# История зарождения олимпийского движения в Древней Греции

Истоки олимпийского движения берут свое начало в Древней Греции, где физическое воспитание пользовалось большим уважением и ценилось. Изначально Олимпийские игры проводились в честь древнегреческих богов. В Древней Греции физическое воспитание рассматривалось как способ физического и нравственного развития личности, при этом особое внимание уделялось соревновательным элементам спортивных состязаний.

Древние греки считали, что физические упражнения и спортивные состязания воспитывают в участниках мужество, силу и патриотизм. Поэтому они создавали атлетические состязания для проверки силы и мастерства участников. Самым известным состязанием стали древние Олимпийские игры, которые проводились раз в четыре года в Олимпии в честь Зевса — царя богов. Первые Олимпийские игры состоялись в 776 году до нашей эры.

Для участия в них спортсмены должны были быть свободны от физических недостатков или инвалидности, то есть участвовать могли только не рабы, так как рабство в то время было легальным. Женщины также не допускались к участию, так как считалось, что они не способны выдержать такие тяжелые упражнения, несмотря на их высокий социальный статус в обществе по сравнению с мужчинами той эпохи.

Первоначально игры состояли в основном из беговых состязаний, таких как спринт или бег на дистанции 400 или 2200 м, борьбы без весовых категорий и правил безопасности для участников спортивных единоборств (бокс), скачек на колесницах (лошади) и пятиборья (пять отдельных дисциплин: бокс, метание копья, метание диска, прыжки в длину, бег на стадионе). Кроме этих видов состязаний, к 648 г. до н. э. добавились конные соревнования, такие как скачки, когда, как говорят, на «Олимпийском стадионе» были введены все перечисленные выше состязания.

Со временем появились и другие дисциплины, например.: гребля на выносливость, в которой участвовали гребцы, преодолевающие водоемы с помощью весел; панкратион, который представлял собой смесь бокса и борьбы без каких-либо правил и ограничений, но оставался в основном дисциплиной, которой занимались военнослужащие из-за ее боевого характера, а не спортивного духа, плюс дополнительные командные упражнения, такие как игра в мяч «халтея», в которой две команды, разделенные на атакующих и защищающихся игроков, соответственно, использовали руки, ноги или даже палки, стараясь не быть пойманными соперниками при передаче надутого пузыря.Другие популярные у греков игры назывались «Симпозиум Долихоса» и «Панкратий», где участникам давалось 90 минут на преодоление беговой дистанции, часто в тяжелых доспехах, иногда имитирующих мифические сказания о героях, например, о тех, с кем сражался сам Геракл, что усиливало воспитательное воздействие атлетики, связанное с развитием характера, политическим импринтингом и т. д.