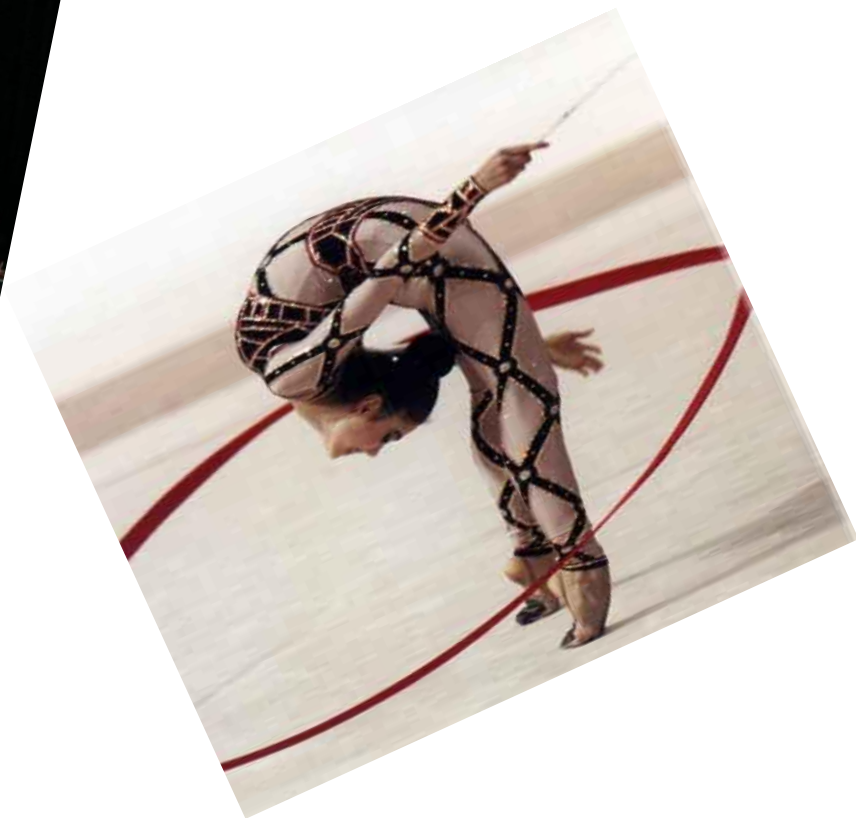


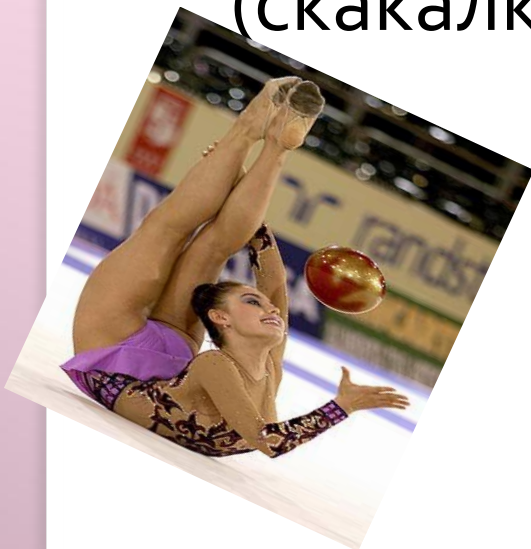
# Художественная гимнастика



*Учитель физической  
культуры  
МОУ СОШ №36  
Г.Калининграда  
Ульданова  
Наталья Владимировна*

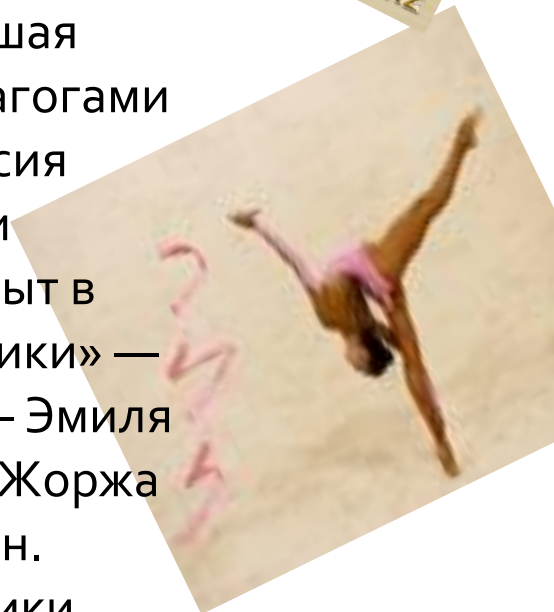
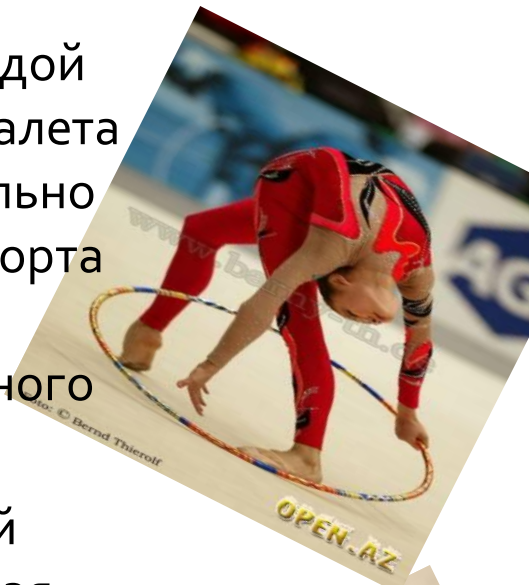


- **Художественная гимнастика** — вид спорта, выполнение под музыку различных гимнастических и танцевальных упражнений без предмета, а также с предметом (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента).



# История

- Художественная гимнастика — сравнительно молодой вид спорта; своим появлением он обязан мэтрам балета прославленного Марлинского театра. За сравнительно небольшой срок своего существования этот вид спорта завоевал мировую признательность и имеет многочисленных поклонников во всех уголках земного шара.
- В 1913 году в Ленинградском институте физической культуры имени П. Ф. Лесгафта была открыта высшая школа художественного движения. Первыми педагогами ее стали Роза Варшавская, Елена Горлова, Анастасия Невинская, Александра Семенова-Найпак. Все эти преподаватели до прихода в ВШХГ имели свой опыт в работе по преподаванию : «эстетической гимнастики» — Франсуа Дельсарта, «ритмической гимнастики» — Эмиля Жака дель-Кроза, «танцевальной гимнастики» — Жоржа Демини и «свободного танца» — Айседоры Дункан. Слияние воедино всех этих направлений гимнастики способствовало появлению этого изящного вида спорта.

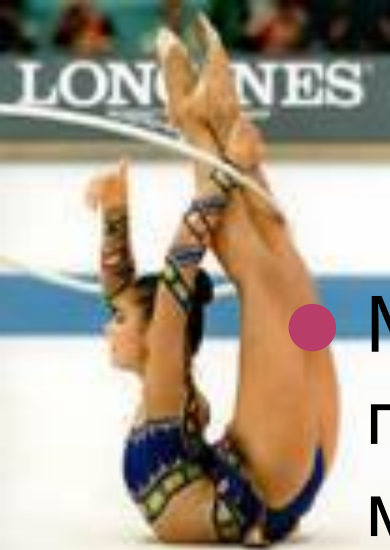




# Олимпийская история

- 1980 — стал для художественной гимнастики поворотным, после завершения Олимпийских игр в Москве, на конгрессе МОК было принято решение о включении этого вида спорта в программу Олимпийских игр. Олимпийская же история художественной гимнастики начинается в 1984 году когда первое Олимпийское золото завоевала в Лос-Анджелесе канадка Лори Фанг.
- Спустя четыре года олимпийской чемпионкой в Сеуле стала Марина Лобач, Александра Тимошенко одержала победу в Барселоне, в Атланте — Екатерина Серебрянская, в Сиднее — Юлия Барсукова, в Афинах — Алина Кабаева, в Пекине — Евгения Канаева. Начиная с Олимпийских Игр в Атланте художественная гимнастика была представлена полностью двумя разделами: соревнованиями в индивидуальных и групповых упражнениях.





## Система оценок

- Международная федерация гимнастики в 2001, 2003 и 2005 годах меняла технический регламент для того, чтобы подчеркнуть технические элементы и уменьшить субъективность оценок. До 2001 года оценка выставлялась по 10-и балльной шкале, что было изменено на 30-и балльную шкалу в 2003 и на 20-и балльную шкалу в 2005.



# Некоторые особенности художественной гимнастики

- Первые шаги в художественной гимнастике желательны в очень юном возрасте — в 3-5 лет, т.к организм ребенка гораздо восприимчивее к развитию гибкости, координации и быстроты движений. Главные качества гимнаста это сила воли, выносливость и пластика. Как правило, уже в 14-16 лет многим спортсменам приходится расставаться с гимнастикой или переходить в спортивный балет. Лишь немногие гимнастки продолжают спортивную карьеру до 20-22 лет.







# Судейство

- Нельзя не отметить тот факт, что художественная гимнастика, точнее оценка результатов выступлений, вещь крайне субъективная. Не раз возникали серьезные скандалы и даже дисквалификации судей из-за неравноценного отношения к спортсменам.



# Олимпийские чемпионки

Кабаева Алина

Канаева Евгения

Капранова Ольга

Чащина Ирина

