

### 3. Vznik a vývoj tělesných cvičení

- doba civilizované společnosti
- biologické zákony
- udržování živočišného druhu
- sebeuvědomění
- 

Úroveň života byla závislá především na schopnostech, které můžeme charakterizovat jako

„obratnost“, „vytrvalost“, „sílu“ či „rychlost“.

- rozvoj abstraktního myšlení
- existence duševní kultury

obřady

tanec

pud individuálního a skupinového přežití

vytváření prvních systémů tělesné kultury

cíle rekreační, resp. regenerační (nesoutěžní charakter).

soutěž (počátky sportu)

#### Regionální pohled

**Střední Asie** (střelba z luku, jízda na koni, bojové hry, lov ...)

**Egypt** (střelba z luku, běh, skok, plavání, zápas, šerm holemi, bojové hry, akrobacie, tanec, jízda na koni ...)

**Indie** (akrobacie, tanec, cvičení a meditace – základ jógy, plavání, házení, cvičení s pomůckami ...)

**Čína** (bojové hry, jízda na koni, lukostřelba, vzpírání železnou tyčí, hry s míčem, léčebná a zdravotní gymnastika, meditace)

**Japonsko** (bojové hry, samurajské hry, zápas ...)

#### řecká kultura

**Sparta**

**Athény**

**Římská říše**

středověk

humanismus, renesance

nové systémy tělesné kultury

**švédský, francouzský, turnérský (německý), novorakouský, sportovní (anglický), sokolský.**

Funkce TK v novověku

- zdravotní
- přípravná
- ekonomická
- výchovná a vzdělávací
- zábavná
- politická