистецтво формувалося протягом століть боротьби українського

народу за незалежність і самостійність, задля збереження національної ідентифікації. «Рукопаш гопак» продовжує розвивається у нас в країні на основі народних традицій фізичної культури та має за мету психофізичне удосконалення і гармонійний розвиток тілесності майбутніх поколінь. Громадську організацію «Федерація Рукопашу Гопак України» було створено 21-го листопада 2003-го року, яку очолив автор системи духовно-фізичного виховання Микола Величкович. Перший чемпіонат, де брали участь вихованці напрямку «рукопашу гопак», було проведено в серпні 1998-го року в рамках II Всеукраїнського фестивалю козацьких бойових мистецтв. З вересня 1999-го року у Львівському державному інституті фізичної культури (ЛДІФК), при кафедрі теорії і методики фехтування, боксу та національних одноборств відкрито спортивну спеціалізацію «Рукопашу гопак», з метою підготовки спортсменів та фахівців національного бойового мистецтва.



Микола Величкович



Змагання з рукопашу гопаку



Рукопаш гопак для дітей (зліва) та для дорослих (справа)

В Україні щорічно проводяться обласні та Всеукраїнські чемпіонати з «рукопашу гопак». Участь у них беруть команди з Львівської, Тернопільської, Івано-Франківської, Волинської, Чернівецької областей, а також Києва та Кропивницького. Дорослі спортсмени змагаються на килимі або татамі три раунди по три

хвилини (для юнаків – два раунди по три хвилини, для дівчат – два раунди по дві хвилини). Переможця з «рукопашу гопак» визначають за наступними змагальними системами:

- за колом;
- з вибуванням після поразки (першої, двох і з додатковими зустрічами за третє місце);
- змішаною.

За колом – кожний учасник окремої вікової та вагової категорії (кожна команда) зустрічається з усіма суперниками почергово. Результат якості проведених поєдинків оцінюється у кваліфікаційних очках, які підсумовуються та враховуються під час визначення порядкового місця, яке посів спортсмен (команда). Найвище місце присуджується спортсмену (команді) за одержаною найбільшою сумою очок.

Спосіб з вибуванням – учасник або команда, які програли поєдинок або матчеву зустріч (команда на команду), вибуває зі змагань відповідно до системи – після першої поразки. Можливе проведення утішних поєдинків за право посісти третє місце. Допустиме вибуття спортсмена з подальшого виступу на змаганнях після двох поразок.

Змішана система передбачає проведення першої частини змагань за колом, а другої – з вибуванням або навпаки. Організація змагань з «рукопашу гопак» дуже схожа на турніри панкратіону епохи Античності. У двобої з повним контактом спортсменам рекомендовано одягати захисний шкіряний шолом на голову, щитки на ноги, у превентивних цілях бандаж для паху, у якості протекції кісточок кисті – м'які рукавички та бинти, для захисту зубів – гумову «капу».

Зараз, у більшості областей України, «рукопаш гопак» входить до навчальних програм дитячо-юнацьких спортивних шкіл різного підпорядкування.

Спас – носій традицій трипільського військового мистецтва

Козацька розвідка – пластуни були таємною структурою у військовій системі Запорозької Січі. Настільки таємною, що про них світ дізнався лише через 300-та років їхнього існування. «Посприяла» цьому радянська ідеологія, яка намагалася знищити повністю українську культуру і військове мистецтво. До прикладу, в

«Українському радянському енциклопедичному словнику» видрукуваному 1987-го року, дефініція «характерник» взагалі відсутня. Але час не владний не тільки над Великими пірамідами в єгипетській Гізі, він не може звести нанівець народні традиції, доки живий хоч один представник цієї нації. Українці носії доволі давньої історії народів, які мешкали на теренах Великого Євразійського степу, починаючи з трипільців і закінчуючи нинішніми мешканцями нашої країни, по обидва береги Великого Дніпра. Тому тривалий час, інформація про пластунський вишкіл зберігалася у народних переказах та легендах про звершення славних козацьких воїнів. Ці дані указують на те, що січовий розвідник повинен в першу чергу бути кмітливим, спритним і здоровим. Головне завдання пластуна – тихо і непомітно прийти, тихо і непомітно зробити свою справу і так само тихо і непомітно зникнути. Якщо пластун вступав в бій – він повинен максимально швидко перемогти. Саме тому бойове мистецтво «спас», засноване на традиційних методах ведення двобою на близькій відстані – це швидкоплинний бій на ураження та знищення супротивника.

Козацьке пластунство, набагато старіше військове надбання, ніж виявляється на перший погляд. Його історія прийшла до нас з глибин тисячолітньої давнини, з часів міграції європейських народів, відоме під назвою переселення «арійців» (проукраїнської та проіндійської цивілізацій) з Наддніпрянщини в Індію. У «Ведах» – давніх арійських трактатах говориться, що серед другої касты «кшатріїв» – правителів-воїнів існують загони, основу яких складають «махаратхи» могутні мужі, здатні поодинці боротися проти тисяч. Лише вони володіють усіма п'ятьма видами зброї: зброєю для індивідуального поєдинку (мечі, палиці, кинджали, ножі, кулаки, тощо); списами – які тримають в руках, а за необхідності метают їх у ворога; «муктами» – знаряддями для метання стріл; «янтра-муктами» – великими металевими машинами; містичними стрілами – «астрами», зарядженими духовною енергією ведичних мантр. Останні – резонансно впливають на активацію окремих частин людського тіла. На думку кандидата економічних наук Т. Б. Каляндрука, саме «махаратхи» і були великими воїнами-магами, які володіли надзвичайними бойовими навичками та вміннями – характерниками. Оскільки префікс «ма» на санскриті означає «великий», а «харатхи» – це і є ті самі характерники, за версією племен, що населяли півострів Індостан у III-му тисячолітті до нашої ери. Тієї давньої пори, характерництво оформилось у релігійно-військову концепцію, яка дозволила нашим

пращурам виживати у важких, а інколи навіть неадекватних умовах оточуючого світу, будувати великі міста, протистояти набігам кочовиків, долати кліматичні негаразди, освоїти агрономію та тваринництво, сформувати автентичну культуру, тощо.



**Зображення козаків-характерників
на малюнках XVIII-го століття**

Існує і інша версія походження дефініції «характерник», словотворчим якої є грецький термін – «характер», у значенні магічної завороженої мітки. Перша згадка про таку мітку можна зустріти в книзі 1614-го року *«Młot na czarownicę»*, що з польської перекладається як «Молот відьом». В одному з фрагментів йдеться про жовнірів (солдатів), які мали на собі магічні «характери». У словнику Богуслава Лінде (1807–1814) слово «характер» трактується як «чародійський знак», а «характерником» названо особу, яка носить на тілі такий образ.

Майже аналогічно «Ведам», характерників вже Запорізької Січі, змальовує відомий історик і дослідник військової традиції запорізького козацтва Д. І. Яворницький (1855–1940). У «Історії запорізького козацтва», науковець пише: «...серед них завжди були так звані «характерники», котрих ні вода, ні шабля, ні звичайна куля, крім срібної, не брали. Такі «характерники» могли відмикати замки без ключів, плавати човном по підлозі, як по морських хвилях, переправлятися через ріки на повстині чи рогожі, брати голими руками розпечені ядра, бачити на кілька верстов навколо себе за допомогою особливих «верцадел», жити на дні ріки, залазити й вилазити з міцно зав'язаних чи навіть зашитих мішків, «перекидатися» на котів, перетворювати людей на кущі, вершників на птахів, залазити у звичайне відро й пливти в ньому під водою сотні і тисячі верстов. А людей, які в мирний час займалися магією,

називали чарівниками, ворожбитами, знахарями, упирами, вовкулаками та відьмаками. Характерництво ж було, у першу чергу, військовим мистецтвом, завдяки якому воїн міг змінювати свою подобу, ставати невидимим, читати людські думки, бути невразливим для зброї супротивника. Саме характерники навчали козаків розбиратися у властивостях природи та використовувати їх на свою користь».

За інформацією Т. Б. Каляндрука, на Запорізькій Січі школою характерництва був славнозвісний Пластунівський курінь, у якому характерники вишколювали знаменитих козацьких розвідників, вчили їх характерництву та унікальним бойовим мистецтвам «спас» та «бойовий гопак», які дозволяли їм виживати та виходити переможцями з будь-яких ситуацій. До речі, про цей курінь за радянської окупації було заборонено навіть згадувати. Ніхто не досліджував і етимологію самого терміну «пластун». У радянських енциклопедіях писалося лише, що пластуни – це піхотні частини Чорноморського, а пізніше Кубанського козачого війська, що несли сторожову службу на Кубані. Причому замовчувався той факт, що Пластунівський курінь існував на Запорізькій Січі з початку її заснування. І пластуни не впали на Кубань з неба, а прийшли туди вже сформовані, як самобутня формація розвідників саме із Запорізької Січі. На жаль, збереглося небагато даних про діяльність пластунів на Запорожжі, і цьому є об'єктивні причини:

- по-перше, радянська окупаційна історіографія, намагаючись зобразити Запорізьке військо збіговиськом свавільних втікачів-кріпаків, які не хотіли працювати на пана, всіляко затушовувала наявність у запорожців серйозних військових інституцій, в тому числі розвідувальної організації, та й ще й такої, корені і традиції якої сягають далекої давнини. Адже тоді треба було б переписувати всю тодішню концепцію історії Запорожжя, що для окупантів було неприпустимим;
- другою причиною було те, що самі пластуни намагалися оберігати свої таємниці від сторонніх очей. Адже вони були, насамперед, розвідниками, а які розвідники будуть виставляти напоказ усім свої секрети. Так, навіть про Пластунівський курінь маємо дуже мало документальних даних, основні ж бази пластунів були сховані від стороннього ока в плавнях, так званому Великому Лузі, який для чужинців і непосвячених, був забороненою зоною. Саме там, заховані серед непрохідних плавнів, пластуни вишколювали свої кадри, приховуючи свою діяльність, як і кожна розвідувальна

організація, під якоюсь невинною вивіскою, у цьому випадку під маркою мисливського товариства. Крім того, як відомо, при зруйнуванні москалями Запорізької Січі велику частину документів Січового архіву запорожці знищили, аби вони не потрапили до рук ворогів, а частина вивезена в Туреччину, на Задунайську Січ і подальша доля їх невідома. Ймовірно, що саме документи про розвідувальну діяльність пластунів знищувалися в першу чергу, як особливо секретні. Але основні свої знання, із конспіративних міркувань, пластуни, як і зрештою всі січовики, передавали лише усно, не перекладаючи їх на папір. Тому, більш за все термін «пластун» походить саме від назви альма-матер де готувалися козаки-розвідники – Пластунівського куреню. Відомими характеристиками-пластунами були історичні постаті Івана Сірка, Семена Палія, Тараса Трясила, Максима Залізняка та ін.

У тривожні часи перед Першою світовою війною львівські студенти Іван Чмола і Петро Франко, а незалежно від них ще й педагог Олександр Тисовський вирішили заснувати гуртки для морального, фізичного та патріотичного гарту та розвитку майбутньої генерації Галичини. Зразком для них був британський скаутський рух, що зародився трьома роками раніше. Українська версія духовно-патріотичного вишколу отримала назву «Пласт». Роберт Бейден-Павелл, засновник скаутської системи виховання молоді, черпав натхнення у просвітництві Середньовічного лицарства. Творці «Пласту», також звернулися до лицарства, але козацького і цей факт став ключовим у виборі назви організації. Сучасні пластуни, продовжувачі козацької справи, за словами Роберта Лісовського, покликані «вивести свою націю на шлях величі й могутності». Присяга нинішніх пластунів, незмінна з 1930-х років, звучить наступним чином: «Присягаюся своєю честю, що робитиму все, що в моїх силах, щоб бути вірним Богові і Україні, допомагати іншим, слухатись пластового проводу і жити за Пластовим Законом». Свого часу її промовляли видатні борці за самостійність України – Роман Шухевич, Олена Теліга, Степан Бандера, та ін. Які теж намагалися увіковічнити культурну спадщину наших пращурів та зберегти ідентичність української традиції в умовах залежності від радянського уряду. У роки Світових воєн, і повоєнні часи багато пластунів поклали власне життя, щоб на Україною завжди сяяло Сонце незалежності і вільно майорів жовто-блакитний прапор нашої держави.

Особливістю козацького спасу була неперевершена техніка українського кулачного двобою, яка називалася «гойдок», і є фактично базою бойового мистецтва. Завданням «гойдка» – є максимально швидке зближення з ворогом з одночасним ухиленням з лінії його атаки та заходом супротивнику в бік для контратакуючої акції. Ключовим у виконанні «гойдка» є червона зона – небезпечна для козака дистанція початку атаки.



Леонід Безклубий



Олександр Притула

У кінці ХХ-го століття, відновлювачем козацького бойового мистецтва, вважається дослідник військових традицій Запорізької Січі Леонід Безклубий, з яким його познайомив дід. На своїх семінарах, винахідник розповідав про «гойдок смерті» – техніку, яка дозволяла пластунам ухилитися від пострілів пістолетів і рушниць з одночасним зближенням до ворога. Рухи та удари у «спасі» – практичні та прикладні, тобто такі, які використовувалися українцями у повсякденному житті. Відповідно, назва ударів передає їхній функціональний зміст – «через руку», «через захист» «гуп», «вихлист», «вулик», «вкляк», «налигач», «матня», «кляксончик», «поцілунок», «здвиг», «нишпорка», та ін. Існує ще «хрещений джмелик» та «стріла монгола», але ці дві назви більше позначають удари у конкретні місця, ніж відрізняються технікою завдання. Сучасний вишкіл спасу розпочинається з ігрових форм. Такий підхід обумовлений високою травматичністю бойового мистецтва. Найбільш поширеними є прикладні розваги – «Смалений вовк», «Сірко на прив'язі», «Цурки-палки», «Панас». Система підготовки не обмежується лише ігровою діяльністю. Більш старших юнаків чекає бойова ударна та тактична підготовка, як це було за козацької доби. Сучасний етап розвитку «спасу» в Україні, пов'язують з Олександром Притулою – президентом Всеукраїнського громадсь-

кого об'єднання «Всеукраїнська Федерація Спас». Завдяки його діяльності, у 1997-му році в Запоріжжі, на острові Хортиця, було проведено перший Всеукраїнський фестиваль козацьких бойових мистецтв. Але на ньому ще «спас» не було представлено, так як тривала полеміка щодо надання двобою статусу національного виду спорту. Тож змагання зі «спасу», як окремого виду спорту стартували тільки 1998-го року.



**Ударна техніка бійців
«спасу»**



Герць гурт на гурт

Процес еволюції козацького «спасу» має об'єктивні, перманентні та позитивні вектори розвитку, які ініціювали появу більш сучасної його версії – «українського рукопашу спас» – теж національного виду спорту, котрий поєднав ударну та борцівську кидкову техніку з больовими та задушливими акціями. Система підготовки спортсменів в «українському рукопаші спас» має структуровану підсистемну організацію. Перші шість рівнів носять символічну назву «Молодик», а останній – «Козак» готує атлетів спорту вищих досягнень. У 2010-му році «спас» та «український рукопаш спас» Міністерством молоді та спорту України було визнано національними неолімпійськими видами спорту. Крім традиційного «спасу» та «українського рукопашу спас», «Всеукраїнська Федерація Спас» розвиває бої гурт на гурт, шабельний бій, бій на списах, та окремо – прикладний «спасу».

Хортинг – український універсальний вид бойового мистецтва

«Хортинг» – вид національного спортивного єдиноборства, розроблений в Україні на основі бойових традицій запорізького козацтва. «Хортинг» позиціонується не тільки як бойове мистецтво, а і як комплекс духовного, патріотичного та фізичного вишколу,

система морального та культурного самовдосконалення, наближеного до українських автентичних традицій.

Існує декілька підходів щодо етимології походження дефініції «хортинг». Історики фізичної культури і спорту обстоюють точку зору, що назва бойового мистецтва, це похідна від терміну «хорт», так у часи Запорізької Січі називали наймогутнішого хижака на цих землях – вовка. За свідченнями Д. І. Яворницького – відомого дослідника війська запорізького, козаки поважали тварину, а характерники могли налагоджувати ментальний зв'язок з вовками і ті були додатковим органом зору для розвідників-пластунів у лісі. Але відкинемо містичну теорію і будемо дотримуватись версії засновників цього виду спортивного єдиноборства, яка пояснює, що слово «хортинг» походить від назви острова Хортиця місця дислокації Запорізької Січі.



Едуард Єрмоєнко



Борцівська техніка хортингу

Автором національного бойового мистецтва – вважається майстер спорту України міжнародного класу з карате Едуард Анатолійович Єрмоєнко, якому вдалося об'єднати у цілісну інтегровану систему духовно-фізичного вишколу молоді безліч елементів з боротьби, самбо, дзюдо, карате, джиу-джитсу, фрі-файту, тощо. Особливістю «хортинг», на думку дослідників традиційних бойових культур, є його універсальність, тому 21-го серпня 2009-го року Міністерство молоді та спорту України офіційно визнало єдиноборство як самостійний, національний вид спорту. Як духовно-патріотична система фізичної і спортивної підготовки, «хортинг» еволюціонує за наступними напрямками – бойовий, козацький, фіт-хортинг, військовий, поліцейський, дошкільний, шкільний та студентський. Кожен з яких має розділи – поєдинок, сутичка, форма і показовий виступ. Техніку рукопашу

єдиноборства складає три основних удари верхніми кінцівками – прямий, знизу і збоку. Заробити заліковий бал, під час двобою, можна тільки, якщо удар помітно потряс супротивника.



Ударна техніка «хортинг»

Основний розділ спортивного «хортинг» – це поєдинок (двобій), який складається з двох раундів. Перший раунд називається «Сила». Спортсмени змагаються у боксерських рукавичках. Під час нього, дозволений повний контакт, удари в голову, ногами, борцівські кидки, больові та задушливі прийоми, тощо. Другий раунд називається «Чесць». Бійці повинні зняти рукавички і шоломи. У другому раунді дозволені удари ногами в голову, корпус, по ногах і руках. Удари голими руками в голову заборонені. У турнірах з «хортингу» беруть участь як професійні спортсмени, так і аматори від спорту, а також співробітники силових органів та охоронних компаній. За результатами виступу двоєборців на змаганнях та за рівнем виконання атестаційних вимог у бойовому мистецтві передбачено наступні класифікаційні рівні, які відображені у кольоровому спектрі поясу хортингіста: жовтий, зелений, червоний, коричневий та чорний, останній є іменним – для того, щоб під час проходження різних міжнародних семінарів було чітко видно ім'я та прізвище спортсмена.

Президентом Української Федерації хортингу до 2019-го року був Єрьоменко Едуард Анатолійович. Від 20-го липня 2019-го року, одноголосним рішенням Асамблеї Української Федерації «хортингу» другим за ліком президентом було обрано Федорова Станіслава Ігоровича. В Україні національним видом бойового мистецтва займається близько 50-ти тисяч осіб різного рівня спортивної підготовленості, віку та різного професійного статусу.



«Хортинг» для школярів



Показовий виступ у «хортинг»

У 2011-му році відбувся перший чемпіонат України, а вже за чотири роки пройшов перший чемпіонат світу, в якому взяли участь 165-ть спортсменів з одинадцяти країн нашої планети. Незважаючи на те, що хортинг національний вид спорту, він має перманентні перспективи розвитку і в інших країнах – Литві, Латвії, Франції, Вірменії, Болгарії, Індії, Ірані

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

1. Які види спорту називаються національними?
2. Як національні види спорту зберігають історичну ідентифікацію та самобутність різних народів та світових культур?
3. Чим відрізняється діалектика східної фізичної культури від західної?
4. Яка тварина використовується у змаганнях афганських вершників – «бузкаші»?
5. Чи входять змагання з «шахів» і «шашок» до програми Ігор Олімпіад?
6. Яка спортивна гра у Сполучених Штатах Америки отримала статус національної?
7. «Пато» – традиція спортивної культури Аргентини, розвага верхи на конях винайдена південноамериканськими «гаучо». Які спортивні ігри поєднав, указаний вид спорту?
8. Яка історія появи національного бойового мистецтва «бойовий гопак»?
9. Які аспекти національної культури створили базу для «бойового гопака»?
10. Хто відновив традиції «бойового гопака»?
11. Яким навичками і вміннями володіли козаки-характерники?
12. Які обов'язки у Запорізькій Січі покладалися на козаків-пластунів?
13. Хто автор національної бойової системи «рукопаш гопак»?

14. У «Ведах» – давніх арійських трактатах говориться, що серед другої касты «кшатріїв» – правителів-воїнів існують загони, основу яких складають «махаратхи» могутні мужі. Чому така увага авторів трактату приділяється цим воїнам?
15. Хто відновив традицію козацького бойового мистецтва Запорізької Січі – «спас»?
16. Яку духовно-патріотичну систему фізичної і спортивної підготовки створив Едуард Єрьоменко?

ЗАКЛЮЧНЕ СЛОВО

Спорт – як значна складова загальної культури людства має диверсивні (від. лат. *diversion* – «різноманітність») напрямки діалектики. Дефініція «спорт», вже давно потрапила до філософських термінологічних словників і стала об'єктом дослідження праксиологічних, аксіологічних та пізнавальних її аспектів теоретичними навчальними дисциплінами – філософією спорту, психологією спорту, спортивною педагогікою, етикою і естетикою спорту, філософською антропологією; прикладними – математикою, фармакологією, медициною, анатомією, фізіологією, дієтетиною, тощо. Це можна пояснити висловом німецького філософа Георга Вільгельма Фрідріха Гегеля (1770–1831) – «...чим різноаспектнішим є предмет, якому треба дати визначення, тим більше сторін він надає для розгляду і тим різноманітнішими виявляються дефініції, які його характеризують».

Сучасна філософія розглядає явище «спорт» як феномен, вектор впливу якого має екстраверсивний характер, що дає можливість індивідууму досягти трансцендентних вершин – недоступних пересічним мешканцям. Сучасна спортивна наука оперує великою кількістю визначень дефініції «спорт», кожна з яких має глибокий зміст формальних втілень логіко-рефлексивних суджень її автора. І чим більше науковців, тим більше трактувань поняття «спорт». Тому авторський колектив навчально-методичного посібника пропонує для формування професійного мовленевого етикету майбутнім вчителям, тренерам, інструкторам, та ін. фахівцям спортивної сфери користуватися визначенням Комісії з термінології Міжнародного бюро документації та інформації, у відповідності до якого «спорт» – специфічна змагальна діяльність, де інтенсивно використовуються заняття фізичними вправами з метою забезпечення людині чи колективу удосконалення морфофункціональних і психічних можливостей, прямопропорційно відображених у досягненні високих результатів. Дана норма повинна субординувати весь понятійний апарат визначень дефініції «спорт».

Спорт – у сучасному житті, давно вийшов за рамки змагальної діяльності на спортивних об'єктах. Спорт дістався найглибших аспектів людського буття. За статус бути найкращим у власних професійних компетенціях змагаються актори і режисери – щорічна церемонія вручення премії Американської академії кінемато-

графічним мистецтв «Оскар»; співаки, музиканти і композитори – премія Американської Національної академії мистецтв «Гремі»; працівники телеіндустрії та журналістики – премія Голівудської асоціації іноземної преси – «Золотий глобус»; за найпрестижніше звання в світі – «Нобелівський лауреат» конкурують відомі політики, публіцисти, бізнесмени-меценати, науковці, письменники, винахідники. Навіть у середовищі спорту, теж визначають найкращих, щорічно проходить церемонія «*laureus World Sports Awards*», яку ще називають спортивним «Оскар». За демонстрацію високих і стабільних спортивних звершень, продемонстрованих у 2023-му році, найкращим атлетом нинішнього – визнано сербського тенісиста Новака Джоковича, спортсменкою року стала іспанська футболістка Айтана Бонматі. Найкращою командою року визнано жіночу збірну Іспанії з футболу, у номінації «Прорив року» переміг англійський футболіст Джуд Беллінгем, у розділі «Повернення року» – американська гімнастка Симона Байлз. Спортменом року з обмеженими можливостями визнано нідерландського тенісиста Діде де Грота.

Указана вище інформація, дає підстави говорити про те, що явище «спорту» представлене його різноплановістю та репрезентативністю. Усі його різнопланові підсистеми дають емпіричну енергію для перманентності подальшого розвитку специфічної змагальної активності цивілізованого суспільства.

Питання про засади спорту, які наразі є актуальними і зараз, вивчалися багатьма вченими з точки зору історико-традиційної, культурологічної та філософсько-антропологічної рефлексії. ДНК (дизоксирибонуклеїнова кислота) сучасної людини – це генетична інформація, яка зберігає усі дані антропогенезу вищих приматів – гомінід, куди відносяться і представники виду Номо. Криптологічний агаліз ДНК, проведений сучасними генетиками, продемонстрував усі аспекти започаткування різних засад людської цивілізації у тому числі і спортивної культури. Результати наукового пошуку указали на те, що спортивно-змагальна активність людей зародилась у безкласовому суспільстві під час підготовки до полювання, яке вимагало злагодженості у діях усіх учасників мисливського промислу. Психологію аналогічних стосунків ми можемо бачити зараз у реінкарнованому вигляді під час проведення різноманітних ігрових змагань. А деякі види спорту навіть зберегли до наших днів практичний підтекст – бігові дисципліни легкої атлетики, лакрос, стрільба з луку, метання спису, спортивна риболовля, тощо. Генетичний статус людини, який

проявляється у бажанні досягти максимального, відчувати себе, так би мовити на межі крайнощів, пояснює онтологію екстремальних видів спорту – альпінізму, скелелазіння, стрибків з парашутом, серфінгу, печерного дайвінгу, бейсджампінгу (стрибки з парашутом зі стаціонарної будівлі), дельтопланеризму, польотів у вінгсьюті (костюм-крило), родео, кориди, тощо. Змагання з природними стихіями призвели до появи вітрильного спорту, плавання, різноманітних видів веслування, змагань вогнеборців, авіамодельного та повітроплавального спорту. Створивши «штучний інтелект», сучасна людина під власним контролем, змусила змагатися і інтелектуальну техніку, так до традиційних видів спорту додався – кіберспорт. Не маючи глибоких генетичних пізнань, таку точку зору обстоювали і Античні грецькі мислителі Платон (428/427–424/423 роки до н.е.), а пізніше Флавій Філострат II (170–247), які за довго до розшифрування людської ДНК, казали наступне: «У стародавніх народів фізичні здібності проявлялися у змагальності (агоністиці), до якої їх навертав біологічний інстинкт лідерства і суперництва, а також проявлявся він в ініціаціях – обрядах посвяти юнаків у дорослі чоловіки та традиційному суспільному «тестуванні» вождів на фізичну відповідність бути головою племені».

Секулярний (від лат. *saecularis* – «віковий», «столітній») процес розвитку «спорту» і «культури» характеризується об'єктивними рисами взаємовпливу двох дефініцій. Тому деякі національні види спорту (традиційні) є носіями автохтонних культурних надбань цивілізацій різних куточків нашої планети. Так як людина є приматом (від лат. *primus* – «перший»), який намагається розширити свої можливості у адекватній і практичній змагальній практиці, то саме вона і є творцем видів спорту, які формують традиційну спортивну культуру цивілізації до якої вона і належить. Традиційні види спорту – носії духовної і культурної спадщини різних народів земної кулі, вони підвищують шанси на її збереження через перманентність спортивних свят, які колись носили ініціативно-релігійні ознаки. Національні види спорту дають можливість зберегти політичну ідентичність корінного населення на усіх континентах нашої планети.

Індіанці Південної Америки проводять власні «олімпіади» з церемонією відкриття, де олімпійське вогнище запалюється не від променів Сонця, а від звичайного але освяченого верховним шаманом багаття. В цих іграх беруть участь 49-ть етнічних груп тубільців, які змагаються з бігу звичайного і з колодою на плечах, з

веслування на каное, перетягуванні канату, у метаннях дротиків і списів, у стрільбі з луку в ціль (ціллю є намальовані контури акули). Найбільша кількість учасників збирається на футбол, на звичайний і на його різновиди. Є ігри де дозволяється бити м'яч тільки головою, або ж грати палаючою кулею (вогняна улама) голими ногами, або ж ключками.

Всесвітні ескімосько-індіанські олімпійські ігри проводить і корінне населення Північної Америки. По суті це – щорічний захід, спрямований на збереження культурної спадщини корінних народів Аляски. Учасники змагаються у силі, спритності та витримці у традиційних ескімоських та індіанських іграх, а також демонструють навички виживання у суворих приполярних регіонах. Ігри проводяться щорічно в середині липня (зрідка на початку серпня) у найбільшому місті Аляски Анкориджі. Спочатку ігри проводилися у Фербанксі, але 2007-го року їх було перенесено до Анкориджу.

«Корроборі» – узагальнююча назва зустрічі австралійських аборигенів, священна церемонія, святкове торжество або торжество воєнного чи змагального характеру. Назву форуму тубільців Австралії дали перші британські переселенці, запозичивши термін з місцевої мови народу «дхаруг». Як правило, «корроборі» включає танці (інколи народне хореографічне мистецтво автохтонного населення Австралії теж називають корроборі), гру на тубільських музичних інструментах, спортивні ігри серед яких національна – «горрі» (кидання коротких дротиків у намальовану на піщаному ґрунті ціль) де демонструють вправність усі представники чоловічої статі, метання бумерангів, різновиди боротьби, тощо.



Гра австралійських аборигенів – «горрі» на світлині 1922-го року

Сучасний спорт – це атмосфера реалізації потенційних можливостей індивідуума, реінтеграція атлетів з фізичними вадами до соціального середовища, яке інколи навіть сторониться представників Інваспорту, отримання матеріальних винагород за демонстрацію рекордних результатів, можливість одержати безкоштовну освіту, тощо. Віддаючись процесу спортизації – людина відчуває себе вільною від причинно-наслідкових інсинуацій заполітизованого зовнішнього впливу. Нідерландський історик і культуролог Йохан Гейзинга (1872–1945) присвятив цьому феномену трактат *«Homo ludenus»* (з лат. – «людина граюча»), який вийшов друком 1938-го року. Науковець об'єднав юнацьку жагу до змагання і самі змагання у одну дефініцію – «гра» і визначив її роль у формуванні людської цивілізації: «Процес соціалізації культури виник і удосконалювався саме у ігровій формі. Але гра не може бути редукованою у порівнянні з феноменами культури, так як вона древніша за саму культуру, і спостерігалася у тваринному світі. Навпаки, сама культура (мова, міф, культ, наука) має ігрову генезу» – пише Йохан Гейзинга.

Закінчити «Заключне слово», хотілося б цитатою із філософського твору Йогана-Кристофа-Фрідріха фон Шиллера (1759–1805) «Листи про естетичне виховання», де теоретик мистецтва, поет і філософ зазначає: «Людина грає тільки тоді, коли вона у повному значенні слова – людина і буває абсолютною людиною тоді, коли грає». А як відомо, філософи помиляються рідко. Тож з глибоким переконанням, будемо вірити у презентабельне майбутнє різноманітних видів спорту – олімпійських, неолімпійських, паралімпійських, дефлімпійських, традиційних, прикладних, технічних і навіть перспективного кіберспорту. І у цьому контексті, не виглядає дивним рішення Міжнародного Олімпійського Комітету щодо проведення окремих Олімпійських ігор з кіберспорту, які пройдуть 2025-го року у Саудівській Аравії. Тому що спорт – це діалектична, самостійна, інноваційна, незалежна у фінансовому плані субкультура, здатна до сингулярності, що на мові математики означає функцію, яка прагне до нескінченості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аркас Микола. Історія України-Русі. Київ : Наш формат, 2015. 464 с.
2. Бакіко І. В., Дмитрук В. С. Історія фізичної культури. Луцьк : Редакційно-видавничий відділ Луцького національного технічного університету, 2013. 89 с.
3. Балух В. О., Коцур В. П. Культура Античності. Підручник. Чернівці : Наші книги, 2016. 632 с.
4. Боротьба. Енциклопедія в запитаннях і відповідях. Навчальне видання. За ред. М. М. Булатової. Київ : Олімпійська література, 2017. 576 с.
5. Бріскін Ю.А. Спорт інвалідів. Київ : Олімпійська література, 2006. 263 с.
6. Бубка С. Н. Олимпийский спорт в обществе: история развития и современное состояние. Киев : Олимпийская литература, 2012. 260 с.
7. Бубка С. Н., Булатова М. М. Київ–1913. Перша Російська олімпіада. Київ : Олімпійська література, 2013. 232 с.
8. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях. Київ : Олімпійська література, 2011. 400 с.
9. Войтович Валерій. Українська міфологія. Київ : «Либідь», 2015. 664 с.
10. Волошин А.П. На олімпійській хвилі. Київ : «МП Леся», 2008. 448 с.
11. Давня історія України: Ілюстрована історія України в художньо-історичних образах. Упоряд. Ю. Вовк. Тернопіль : Навчальна книга, 2008. 152 с.
12. Джексон Роджер. Руководство по спортивному администрированию. Международный олимпийский комитет, 2006. 339 с.
13. Долгова Н. О. Історія фізичного виховання та спорту України (від стародавніх часів до сьогодення) : конспект лекцій. Суми : Сумський державний університет, 2016. 121 с.
14. Енциклопедія сучасного олімпійського спорту. Гол. ред. В. М. Платонов. Київ : Олімпійська література, 1998. 599 с.
15. Єрмоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України. Київ : Паливода А. В., 2014. 1062 с.

16. Жизнь знаменитых римлян. Гл. ред. Рогинская Г. Ю. Харьков : МОСТ-Торнадо, 2000. 336 с.
17. Каляндрук Тарас. Таємниці бойових мистецтв України. Львів : ЛА «Піраміда», 2013. 304 с.
18. Климов А. А., Соломадина Н. А. Мир древних цивилизаций. Харьков : «Веста»; «Ранок», 2008. 288 с.
19. Косяк В. А. Очерки философии спорта. Сумы : ФЛП Цьома С. П., 2018. 194 с.
20. Косяк В. А. Людина та її тілесність у різних формах культури. Сумы : Університетська книга, 2010. 318 с.
21. Культурное наследие Древней Греции и Олимпийские игры. М. М. Булатова, С. Н. Бубка. Киев : Олимпийская литература, 2012. 408 с.
22. Лазоренко Сергій. Прогресивний підхід щодо аналізу фундаментальних принципів сучасного олімпізму. Дрогобич : *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*. Видавничий дім «Гельветика», 2022. Вип. 47. Том 3. С. 181–188.
23. Лазоренко С. А. Історія наукової думки у фізичній культурі. Сумы : ФОП Цьома С. П., 2023. 262 с.
24. Лазоренко С. А., Чхайло М. Б., Шумаков О. В. Олімпійський спорт у запитаннях і відповідях. Сумы : ФОП Цьома С. П., 2019. 176 с.
25. Лазоренко С. А., Балашов Д. Б., Лазоренко С. С. Термінологія сучасних силових одноборств та спортивної боротьби. Сумы : ФОП Цьома С. П., 2019. 176 с.
26. Лазоренко С. А., Гончаренко В. І. Альтернативні погляди на історичні аспекти становлення сучасного футболу. Київ : *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія N 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) зб. наукових праць*. Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. Випуск 1(145) 22. С. 65–69.
27. Лазоренко С. А. Становлення олімпійських традицій в Україні. Харків : Збірник тез Всеукраїнської науково-практичної конференції *«Проблеми та перспективні напрями розвитку сучасного спорту: актуальні питання теорії та практики»*, присвячена 45-ій річниці Харківської державної академії фізичної культури (5 квітня 2024 року). С. 233–236.
28. Лазоренко Сергій, Коломієць Андрій, Химченко Олександр. Інтелектуальні ігри античного світу. Сумы : *Олімпійський та*

паралімпійський спорт. Видав. дім «Гельветика», 2024. Вип. 1. С. 97–105.

29. Лазоренко Сергій, Чхайло Микола, Власенко Антон. Атлетичне пластичне образотворче мистецтво у роботах античних скульпторів. Суми : *Освіта. Інноватика. Практика*. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, Т. 11. № 7. 2023. С. 64–70.
30. Лазоренко С., Чхайло М., Лазоренко Ст., Скачедуб Н. Прологомени про історію наукової думки у фізичній культурі пізнього Середньовіччя. Суми : Електронний історичний журнал «Консенсус». № 1. 2023 р. С. 119–131.
31. Лазоренко Сергій, Чхайло Микола, Коломієць Андрій. Військове мистецтво і фізична культура та їх значення у житті народів що населяли Україну в Докиївську історичну добу. Суми : *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології* : наук. журнал / голов. ред. А. А. Сбруєва. Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. № 1 (125). С. 408–421.
32. Лекційний курс з дисципліни «Сучасні модулі НУШ з методикою викладання». Укладачі: Т. В. Кафтанова, Д. Р. Опанчук. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2024. 58 с.
33. Мандзяк А. С. Боевые искусства Европы. Минск : ИООО «Современное слово», 2005. 352 с.
34. Матвеев Л. П. Основы загальної теорії спорту і системи підготовки спортсменів. Київ : Олімпійська література, 1999. 318 с.
35. Оленєв Д., Юденко О., Шемчук В. Плавання та методика його викладання : навч. посіб. Київ : Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського, 2022. 124 с.
36. Олимпийский спорт: в 2 т. Под общ. ред. В. Н. Платонова. Киев : Олимпийская литература, 2009. Т. 1. 736 с.
37. Пангелова Н. Є. Історія фізичної культури : навчальний посібник. Київ : Освіта України, 2007. 288 с.
38. Панченко Г.К. Нетрадиционные боевые искусстваот Америки до Руси. Харьков : «Фолио», 1997. 370 с.
39. Пилат В. Бойовий гопак. Львів : Галицька Січ, 1994. 288 с.
40. Поліщук Р. М. Національний спорт як навчальний курс та його світоглядно-філософське значення. *Молодий вчений*. №4 (80), 2020. С. 528–532.
41. Ратов А. М., Ворона В. В. Теорія та методика лижного спорту. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2015. 188 с.
42. Романчук О. В. і авт. кол. Зародження та становлення різних видів гімнастики у Франції. Київ : *Науковий часопис*

- Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Випуск 8 (139) 21. С. 75–81.*
43. Система олімпійської підготовки: основи менеджменту. Під. ред. С. Н. Бубки, В. М. Платонова. Київ : Перша друкарня, 2018. 624 с.
44. Скрижинська М. В. Античні свята в містах Північного Причорномор'я. [Серія «Невідома Україна»]. Київ : Наш час, 2011. 303 с.
45. Солопчук М. С., Бондар А. О., Солопчук Д. М. Всесвітня історія фізичної культури і спорту. Кам'янець-Подільський : «Рута», 2016. 132 с.
46. Старков Валерій. Традиційна ігрова культура населення України. Київ : Інститут української археографії та державознавства ім. М. С. Грушевського НАН України, 2009. 402 с.
47. Степанюк Світлана, Гречанюк Оксана, Маляренко Ірина, Ткачук Віра. Історія фізичної культури : навчально-методичний посібник. Херсон : вид-во ПП Вишемирський В. С., 2016. 272 с.
48. Сушинський Б. І. Козацька енциклопедія. Одеса : «Видавничий дім ЯВФ», 2007. 570 с.
49. Тараненко Ірина, Лешак Марта, Воробйова Марія. Книга-мандрівка. Літні олімпійські ігри. Львів : В-во Старого Лева, 2024. 80 с.
50. Україна. Визначні події. Київ : Фмільна друкарня Huss, 2024. 136 с.
51. Філь С. М., Худолій О. М., Малка Г. В. Історія фізичної культури : Навчальний посібник. Харків : «ОВС», 2003. 160 с.
52. Франков Артем. Футбол по-українськи. Харків : КК «Клуб сімейного дозвілля», 2006. 223 с.
53. Цьось А. В., Деделюк Н. А. Історія фізичного виховання на теренах України з найдавніших часів до початку ХІХ ст. Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2014. 456 с.
54. Частий Р. В. Боевые искусства востока. Индия. Юго-восточная Азия. Харків : «Фолио», 2009. 204 с.
55. Школа О. М. Історія фізичної культури : навч. посіб. Харків : ХГПА, 2013. 217с.
56. Яворницький Д. І. Історія запорізьких козаків. Київ : Наукова думка, 1990. Т. 1. 577 с.
57. Ян Дымов. От боли голос хрипнет. Киев : Логос, 2007. 320 с.
58. Bell, R. C. (1983). The Boargame Book. Published in USA. Exeter Boors. New York. 170 p.

59. Conn David (2005), *The Beautiful Game?: Searching for the Soul of Football*. – English. Yellow jersey. – 448 p.
60. Cox Michael (2020), *Zonal Marking: The Making of Modern European Football*. – Germany. HarperCollins Publishers. – 448 p.
61. Crist Walter, Anne-Elizabeth Dunn-Vaturi, Alex de Voogt, (2016). *Ancient Egyptians at Play: Board Games Across Borders*. New York, NY: Bloomsbury. 234 p.
62. Crist Walter, Anne-Elizabeth Dunn-Vaturi, Alex de Voogt, (2016). *Facilitating Interaction: Board Games as Social Lubricants in the Ancient Near East*. *Oxford Journal of Archaeology*. 35 (2). P. 179–196.
63. Duggan, E., (2015). *Ancient Board Games 1. The Royal Game of Ur and Senet*. 62 p.
64. Kun, L. (1978). *Egyetemes testneveleses sporttörténet*. Budapest.: C Sport, 399 p.
65. Finkel, E., Irving, L., (2007). *Ancient Board Games in perspective*. London: British Museum Press. 296 p.

ІМЕННИЙ ПОКАЖЧИК

А

Авгій 109
Август 103, 163
Авраам 225
Автолік 109
Агафій Міринейський 239
Агесилай II 161
Агріппіна Молодша 103
Адамович Владислав 107
Акант 37
Акопян Олена 107
Аллен Марк 114, 115
Алмаші Ласло 100
Альбермаль Крістофер 78
Аміфеон 109
Аморос Франсіско 65
Амфіарій 109
Ангуло Хуан Ядеун 21
Анней 109
Анохін О. К. 96, 97
Антипенко Віктор 58
Антифан 24
Антіох 152
Аполлодор Дамаський 103
Апеллес 7, 8
Аргос 34, 35, 50, 109, 160
Аристотель 10
Арістофан 7
Аріхіон 151
Аталанта 50
Ахіллес 9, 110, 159, 238
Ашшурбаніпал 101

Б

Бабаєв Рустам 173
Байлз Симона 266
Бандера Степан 258
Баранов Дмитро 154
Батенікова-Бауман Юлія 144
Батюк Олександр 143
Бах Томас 15
Баюл Оксана 11
Беженар Анна 154
Безклубий Леонід 259
Безсонова Ганна 70
Бейден-Павелл Роберт 258
Беленюк Жан 58
Белл Роберт Чарльз 225
Беллерофонт 110

Беллінгем Джуд 266
Бергман-Остерберг Марія Софія Хелена 206
Березовська Іванна 180
Беренсон Еббот Сенда 207, 208
Береш Ілона 180
Беринчик Денис 80
Берк Томас 40
Бескоровайний Дмитро 173
Бібон 92, 93
Білосюк (Підгрушна) Олена 143, 144
Бйорндален Уле-Ейнар 143
Блаженний Боецій 62
Богачук Сергій 80
Богдан Іван 57
Богодійко Євгеній 107
Бодріяр Жан 8
Бондаренко Богдан 42
Бонматі Айтана 266
Ботручук Оксана 44
Бочарова Ніна 11, 68
Бриндзей Віра 135
Бротон Джек 79, 169
Брукхуїсен Ніко 201, 202, 216
Бреус Євгенія 91
Бубка Сергій 11, 42
Бутенко Віталій 58

В

Ваді Філіппо 86, 87
Вайнгертнер Герман 67
Вараздат 73, 74
Варрон Марк Теренцій 241
Варфоломєєв Анатолій 117
Василь II Темний 143
Вашингтон Джордж 192, 215
Вебер Георг 200
Величкович Микола 252, 253
Вікторія Александрина 119, 127
Вільгальм М. 96
Вільгельм III Оранський 131

Г

Гаральд III Сігурдсон 137, 138
Гарнич-Гарницький Є. Ф. 96
Гвоздик Олександр 80
Гегель 265
Гейзинга Йохан 269
Геллер Гордон 114
Гемерлінг Ян 135
Генрі Чарльз Фіцрой Сомерсет, 8-й герцог Бофорт 119
Генріх VIII 53
Генріх II 87

Георг I 186
Георг II 186
Георгіадіс Яніс 89
Геракл 9, 35, 46, 52, 72, 92, 100, 109, 151
Геріодор 10
Геркулес 92
Гермоген 10
Геро 102
Геродот 54, 219
Геррет Роберт 40
Гете 200
Гешко Іван 42
Гіганті Ніколетто 86
Гільгамеш 46, 47, 92, 100
Гіпподамія 159
Гіппосфен 51
Гладов Володимир 30
Гнідко Богдан 154
Голіаф 92
Голівець Андрій 44
Голінко Анастасія 154
Голубничий Володимир 11
Гомер 10, 159
Гончаренко Олег 135
Гордіан III 199
Горобець Кирило 154
Готфрід Денис 97
Гравело Ежен Анрі 89
Грайс Міхаель 142
Григоревич В. В. 18
Григоренко Діана 154
Гриненко Ф. 97
Гуд'їр Чарлз 23
Гуляєв Олександр 154
Гуревич Борис 58
Гутман Людвіг 42
Гутс-Мутс Йоган 62, 63, 65, 106
Гутцайт Вадим 89
Гуцу Тетяна 11, 68

Д

Далькроз Еміль 69
Данчич В. 96
Дарлінгтон Роберт 186
Дейв Скотт 114, 115
Дельсарт Франсуа 68, 69
Деміні Жорж 68
Демокрит 101
Демчук Андрій 91
Дерюгін Іван 110
Дерюгіна Альбіна 70
Дерюгіна Ірина 70

Деха Марина 97
Джексон Енн 120
Джетроу Чарльз Генрі 133
Джіма Юлія 143, 144
Джокович Новак 266
Джонстон Джек 113
Джоунз Роберт 132, 133
Дігбі Еверард 105, 106
Дідас 48
Діде де Грот 266
Діодор Сіцилійський 51, 60
Діокл Гай Аппулей 165
Діоклетіан 104, 164
Діон Златоуст 73
Діонісій Галікаранський 163
Добринська Наталія 42
Доброгост 94
Довбуш Олекса 143
Дорошенко Олександр 44
Дружченко Владислав 123, 124
Дубров Денис 107
Дьолог Надія 91
Дюрек Фанні 98, 99
Дяченко Інна 44

Е

Евагор 160
Еврилеоніда 161, 162
Еврипід 7
Еврит 110
Евріал 73, 110
Ейзелен Ернст 63, 64, 65
Елліс Вільям Вебб 28
Еномай 159
Есхіл 7

Є

Єлістратова Юлія 115
Єрмаков Костянтин 180
Єрьоменко Едуард 261, 262

Ж

Жаботинський Л. 97
Жоффруа де Прейлі 105
Жох Олег 174

З

Заковорот Петро Антонович 90
Закревський Василь 117
Залізник Максим 258
Зевксид 7
Земцев Віктор 115
Зенон 239

Зіненко Іван 107
Зубковська Оксана 44

I

Ілюшина Вікторія 173
Ісидор Севільський 62, 238, 241
Ітті Мардук-балату 226

K

Каганмоку Дюк Паоа 98, 99
Калина Юлія 97
Калігула 103
Каляндрук Т. Б. 255, 257
Капр 152
Караваджо Мікеланджело 78
Каракалла 104
Карл Великий 199
Карл III 93
Картер Говард 228, 229
Касо Альфонсо 20
Кассе Мішель 169
Кастор 151
Кастріоті Георгій 171, 172
Катишев Руслан 44
Кертіс Томас 39
Кізік 9, 50
Кізюк Роман 154
Кіккулі 158
Кілрейн Джейк 79
Кініска 161, 162
Клавдій 239
Кларк Еллері 40
Кличко Володимир 11, 80
Клочкова Яна 11
Ковальський Тадеуш 135
Козина Оксана 125
Колінько Артем 194
Коллінз Джон 114
Коловрат Євпатій 94
Коломійць Олексій 107
Колпакчи Аліса 116, 117
Колумб Христофор 18
Колчинський Олександр 57
Коменеч Надя 10
Коненко Наталя 194
Конноллі Джеймс 10, 40
Коробчинський Ігор 68
Косік Володимир Сергійович 214
Костадинова Стефка 42
Костюк Юрій 145
Косяк В. А. 6
Кравець Іннеса 42

Кравченко Ігор 30
Красовський О. 96
Кратет 6
Крейг Александер 114, 115
Кремляков Владислав 107
Кримаренко Юрій 42
Крипак Максим 107
Крісс Григорій 89
Крупський Єгор 180
Ксенофонт 137
Ктесибій 161
Куденевич Дем'ян 94
Кун Ласло 18, 182
Кухар Вацлав 136
Кучеренко Олег 57
Кьоппен Лене 121

Л

Лаленкова Валентина 136
Латиніна Лариса 11, 68
Леандр 102
Ледекі Кеті 107
Ледньов Павло 110
Лекур Шарль 169
Леонідас 10
Лисенко Анастасія 97
Лікдам 150
Лінг Пер 66
Лінг Ялмар 66
Лінде Богуслав 256
Ліндон Річард 23
Ліщинський Василь 44
Ллойд Вільям Гуліельмум 74, 150
Ломаченко Василь 11, 80
Луїс Спиридон 10, 40
Лук'яненко Віталій 144, 145
Лукін М. 96
Лунін Андрій 31
Людовік XI 185

М

М'ясоєдов І. 96
Магучіх Ярослава 42
Мазуренко Ігор 173
Македонський Александр 171, 172, 233
Макуц Богдан 68
Мандзяк Олексій 76
Манько Артем 91
Марко Поло 118
Масару Шиші (Соколовський Сергій) 180
Мате Ілля 58
Мацупко Наталія 117

Межибор 93, 94,
Меланкомас 73, 74
Менес 34
Мерешко Єлизавета 107
Меріра I 83
Меркуріаліс Ієронім 62
Мерлені (Мельник) Ірина 11, 58
Микитович Добриня 94
Мілон 49, 51, 52, 57, 60, 92
Мнесарх 6
Морквич Наталья 91
Муваталлі II 101
Муромець Ілля 94
Мюррей Гарольд 225

Н

Накопюк Аміна 154
Нармер 34, 35, 83, 221, 222
Нахтегаль Франц 66
Нейсмїт Джеймсон 206, 207
Нерон 103
Ноздрань Олена 124
Норденшельд Нільс Адольф Ерік 140
Норхайм Сондре 138, 139
Нуньєс Міхаїн Лопес
Нурмі Пааво 10

О

Овідій 102, 239
Одайський Валерій 252
Одісей 100, 109
Ознобишин М. М. 167
Олійник В'ячеслав 57, 58
Онищенко Борис 110, 111
Ономастос 73, 74
Орсіпп 37
Остапченко Денис 107

П

П'єр де Кубертен 89, 93, 108, 112, 140, 141
Павленко К. 96, 97
Павсаній 161
Пагонд (Пагон) 160
Пале 50
Палій Семен 258
Парлетт Девід 225
Паррасій 7
Патрокл 9, 73, 159
Пелей 50, 72, 109
Пелій 9
Пелопс 9, 159
Пеоній 159

Персей 100
Петренко Віктор 11
Петрова Олена 143
Пилат Володимир 246, 247, 248, 251, 252
Пильова Ольга 142
Писанко Олександр 154
Писаренко А. 97
Питлясинський В. 96
Піддубний Іван 57, 96, 97
Пікфорд Мері 120, 121
Піргос Леон 89
Піфагор Самоський 5, 6
Платон 10, 48, 49, 60, 102, 267
Пліній Старший 7, 8
Плутарх 51
Подкопаєва Лілія 11, 68
Полідевк 72, 151
Поліщук Р. М. 244, 272
Попова Наталія 41
Попович Олешко 94
Постол Віктор 80
Притула Олександр 259
Прищепа Марина 180
Протоген 8
Птолемей 78
Пундик Ганна 89, 90
Пункін Яків 57
Пушкар Андрій 174

Р

Разорьонов Ігор 97
Рамзес II 83, 101, 152, 222
Рамзес III 47
Редкач Іван 80
Реднідж Кір 17, 18
Ретену 92
Резцова Анфіса 142
Рибальченко Костянтин 188, 189
Ридванський Владислав 11,
Рисєв Володимир 150
Різатдінова Анна 70
Ріттер Микола Сергійович 55, 56
Ромул 162

С

Сабінський Роман 135
Садолін Фроде 66
Салліван Джон 79
Сарапамон 48
Сараф М. Я. 9
Свіфт Оуен 169
Север Септимій 102

Семеренко Валентина 143, 144
Семеренко Віта 143, 144
Сербін Михайло 107
Синухет 92, 100
Синявіна Вікторія 154
Сірко Іван 158
Скакун Наталья 97
Скалдіна Оксана 70
Сковгорд Стеен 121
Скорик Олена 174
Смоленський Меркурій 94
Собек Джо 187
Собіранес Білл 172
Сострат 152
Степанова-Шакалова Катерина 154
Стеценко Анна 107
Страбон 137
Стратон 152
Судірман Дік 122
Султанов Ілля 107
Сушко Олена 154

Т

Таймазов Тимур 97
Тайхо Кіюкі (Іван Маркіянович Боришко) 180
Тальхоффер Ханс 84, 85
Тапані Ніку 141
Тарасова Тетяна 136
Тарквіній І 162
Таушев О. 96
Тедеев Ельбрус 58
Теліга Олена 258
Теодоріх 164
Терещенко Ірина 107
Терлюга Анжеліка 150
Тесей 100
Тимошенко Олександра 70
Тисовський Олександр 258
Тит 8, 164
Ткачук Вадим 110
Тонкопей С. 97
Тотіла 164
Траян 103, 164
Трифоновна Світлана 145
Трінг Едвард 18
Трусов Андрій 107
Трясило Тарас 258
Тунберг Клас 133
Тутанхамон 157

У

Удачин Артем 97
У-ді 25
Улльріх Франк 142
Улофсон Анна-Карін 142
Усенко Надія 188, 189
Усик Олександр 11, 80

Ф

Фабріс Сальваторі 86
Фальк Елін 66
Федоров Станіслав 262
Федечко Андрій 111
Фелпс Майкл 10, 107
Феодосій Флавій Великий 74
Феокріт 109
Фербенкс Дуглас 120
Фігг Джеймс 79
Філін А. 96
Філіпс Білл 113
Фіоре де Лібері 85
Фірцак Іван 57
Фіт Герхард 62, 63
Флавій Філострат II 267
Флатов Альфред 67
Флек Едвін 40
Флеммінг Делфс 121
Фліндерс Пітер Вільям 228, 229
Фодім 150
Фолос 92
Франко Петро 258
Франсу Ян 203
Франциск I 52, 53
Фрідріх Вільгельм VI 64
Фрідріх Вільгельм III 64
Фрідріх Ян 63, 64

Х

Хаббард Лорел 96
Хаджі I Гірей 143
Хайош Альфред 98
Хаммурапі 158
Харлан Ольга 89, 90
Харченко І. 97
Хауг Турлейф 141
Хеєрдал Тур 99
Хеопс 190
Хесір 223, 224
Хмельницький Богдан 143
Хомрова Олена 89, 90
Хоренаці Мавсес 74
Христина Перша Августа 118, 119

Ц

Цезар Юлій 17, 163
Цербе Валентина 143

Ч

Чаплін Чарлі 120, 121
Чебан Юрій 11
Червоненко Анатолій 58
Чижевський Юрій 154
Чингісхан 13
Чирков Олександр 125
Чібісова Дар'я 154
Чмола Іван 258
Чоботар Валерій (Гатило) 252
Чукарін Віктор 11, 68
Чухаджян Карен 80
Чхайло Микола 30

Ш

Шабельський І. 96
Шавкун Сергій 91
Шанахан Дон 113
Шаріпов Рустам 68
Шарлемон Жозеф-П'єр 170
Шарлемон Шарль 170
Шахлін Борис 11, 68
Шевченко Андрій 31
Шевченко Валентина 143
Шелестюк Тарас 80
Шелехова Тетяна 136
Шемякіна Яна 89
Шиллер 269
Ших Мирослав 252
Шпісс Адольф 63, 64, 65
Шуман Карл 67
Шухевич Роман 258

Ю

Юрковська Олена 144

Я

Яворницький Д. І. 256, 261
Якименко Віталій 154
Ярослав Мудрий 137
Ясон 100, 109
Ященко Роман 58

Навчальне видання

ЛАЗОРЕНКО Сергій Анатолійович,
ВОРОНА Віта Вікторівна,
ЧХАЙЛО Михайло Борисович

ІСТОРИЧНА ОНТОЛОГІЯ ОЛІМПІЙСЬКИХ І НЕОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ

Комп'ютерна верстка *С.П. Цьома*

Підп. до друку 30.09.2024.
Формат 60х84/16. Гарнітура Cambria.
Папір офсетний. Друк офсетний. Ум. друк. арк. 15,81.
Ум. фарб.-відб. 15,81. Обл.-вид. арк. 14,06.
Тираж 100 пр. Вид. №46.

Видавець і виготовлювач:
ФОП Цьома С.П. 40002, м. Суми, вул. Роменська, 100.
Тел.: 066-293-34-29.

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:
серія ДК, № 5050 від 23.02.2016.