Физкультура и спорт в жизни русских писателей

Богатырь науки и искусства

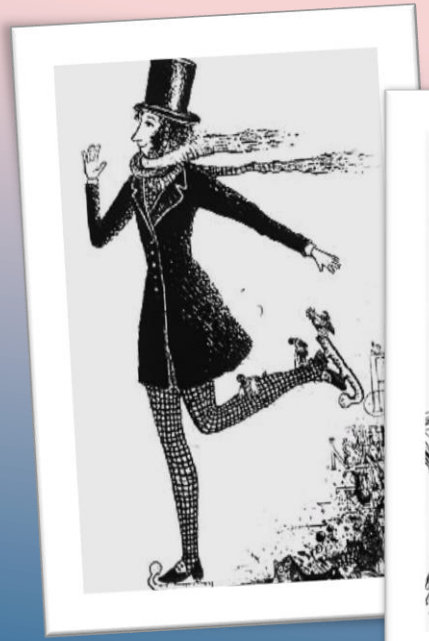
1711-1765

Спорт и физическая культура занимали большое место в жизни М.В. Ломоносова. Климат и условия жизни закаляли его с детства. В 19 лет он выжимал 50 раз рукой пудовую гирю. По тем временам, это был прекрасный результат. Весовые гири сопровождали его всю жизнь. Ломоносов занимался верховой ездой, фехтованием, стрельбой, борьбой на руках. Умеренность в еде и физические упражнения обеспечивали М. В. Ломоносову фантастическую работоспособность.

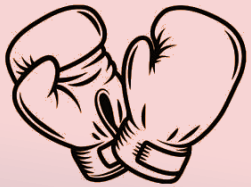
Он выработал рекомендации по здоровому образу жизни нации, первым в истории выступил ЗА ВОЗОБНОВЛЕНИЕ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР.

«Скользить по зеркалу стоячих ровных рек…»

**А. С. Пушкин любил верховую езду,
много ходил пешком, обливался холодной водой,
зимой катался на коньках.
Был он мускулистый и гибкий –
этому способствовала гимнастика.**



Гимнастика, пешие прогулки и физическая работа в саду были для Пушкина потребностью. Они приносили ему душевную ясность и успокоение, настраивали на поэтический лад.



Александр Сергеевич отлично стрелял из пистолета, в совершенстве владел искусством фехтования, играл в шахматы, занимался боксом и плаванием, которые тогда только начинали входить в моду.

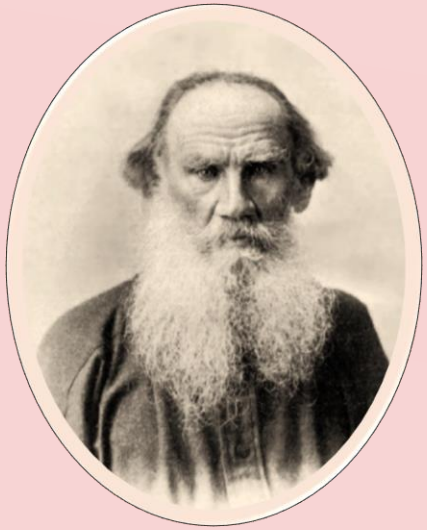
Сильный поэт М.Ю. Лермонтов

Лермонтов знал толк в русском кулачном бое, что послужило темой для «Песни про купца Калашникова», в которой он блестяще показал кулачные бои на льду Москвы-реки.

Лермонтов имел большую силу в руках, в минуты досуга мог гнуть шомпола (специальное приспособление из стали для прочистки ружья, диаметр которого составлял примерно 5 мм) и вязать из них узлы, играть в шахматы под черкесскими пулями.

Он в совершенстве владел мастерством верховой езды.
На Кавказе он освоил джигитовку: с легкостью исполнял на лошадях различные акробатические трюки.

«Счастлив тот, кто счастлив у себя дома»



Л. Н. ТОЛСТОЙ
(1829-1910)

Семейство Толстых за игрой в теннис

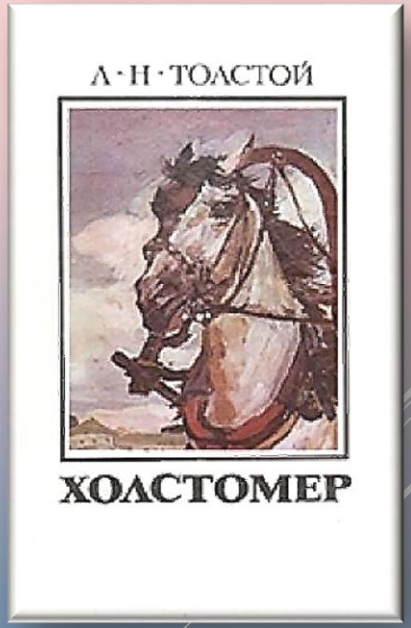
Лев Толстой играет в городки

Л. Н. Толстой удивил своих современников и членов семьи, когда в 67 лет начал ездить на велосипеде.
Он стал одним из первых велосипедистов Российской Империи.
Московское общество велосипедистов преподнесло писателю в качестве подарка велосипед английской фирмы Rover.
Он быстро его освоил и вскоре совершал длительные поездки из Тулы в Ясную Поляну.

Толстой стал лицом новой спортивной моды: любители велосипедного спорта с восторгом принимали увлечение писателя.

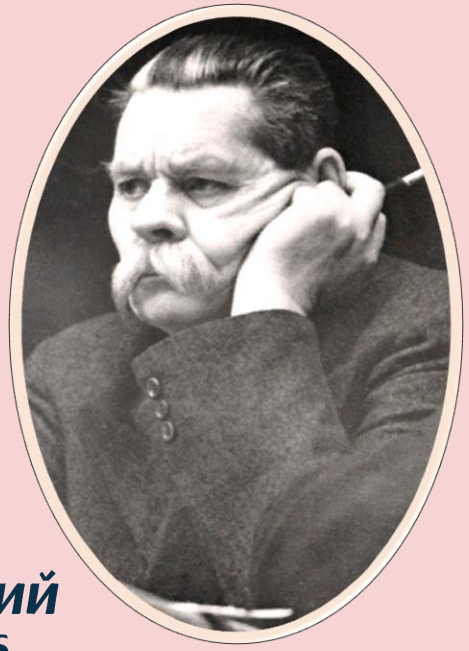
Лев Толстой на коньках

Одним из любимых видов спорта Льва Николаевича была верховая езда. Конные прогулки он совершал каждый день перед обедом, невзирая на погоду и самочувствие. Это увлечение началось ещё в детстве и продлилось до последнего года жизни.
Лошади часто становились героями его произведений, например, повесть «Холстомер».



Волжский богатырь

Максим Горький слыл богатырём, он всегда был в хорошей физической форме, занимался жонглированием гирями. Любил играть в городки вместе со своим другом Фёдором Шаляпиным. Друзья увлекались плаваньем и греблей.



М.А. ГОРЬКИЙ
1968-1936

А. М. Горький, Ф. И. Шаляпин на лодке.
Форос, июнь 1916 г.

«Знаю, знаю — снова лыжи...»

А. Ахматова с удовольствием каталась по замёрзшей Фонтанке на лыжах.

А в гимнастике ей не было равных, она обладала необыкновенной гибкостью и на импровизированных вечерах выступала как женщина–змея. После этого для полного эффекта зрителям читалось стихотворение «Змея».

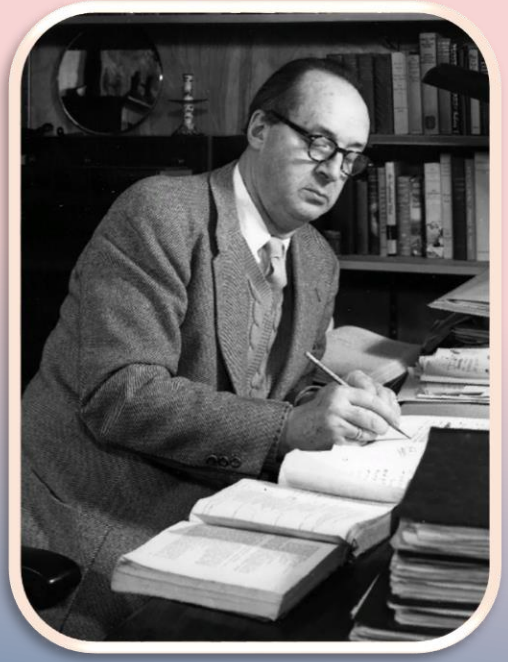
АННА АХМАТОВА
1889 - 1966

Анна Ахматова. Акробатический этюд.

«…лёгких мячей перезвон»

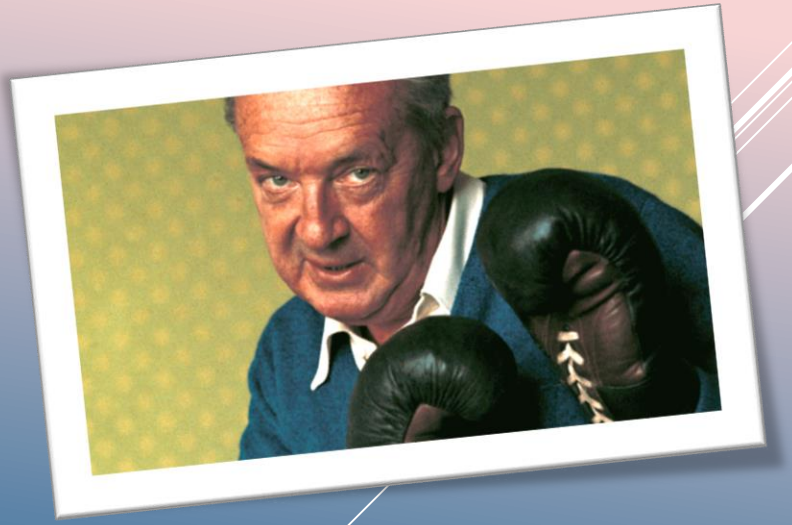
Для писателя Владимира Набокова спорт был не только развлечение, но и заработком в безденежные времена. В 1920-е годы за рубежом он преподавал бокс и игру в теннис детям богатых родителей.

В.Набоков относился к спорту творчески: на одном из литературных вечеров он выступил с докладом на тему «Красота спорта и особенности искусства бокса».



В.В. НАБОКОВ
1899 - 1977

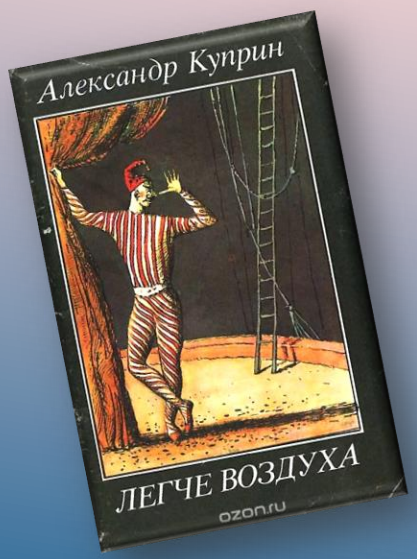
Он обожал футбол и много лет был вратарём в одной из русских команд Берлина.



«...мускулистый приятный силач»

А. И. КУПРИН
1980-1938

А. И. Куприн увлекался классической борьбой. Он выступал в цирке в лёгком весе, а в 1899 году организовал первый в Киеве бойцовский клуб. Там он познакомился и подружился с Иваном Поддубным, которому посоветовал бороться не на поясах, а заниматься классической борьбой, которая И. Поддубного и прославила.



«Ах, эта музыка и лёд…»

Во дворе дома сестер Цветаевых, Анастасии и Марины, каждую зиму сооружался собственный небольшой каток. Девушки посещали и другие популярные в Москве места для катания, например, каток на Патриарших прудах.

МАРИНА ЦВЕТАЕВА
1892-1941

В первой книге Марины Цветаевой «Вечерний альбом» зимнему катанию Посвящено несколько стихотворений: «Конькобежцы», «Каток растаял».

Классики о физкультуре и спорте

«Кто малого не может, тому и великое не под силу». М. В. Ломоносов

«Физическим воспитанием можно укрепить тело, а с ним и дух». А. И. Радищев

«Что ж надобно? – Движенье, господа!». А. С. Пушкин

«Друзья мои! Возьмите посох свой, идите в лес, бродите по долине.
И в долгу ночь глубок ваш будет сон». А. С. Пушкин

«Надо непременно встряхивать себя физически,
чтобы быть здоровым нравственно». Л. Н. Толстой

«Физическая работа важна тем. что она мешает уму
праздно и бесцельно работать». Л. Н. Толстой

«Спорт формирует культуру оптимизма, культуру бодрости».
А. В. Луначарский

«Важнейшим условием, повышающим работу памяти, является здоровое состояние нервов, для чего необходимы физические упражнения».
К. Д. Ушинский

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
«Централизованная система общедоступных библиотек» города Брянска

БИБЛИОТЕКА № 14

При подготовке презентации использованы:

книги:

Живые страницы: русские классики в воспоминаниях, письмах, дневниках.- М.: Дет. лит.,1970.- 542 с.

Чаша мудрости: афоризмы, изречения, высказывания отечественных и зарубежных авторов.- М.: Дет. лит,1978.- 511 с.

картинки из свободного доступа в Интернете.

МАТЕРИАЛ ПОДГОТОВИЛА Н. М. МУРЗЕНКОВА

Брянск, 2018