

ИСТОРИЯ ГИМНАСТИКИ

МБОУ Гимназия № 105
Учитель ФК Хрусталева С.Г.

ПРОИСХОЖДЕНИЕ СЛОВО «ГИМНАСТИКА»

- ◎ *Гимнастика - гр.(gymnastike) – система методически проводимых приемов движения тела и частей его (физических упражнений) с целью укрепления организма и достижения определенных результатов.*

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ «ГИМНАСТИКИ»

- ◉ *Сложно определить когда гимнастика стала видом спорта. В 1817 г. 60 учеников Амороса провели публичные состязания в Париже. В Афинах начиная с 1859 г. не раз пытались возродить античные Олимпийские игры, в том числе и состязания по гимнастике. Как признанный вид спорта гимнастика утвердилась в 1896 г. на I Олимпийских играх в Афинах.*
- ◉ *В 1881 г. была создана Европейская гимнастическая ассоциация. В 1897 она преобразовалась в Международную федерацию гимнастики. В России гимнастика как средство физического воспитания утвердилась в конце XVIII в. при Екатерине II, которая благоволила.*
- ◉ *В современной спортивной гимнастике огромное число общеразвивающих и прикладных упражнений для мышц рук, туловища и ног, как на снарядах, так и без них. В ней используются гимнастическая палка, набивные мячи, шведская стенка, канат, шест, кольца, перекладина, бревно, и брусья. Гимнастика включает в себя бег, ходьбу, прыжки через планку и опорные: через козла и коня, преодоление препятствий и эстафеты.*

ВИДЫ «ГИМНАСТИКИ»



Снарядовая



Акробатическая

ВИДЫ «ГИМНАСТИКИ»



Художественная



Командная

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ «ГИМНАСТИКИ»

⦿ Спортивная гимнастика

– это олимпийский вид спорта, который включает в себя соревнования в вольных упражнениях, упражнениях на гимнастических снарядах, а также в опорных прыжках. В программу женского многоборья включены: вольные упражнения, упражнения на брусьях разной высоты, бревне и опорных прыжках. Программа мужского многоборья: вольные упражнения, опорный прыжок, а также упражнения на следующих снарядах: кольцах, коне, перекладине и параллельных брусьях.

⦿ Оздоровительная гимнастика

-это гораздо удобней и приятней чем занятия фитнесом, а если заниматься ею регулярно, то и фитнес будет не столь актуальным.

Занятия различными видами спорта, поддерживает в тонусе организм, все органы и системы работают слаженно, человек остаётся стройным и подтянутым.

Именно такие цели и преследует **оздоровительная гимнастика**, для которой каждый человек обязательно должен находить время.

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА «ГИМНАСТИКИ» ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

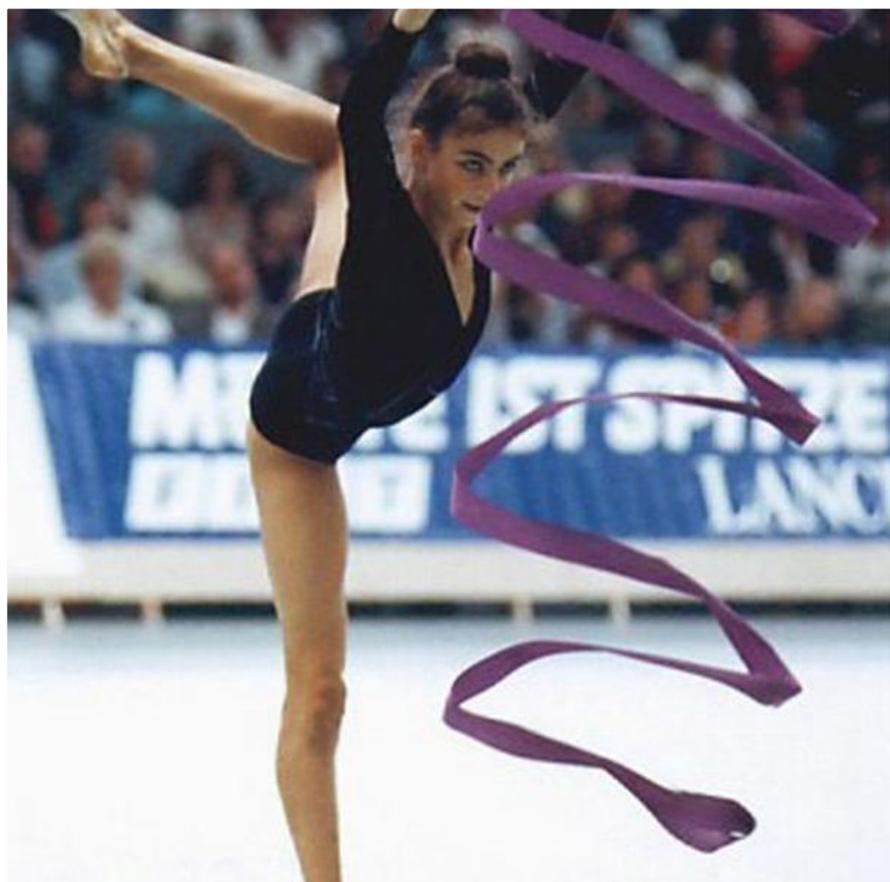
- Тренирует выносливость
- Совершенствует координацию движения
- Улучшает работу нервной системы
- Активизирует обменные процессы
- Формирует осанку человека
- Помогает сжигать калории
- Укрепляет кости

ОЛИМПИЙСКАЯ ИСТОРИЯ «ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ»

Художественная гимнастика считается предметом национальной гордости для бывшего Советского Союза, хотя спортом с большой буквы она стала в поворотном 1980 году. Олимпийские Игры в Москве прошли без участия гимнасток, но на конгрессе по окончании Игр решили включить в программу новый вид спорта – художественную гимнастику.

Наши гимнастки в Олимпийских соревнованиях участия не принимали, по причине ответного отказа на объявленный бойкот 50 странами в 1980 году в Москве, хотя болгарские девушки были достойными соперницами Олимпийских медалисток.

- После распада СССР для участия на играх 1992 года была сформирована команда из стран участниц СНГ. Представительницами команды были украинские спортсменки Александра Тимошенко и Оксана Скалдина. Александра превзошла все ожидания, и завоевала титул абсолютной чемпионки. Оксана уступила серебро испанке Каролине Паскуаль



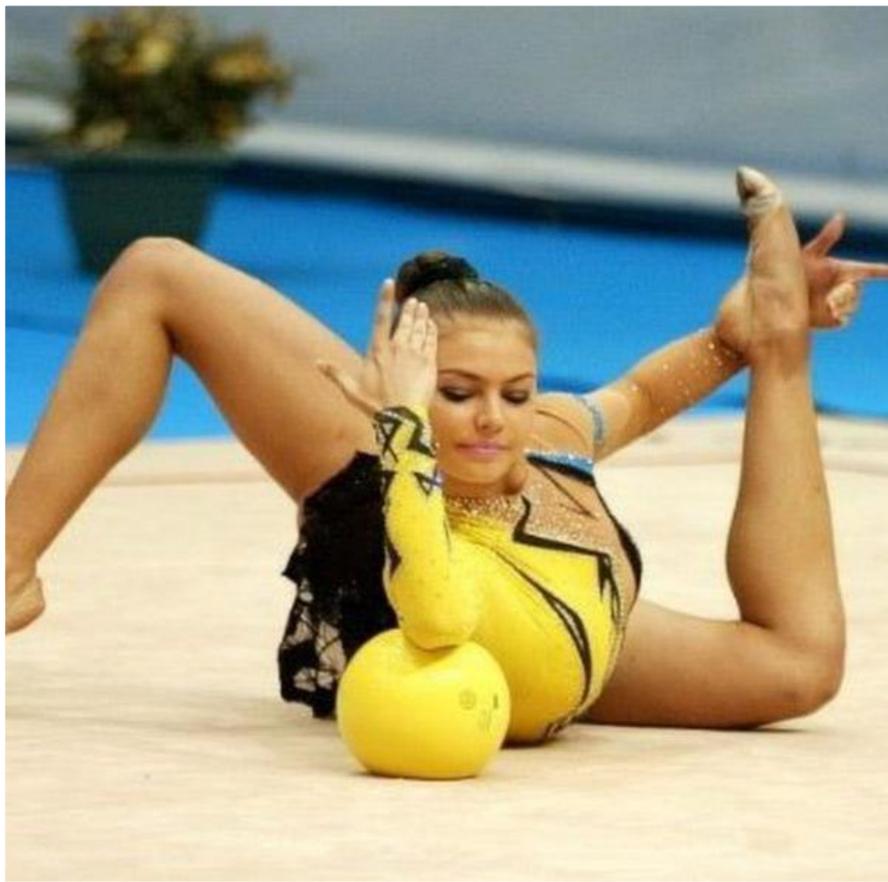
ПОСЛЕ РАСПАДА СССР ДЛЯ УЧАСТИЯ НА ИГРАХ 1992 ГОДА БЫЛА СФОРМИРОВАНА КОМАНДА ИЗ СТРАН УЧАСТНИЦ СНГ. ПРЕДСТАВИТЕЛЬНИЦАМИ КОМАНДЫ БЫЛИ УКРАИНСКИЕ СПОРТСМЕНКИ АЛЕКСАНДРА ТИМОШЕНКО И ОКСАНА СКАЛДИНА

. Александра превзошла все ожидания, и завоевала титул абсолютной чемпионки.



ИГРЫ 1996 ГОДА ПРИНЕСЛИ УСПЕХ УКРАИНКАМ ЕКАТЕРИНЕ СЕРЕБРЯНСКОЙ И ЕЛЕНЕ ВИТРИЧЕНКО И УЧЕНИЦАМ ИРИНЫ ВИНЕР АМИНЕ ЗАРИПОВОЙ И ЯНЕ БАТЫРШИНОЙ, КОТОРЫЕ ПОКАЗАЛИ НОВЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ГИМНАСТИКЕ.

Игры в Сиднее (2000) принесли золото российской сборной, второе место завоевали белорусские гимнастки, а бронзу увезли испанские грации. Юлия Барсукова получила звание Олимпийской чемпионки, а фавориткой игр все СМИ называли Алину Кабаеву, хотя она заняла только третье место.



НА ИГРАХ 2004 ГОДА АЛИНЕ
КАБАЕВОЙ ПОСЧАСТЛИВИЛОСЬ
ЗАВОЕВАТЬ ТИТУЛ ОЛИМПИЙСКОЙ
ЧЕМПИОНКИ, НЕСМОТЯ НА ТО, ЧТО
ВО ВСЕХ УПРАЖНЕНИЯХ БЫЛИ
ДОПУЩЕНЫ ОШИБКИ. ИРИНА
ЧАЩИНА ВЫСТУПИЛА

замечательно, но одна ошибка
сдвинула ее на второе место.
Украинской гимнастке Анне
Бессоновой досталась бронза.



НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ В ПЕКИНЕ ЗОЛОТАЯ МЕДАЛЬ ПО ПРАВУ ДОСТАЛАСЬ ЕВГЕНИИ КАНАЕВОЙ, СЕРЕБРО УВЕЗЛА БЕЛОРУСКА ИННА ЖУКОВА. АННА БЕССОНОВА ДОБЫЛА БРОНЗОВОЕ ПРИЗОВОЕ МЕСТО. ОЧЕРЕДНЫЕ ШЕСТЬ МЕСТ ДОСТАЛИСЬ ВОСПИТАННИЦАМ ИРИНЫ ВИНЕР. ГЛАВНОЙ ЗВЕЗДОЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ В ЛОНДОНЕ ТАКЖЕ СТАЛА НЕСРАВНЕННАЯ ЕВГЕНИЯ КАНАЕВА

. Будем надеяться, что наши девушки продолжат завоевывать призовые места на последующих олимпиадах, и демонстрировать свои непревзойденные способности всему миру.

СИСТЕМА ОЦЕНОК

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



Вывод

*ГИМНАСТИКА –
УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ВИД
СПОРТА. КАЖДЫЙ МОЖЕТ
ПОДОБРАТЬ ДЛЯ СЕБЯ
РАЗНОВИДНОСТЬ
ГИМНАСТИКИ, КОТОРАЯ
ПОДОЙДЕТ ИМЕННО ЕМУ.*