**Введение**

 Спорт пришёл к нам из глубины веков. Он полезен для здоровья, потому что заставляет работать все тело. В современном мире люди все меньше и меньше двигаются во время работы. Как следствие организм не получает достаточную нагрузку, становится менее подвижным. Быстро приходит усталость. За ней следует постоянная раздражительность, и могут развиваться даже различные заболевания. Спорт следует рассматривать как игру. Он должен доставлять удовольствие, а не становиться глупым соперничеством ради недостижимого результата. В связи с этим мне хотелось бы углубить свои знания в истории возникновения и развития спортивных игр. Спорт выкован на наковальне веков из горячего стремления людей быть сильными, выносливыми и ловкими. История свидетельствует, что ещё во времена каменного века проводились состязания в беге, прыжках через рвы, метании камней, бумерангов, стрел и копий. Об этом рассказывают наскальные рисунки и находки археологов. У многих народов мира в очень давние времена уже были игры и развлечения с соревновательным элементом.

Спорт– область деятельности, связанная с выявлением и демонстрацией физических возможностей людей. Спортивная культура направлена на развитие и расширение человеческих возможностей, покорение новых вершин, раскрытие потенциала спортсменов.

Спортивные игры – виды любительского и профессионального спорта, направленные на достижение личной и командной цели, связанной с поражением конкретной цели (ворот, корзины, лузы, игровых фигур и т.п.). Академическое определение термина “Спортивные игры”. В переносном значении, термин Спортивные игры это комплекс спортивных мероприятий – олимпиада, соревнование или турнир. В качестве метафоры, спорт можно представить как непрекращающийся поединок с Вселенной, с самим собой и ограничениями, которыми человека наделил мир.

Как попытку полета без крыльев, прыжка выше головы. Спортсмен, побеждая обстоятельства, соперников и самого себя, показывает людям, что «невозможное возможно» и вместе с каждой победой отдельного спортсмена, чуть сильнее становится все человечество. Спортивные игры можно с уверенностью назвать универсальным средством физического воспитания всех категорий населения - от детей дошкольного возраста до пенсионеров. С их помощью достигается цель - формирование основ физической и духовной культуры личности, повышение ресурсов здоровья как системы ценностей, активно и долгосрочно реализуемых в здоровом стиле жизни. Велика роль спортивных игр в решении задач физического воспитания в широком возрастном диапазоне, таких, как формирование осознанной потребности в освоении ценностей здоровья, физической культуры и спорта; физическое совершенствование и укрепление здоровья как условия обеспечения и достижения высокого уровня профессионализма в социально значимых видах деятельности; природосообразное и индивидуально приемлемое развитие физического потенциала, обеспечивающего достижение необходимого и достаточного уровня физических качеств, системы двигательных умений и навыков; физкультурное общее образование, направленное на освоение интеллектуальных, технологических, нравственных и эстетических ценностей физической культуры; актуализация знаний на уровне навыков проведения самостоятельных занятий и умений приобщать к ним других. Эффективность спортивных игр в содействии гармоничному развитию личности объясняется, во-первых, их спецификой; во-вторых, глубоким разносторонним воздействием на организм занимающихся развитием физических качеств и освоением жизненно важных двигательных навыков; в-третьих, доступностью для людей различного возраста и подготовленности.

Сейчас я хочу рассмотреть по подробнее возникновение и историю развития наиболее известных спортивных игр.

**История развития спорта**

Если обратиться к многочисленным источникам, то можно выявить, что спорт зародился многие тысячелетия назад и какой-то конкретной родины спорта невозможно проследить. Можно предположить, что он зародился с появлением общины у людей, с началом охоты и с появлением у них какой-то логики. А точнее с появлением религии. Начало спорта: в свободное от охоты, собирательства, рыбалки и других занятий время древние люди исполняли различные танцы и проводили многочисленные обряды, дабы задобрить своих богов. Сначала люди делали это по необходимости, а позднее уже для собственного удовольствия.

С другой стороны можно предположить, что начало спорта пришло с осмыслением того, что кровопролитных войн можно избежать простым состязанием. Вспомните, ведь в древности на время олимпиады прекращались все, какие либо попытки пролить кровь.

Большое значение в развитии зачаточного спорта было появление мяча. Это был своего рода взрыв, который поменял не все, но многое. До сих пор самые массовые виды спорта, так или иначе, связаны с мячом– футбол, теннис, баскетбол, волейбол, регби и др. Мячу поклонялись как идолу (шар считался самой совершенной формой), он олицетворял собой солнце. Также известно из древней истории, что одним из первых “мячей” были головы неприятелей. Мяч стал основной забавой в мирное время.

**Спортивные игры. История возникновения и развития.**

*История футбола*

 Футбол — самая популярная командная игра в мире, где за малое количество очков нужно бороться. История «ножного мяча» насчитывает немало столетий. В различные игры с мячом, похожие на футбол, играли в странах Древнего Востока (Египет, Китай), в античном мире (Греция, Рим), во Франции («па супь»), в Италии («кальчио») и в Англии. Непосредственным предшественником европейского футбола был, по всей вероятности, римский «гарпастум». В этой игре, которая была одним из видов военной тренировки легионеров, следовало провести мяч между двумя стойками. В Древнем Египте, похожая на футбол, игра была известна в 1900 до н. э. В Древней Греции игра в мяч была популярна в различных проявлениях в 4 в. до н. э., о чем свидетельствует изображение жонглирующего мячом юноши на древнегреческой амфоре, хранящейся в музее в Афинах. Примерно в 5 в. эта игра исчезла вместе с римской империей, но память о ней осталась у европейцев, и особенно в Италии. Средневековье футбол в Англии носил чрезвычайно азартный и грубый характер, и сама игра представляла собой, в сущности, дикую свалку на улицах. Англичане и шотландцы играли не на жизнь, а на смерть. Неудивительно, что власти вели упорную войну с футболом; выпущены были даже королевские приказы о запрещении игры. 13 апреля 1314 жителям Лондона был зачитан королевский указ Эдуарда II, под страхом тюремного заключения запрещающий игру в городе... В 1365 настал черед Эдуарда III запретить футбол, ввиду того, что войска предпочитали эту игру совершенствованию в стрельбе из лука. Ричард II в своем запрете упомянул в 1389 и футбол, и кости, и теннис. Футбол не нравился и следующим английским монархам — от Генриха IV до Якова П.

Она была образована в 1863, были разработаны и первые в мире официальные правила игры, получившие спустя несколько десятилетий всеобщее признание. Три из тринадцати параграфов этих правил указывали на запрещение игры руками в различных ситуациях. Только в 1871 голкиперу было разрешено играть руками. Правила строго определяли размер поля (200x100 ярдов, или 180x90 м) и вор от (8 ярдов, или 7 м32 см, остались неизменными). До конца 19 в. Английская футбольная ассоциация ввела еще ряд изменений: был определен размер мяча (1871); введен угловой уд ар (1872); с 1878 судья стал пользоваться свистком; с 1891 на воротах появилась сетка и стал пробиваться 11-метровый штрафной удар (пенальти). В 1875 веревку, соединяющую шесты заменила перекладина на высоте 2,44 м от земли. А сетки для ворот были применены и запатентованы англичанином Броди из Ливерпуля в 1890. Судья на футбольном поле впервые появился в 1880-1881 гг. С 1891 судья стали выходить на поле с двумя помощниками. Изменения и совершенствования правил, безусловно, влияли на тактику и технику игры. С 1873 берет свое начало история международных встреч по футболу И началась она матчем сборных команд Англии и Шотландии, который закончился вничью со счетом 0:0. С 1884 на Британских островах начали разыгрываться первые официальные международные турниры с участием футболистов Англии, Шотландии, Уэльса и Ирландии (такие турниры проводятся ежегодно и сейчас). В конце 19 в. футбол начал быстро завоевывать популярность в Европе и Латинской Америке. В 1904 по инициативе Бельгии, Дании, Нидерландов и Швейцарии была создана Международная федерация футбольных ассоциаций (ФИФА).

*Игра в мяч у древних народов.*

Ритуальные игры с мячом некогда были распространены на всех континентах. Древние кожаные мячи были найдены при раскопках в Египте и Греции.

В зависимости от ритуала мяч мог символизировать и Солнце, и Луну, и Землю, и даже северное сияние.

 В Австралии их делали из шкур сумчатых крыс, мочевых пузырей крупных животных, из скрученных волос.

У китайцев была известна игра цуцзю, («Толкать ногой») которая входила в обязательную программу физической подготовки солдат, упоминания о которой относятся к II веку до н. э., федерация ФИФА в 2004 году признала, что китайский вариант футбола - самый древний.

У индейцев лакота (сиу) игра в мяч называлась Тапа Банка Яп («Бросание мяча»). Она появилась благодаря видению вождя Уаскн Мани (Идущий в Движении). Изначально эта игра была направлена на обеспечение процветания племени. Обряд требовал длительной подготовки, в течение которой сооружался алтарь, символизирующий центр Земли.

У эскимосов игра в мяч называется тунгатгак. Она проводится с наступлением первых морозов. Вначале игроки разбиваются на две команды. Цель игры — не допустить, чтобы команда противника завладела мячом. Поединок, как правило, прекращается только поздно вечером, по соглашению сторон.

*История баскетбола.*

Игра, похожая на баскетбол, известна у индейцев Центральной Америки майя и ацтеков. Мяч делался из литого каучука, его надо было забросить в кольцо. Родиной современного баскетбола принято считать Соединённые штаты Америки. Игра была придумана в декабре в 1891 году в учебном центре Христианской молодёжной ассоциации в Спрингфилде, штат Массачусетс.Ч тобы оживить уроки по гимнастике, молодой преподаватель, доктор Джеймс Нейсмит, родившийся в 1861 году в городке Рэмсей близ Элмонта, штат Онтарио, Канада, придумал новую игру. Он прикрепил к перилам балкона две фруктовые корзины без дна, в которые нужно было забрасывать футбольный мяч (отсюда название basket корзина, ball мяч).

Концепция баскетбола у него зародилась, ещё в школьные годы, во время игры в duck-on-a-rock.

Смысл этой популярной, в то время игры заключался в следующем: подбрасывая один, не большой камень, необходимо было поразить им вершину другого камня, большего по размеру. Уже, будучи преподавателем физкультуры, профессором колледжа в Спрингфилде, Д.Нейсмит столкнулся с проблемой создания игры для зимы штата Массачусетс, периода между соревнованиями по бейсболу и футболу. Нейсмит полагал, что в связи с погодой этого времени года, лучшим решением будет изобрести игру для закрытых помещений. Через год Д. Нейсмит меньше чем за час, сидя за столом в своём офисе разработал первые пункты баскетбольных правил.:

С течением времени баскетбол изменялся. На пике развития игры, Нейсмит был принят в Зал Баскетбольной Славы, несмотря на то, что он уже был назван в его честь. Баскетбол, начиная с Джеймса Нейсмита, прошел длинный путь. И сегодня является одним из наиболее популярных спортивных состязаний в мире, чего не было бы возможно без Доктора Джеймса Нейсмита, основателя этой великолепной игры.

*История игры в волейбол.*

Волейбол появился в США. Его придумал 1895 году руководитель физического воспитания в союзе молодых христиан – Вильям Морган. Он предложил перебрасывать мяч через теннисную сетку, расположенную на высоте около 2 метров.

Первое название волейбола – минтонет, позднее его переименовали в летящий мяч. Настоящее название игре дал доктор Альфред Хольстец – преподаватель Спрингфильдского колледжа.

Волейбол впервые появился на публике в 1986 году, еще через год были обнародованы первые правила игры, они состояли всего из десяти пунктов.

Игра быстро распространялась по миру, многочисленные торговые и политические связи США этому способствовали.

Уже в 1900 году волейбол узнали в Канаде, в 1906 году на Кубе, Пуэрто-Рико, Перу, Бразилии, Уругвае, Мексике. К 1913 году летающий мяч долетел до Азии, там состоялся турнир на Паназиатских играх, в нем участвовали: Япония, Китай, Филиппины. А уже в 1914 году волейбол появился в Европе, точнее в Великобритании, потом в 1917 он уже во Франции. В 20-х годах игра начинает развиваться в Восточной Европе – в Польше, Чехословакии и СССР. В это время начинают проводиться официальные первенства стран Европейского континента.

В апреле 1947 года в Париже на первом конгрессе по волейболу было принято решение о создании Международной федерации волейбола (ФИБВ).

Спорт - это то, где можно получить травму. Шахматы (наряду с бильярдом, один из самых древних видов спорта) начали считаться спортом с тех пор, как разгневанный проигравший ударил противника по голове доской и тот получил сотрясение.

*История шахмат.*

Родина шахмат – Индия. Время возникновения – первые века нашей эры. Существует древняя легенда, которая приписывает создание шахмат некоему брамину. За свое изобретение он попросил у раджи (тот был в восторге от новой игры) незначительную, на первый взгляд, награду: столько пшеничных зерен, сколько покажет шахматная доска, если на первую клетку положить одно зерно, а потом количество зерен удваивать. Количество, которое показала шахматная доска, не смогли бы найти на всей планете.

Из Индии шахматы проникли в страны Ближнего Востока.

Из Испании и Сицилии шахматы постепенно проникли в Италию, Францию, Англию, скандинавские и другие страны, несмотря на жесточайшие гонения церкви, запрещавшие шахматы наравне с игрой “в кости” и другими “бесовскими наваждениями”.

Первое упоминание о шахматах на Руси относится ко второй половине XIII века. Археологические находки, датируемые XI-XV веками, говорят о том, что в нашей стране знали и любили шахматы издавна и повсеместно. Раскопки в Новгороде показывают, что в шахматы играли бояре и холопы, купцы, ремесленники и даже служители культа. В XIX и XX веках продолжает развиваться шахматная теория. Шахматы давно уже стали одним из видов спорта. Но это не мешает миллионам людей играть в шахматы просто так, находя радость в игре.

*История игры в бильярд.*

Бильярд - игра древняя, при этом весьма неординарная, увлекательная и глубокая. Невозможно точно установить время происхождения игры. Поэтому неудивительно, что вокруг него возникает немало легенд, мифов и споров. Одним из основных бильярдных споров, продолжающихся не один десяток лет, стал спор о том, в какой же стране возник бильярд. Китай. Однако в европейских странах задолго до появления бильярда, уже существовали игры, которые можно назвать прототипами бильярда.

Возникновение бильярда правильно бы было отнести к тому историческому периоду, когда шары стали перемещать при помощи приспособлений, похожих на кий, на плоской поверхности, приподнятой над полом или землей. Первый официальный источник о бильярде в Европе зафиксирован в приказе короля Франции (1461-1483) Людовика XI, который однажды велел установить в своих апартаментах бильярдный стол. Через столетие, французский король Карл IX , играя на бильярде в печально знаменитую Варфоломеевскую ночь 24 августа 1572г., отложил свой кий и, взяв аркебузу, начал стрелять прямо из окон дворца по бежавшим гугенотам.

 В 1870 году бильярд был признан самостоятельным видом спорта. Это событие произошло благодаря проведенному матчу на звания чемпиона мира по бильярду.

Игра происходила в Сан-Франциско, и ее участниками стали Джон Дири и Сирил Дайон. Джон Дири стал первым чемпионом мира по бильярду. С тех пор, развитие бильярда, как спорта, продвигалось семимильными шагами. Сегодня мы можем наблюдать множество виртуозов бильярда на самых разнообразных турнирах.

*История игры в хоккей.*

Сам термин – «хоккей» образовался от английского «hockey», либо от старофранцузского «hoquet», означающий «пастуший посох с крюком».

Хоккей - это спортивная командная игра с клюшками и шайбой (или мячом), содержание и цель которой — используя индивидуальное ведение и передачи мяча партнёром, забить его наибольшее число раз в ворота соперника.

Современный хоккей с шайбой как спортивная игра возник в Канаде. Это страна, климат и природа которой (многочисленные водоемы, замерзающие зимой, и длительные зимы) создавали хорошие условия для распространения этой игры. Сначала играли не шайбой, а тяжелым мячом и по численности команды доходили до 50 и более игроков с каждой стороны.

В 1870-е гг. хоккей с шайбой в Канаде являлся обязательной игрой для всех спортивных праздников. Первые хоккейные правила были сформулированы студентами университета Мак-Гилла в Монреале. Классические хоккейные ворота в то время еще не были изобретены, их роль выполняли две стойки, которые отмечали пространство, в которое должна попасть шайба при ударе по воротам.

В 1899 году в Монреале был построен первый в мире крытый стадион для игры в хоккей с искусственной ледовой площадкой, рассчитанный на небывалое число зрителей - 10 000 человек. В этом же году была основана Канадская любительская хоккейная лига.

**История возникновения и развития легкой атлетики.**

Еще в глубокой древности человеку было необходимо уметь быстро бегать, ловко преодолевать различные препятствия, метать разного рода снаряды. От умения человека догнать и метко поразить добычу, от способности быть стойким и закаленным в борьбе с таинственными силами природы зависела его охотничья удача, а значит — и жизнь.

Легкая атлетика – один из самых популярных видов спорта, если не сказать больше. Ведь в широких кругах любителей спорта она носит титул – Королева спорта. Легкая атлетика один из древнейших видов спорта. 2800 лет - вот возраст легкой атлетики (если брать во внимание I Олимпийские игры 776г.до н.э.).

Рождение современной легкой атлетики относят к концу 18 - началу 19 веков на британских островах. Бег проходил на больших дорогах между городами или на ипподромах (1770г. - часовой бег, результат победителя 17300м; 1803г. - Джон Тодд пробежал от Гайд-парка до Оксбриджа Роя за 4.10,0 (расстояние чуть менее мили); 1789г. - прыжок с шестом 1,83м; 1792г. - бег на 1 милю (1609,3м) с результатом 5.52,0; 1827г. - прыжок в высоту с разбега (157,5см); 1838г. - метание молота (19,71м); 1839г. - толкание ядра (8,61м)).

Конкретная дата рождения современной легкой атлетики принято считать 1837г. - соревнования между учащимися колледжа Регби в Великобритании на дистанции около 2км.

В 30-е гг. в СССР начали создаваться научно-методические основы современной системы подготовки легкоатлетов. С введением в 1931 комплекса «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО) легкая атлетика стала одним из наиболее массовых видов спорта.

В 1968 основана Европейская ассоциация легкой атлетики.— ЕАА, объединяющая 35 национальных федераций, в т. ч. СССР (1972), в конце 60 - начале 70-х гг. организованы федерации легкой атлетики Азии, Африки, латиноамериканских стран, Новой Зеландии и Океании.

**Заключение**

Итак, я рассмотрела тему «Основные виды спортивных игр». Судя по всему выше сказанному можно сделать вывод, что с давних времен хорошо известен универсальный и абсолютно надежный способ укрепления здоровья и увеличения долголетия — спорт, способ, требующий не дорогостоящих лекарственных препаратов и технических приспособлений, а только воли и некоторых усилий над собой.

Спортивные игры и физкультурные занятия являются неотъемлемыми элементами физической культуры, целью которой является развитие тела, моторики, совершенствования физических качеств, навыков и умений.

Разнообразие спортивных игр обусловливает значительную сложность определения. На наш взгляд, спортивная игра - это добровольная деятельность, проходящая по определенным правилам и характеризующаяся азартом, в которой эмоциональная сторона доминирует над утилитарно- практической и которая приносит удовлетворение и радость не только от результата, но и от самого процесса как непосредственным участникам игры, так ее наблюдателям (зрителям, болельщикам). Мы не можем, определяя спортивную игру, совершенно отвлечься от утилитарно-практической стороны, особенно применительно к профессиональному спорту. Впрочем, даже в самой, казалось бы, далекой от какого-либо профессионализма игровой деятельности, например, в детских прятках, уже присутствует стремление к результату - победе, успеху - достижение которого сопровождается дополнительной радостью, а неудача - огорчением, не перекрывающим, однако, эмоциональной положительной приподнятости и удовлетворения от самого процесса игры.

Тем не менее, именно спортивная игра облагораживает участников, способствует укреплению коллективистских начал, особенно в командных спортивных играх, учит рыцарственности и благородству.

Трудно переоценить роль спортивной игры в физическом развитии ее участников, в обеспечении здорового и активного образа жизни, хотя в современном большом профессиональном спорте не обходится без издержек, когда нагрузки отдельных спортсменов выходят за пределы допустимого, что может привести к подрыву здоровья и даже к гибели спортсмена в процессе тренировки или соревнования. Наконец, развитие спортивных игр реализует задачу формирования патриотических начал. С одной стороны, этому способствует возрождение народных (фольклорных) игр, каковой, к примеру, является русская лапта, переживающая сегодня второе свое рождение и даже выходящая на международный уровень, приобретая международный характер. С другой стороны, международные соревнования по спортивным играм проходят под флагами государств, предполагают исполнение государственных гимнов, как перед началом игры, так в процедуре награждения победителей, вызывают сопереживание и соответственно всплеск патриотических настроений болельщиков (человечество еще не созрело до космополитических воззрений, актуальность патриотизма рано отменять). Здоровые проявления национального самосознания ничего общего с шовинизмом не имеют, национальная гордость вовсе не предполагает пренебрежение другими культурами и этносами. К тому же россиянам и особенно государствообразующему - русскому - этносу комплекс неполноценности еще предстоит преодолеть, чему в немалой степени способствует успех россиян в спортивных играх на поприще большого спорта.

Остается надеяться, что спортивная игра будет занимать все более достойное место в игровой деятельности современного человека, а данная тенденция обязывает к пристальному вниманию и исследованию спортивной игры как социокультурному феномену.

**Библиографический список**

1. «Всё обо всем»- популярная энциклопедия для детей-1994г.

2. Кузин В.В., Палиевский С.А., Баскетбол. Начальный этап обучение. Физкультура и спорт- 1999.

3. Курамшин «Теория и методика физической культуры»

4. Кун «Всеобщая история физической культуры и спорта»- 1987.

5. Основы волейбола О.Чехов. Физкультура и спорт, 1979

6. Столбов В.В. История физической культуры и спорта- 1975.

7. Физкультура и спорт. Малая энциклопедия – М.: «Радуга», 1982