

## ПЕТАНК, КАК НОВАЯ ФОРМА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ

*Смольский С.М., Сони́на Н.В.*

*Белорусский государственный аграрный технический университет,  
Минск, Республика Беларусь*

***Аннотация.** Игры, похожие на петанк, существовали ещё в Древней Греции и Древнем Риме. В различных формах, под разными названиями он существует в различных странах Средиземноморья и в Великобритании. Современный петанк появился в 1907 году. Существует и Белорусская федерация петанка. С 2015 года петанк стал завоевывать популярность в Белорусском государственном аграрном техническом университете. Проходят ежегодные соревнования по петанку как среди студентов, так и среди работников университета. Петанк можно в полной мере назвать новой формой оздоровительной физической культуры студентов.*

***Ключевые слова:** петанк, игра, физическая культура, здоровый образ жизни, студенческая молодежь.*

Петанк (фр. pétanque от прованс. pèd tanco – дословно «ноги – колья», поскольку при броске игрок не должен отрывать пятки от земли, пока шар не коснется земли, то есть ноги уподобляются врытым в землю кольям) – провансальский национальный вид спорта, бросание шаров.

Цель игры состоит в том, что игроки двух команд на площадке размером 15 на 4 м по очереди бросают металлические шары, стараясь как можно ближе положить свой шар рядом с маленьким деревянным шаром – кошонетом (фр. cochonnet – поросенок). При этом металлический шар может задеть кошонет, или сбить шар соперника, чтобы оттолкнуть его. Главное, чтобы в конце игры один или несколько шаров команды оказались ближе к кошонету, чем шары соперника. За каждый такой шар начисляется одно очко. Игра продолжается до 13 очков (кубок мира – 15).

Правила игры в петанк в чём-то имеют сходство с кёрлингом.

Играть в петанк можно на любой площадке: песчаной, грунтовой, гравийной и т. д.

Размеры и вес шаров: кошонет – 30 мм, металлические – 70,5-80,0 мм, вес – 650-800 грамм.

Состав команд: по 1 человеку (тет-а-тет), по 2 (дуплет) или по 3 человека (триплет) в каждой. Возрастных ограничений нет.

Родиной петанка считается французская провинция Прованс, однако подобные игры существовали ещё в Древней Греции и Древнем Риме. В Элладе обычно использовали круглые камни и упражнялись в дальности броска, а римляне бросали окованные железом деревянные шары на точность попадания.

После падения Римской империи эта игра была забыта и возродилась в средние века под названием фр. «bouleurs». Она стала настолько популярна, что

в XIV веке был введён запрет на эту игру, чтобы подданные занимались более полезными упражнениями: фехтованием или стрельбой из лука.

О популярности игры в средневековой Франции свидетельствует следующий интересный факт. В 1792 году в Марселе при игре в шары погибло 38 человек. Дело в том, что на территории монастыря, где проходила игра, размещался пороховой склад, а в качестве шаров игроки использовали пушечные ядра. По одной из версий во время игры ядро высекло из каменного пола искру и вспыхнули частички пороха, по другой – одно из ядер оказалось пороховой гранатой.

Несмотря на запреты, игра дожила до наших дней. В различных формах, под разными названиями она существует в различных странах Средиземноморья и в Великобритании. В том виде, в котором он известен в наши дни, петанк появился в 1907 году и его создателем считается некий Жюль Ленуар, жившим в портовом городке Ла-Сьота. Этот любитель игры изменил правила петанка. Бросать шары стало можно только стоя на месте, а не делая три шага, как это было раньше. Такие изменения многим пришлось по вкусу и уже в 1910 году в Ла-Сьоте состоялись первые соревнования по петанку.

В 1958 году в Марселе была создана Международная Федерация Петанка, а уже год спустя были проведены первые международные соревнования.

Международная федерация петанка уже много лет пытается достучаться до общественности, чтобы получить поддержку и выступить с предложением о включении игры в программу Олимпийских игр. При этом регулярно проводятся чемпионаты Мира и Европы по петанку. Сегодня он распространен более чем в 50 странах. В Республике Беларусь также есть национальная федерация петанка [1].

Можно выделить несколько аспектов успешного развития этой спортивной игры среди студенческой молодежи: социальный, экономический, психологический и физический.

Игра объединяет. Каждый сможет стать мастером спорта, найти близких по духу людей, решить проблему досуга. Появляются семейные команды.

В петанке добиваются результата игроки с 15-ти минутным стажем. Это не требует специальной физической подготовки, дополнительных тренировок и больших затрат, подходят любые площадки, кроме травы и асфальта.

Считается, что к петанку тяготеют только доброжелательные, остроумные, славные люди. У петанк-клуба, благодаря этому, появляется возможность возрождения клубности в истинном понимании этого слова: содружество очень разных людей, имеющее общие интересы и бескорыстно стремящееся к единой цели (социальный статус, доход, возраст, пол и физические недостатки не играют роли).

При кажущейся легкости петанкист получает приличную физическую нагрузку. За одну партию, длящуюся примерно час (плюс-минус 20 минут),

игрок выбрасывает на расстояние от 6 до 13 метров до 75 шаров весом около 700 грамм каждый (прим. 45,5 кг.), до шаров ведь надо еще дойти (до 2,5 км.), а затем 75 раз наклониться или присесть, чтобы их взять.

Данная игра включает: командную стратегию и тактику, технику и психологический настрой. Она не знает ограничений по возрасту и физической подготовке, полезна для здоровья, объединяет и заряжает позитивом. Для того чтобы в нее играть, не требуется дорогостоящего инвентаря и экипировки. Играть можно в городском сквере, парке и на даче, в доме отдыха и на школьном дворе. Правила игры элементарны, не способных к ней людей не существует, а азарт в процессе возникает такой, что сложно остановиться [2].

С 2015 года петанк стал завоевывать популярность в Белорусском государственном аграрном техническом университете. Кафедрой физического воспитания и спорта было принято решение включить игру «петанк» в учебный процесс дисциплины «Физическая культура». Занятия проводятся как с основным учебным отделением, так и со специальным. Студенты проявили не поддельный интерес к данной игре, изначально проводимой на футбольном стадионе университета.

25 мая 2017 года в рамках ежегодного спортивно-культурного праздника состоялось официальное открытие созданной силами университета площадки для игры в «петанк». Были проведены товарищеские встречи между сборными командами Белорусского государственного аграрного технического университета, Казахстана и Туркмении.

18-19 октября 2017 года прошли ежегодные соревнования по петанку среди профессорско-преподавательского состава и работников университета. В состязаниях участвовало 6 команд.

На протяжении нескольких лет студенты Белорусского государственного аграрного технического университета играют, изучают технику броска, разрабатывают стратегию, создают команды для участия в соревнованиях как на занятиях по физической культуре, так и в свободное время. Все это положительно сказывается на образе жизни студенческой молодежи и отношении к дисциплине «Физическая культура».

На основании вышесказанного, игру «петанк» можно в полной мере назвать новой формой оздоровительной физической культуры студентов.

#### Литература

1. Смольский, С. М., Сони́на, Н.В. Игра «Петанк» как средство формирования здорового образа жизни в студенческой среде / С. М. Смольский, Н. В. Сони́на // Матер. XI межд. науч.-практ. конф. Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды, 8–9 окт. 2015 г.: в 3 ч.: / редкол: О. М. Демиденко [и др.]. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2015. - Ч. 1. – С. 183-187.