



Спортивная гимнастика

Выполнил ученик ГБОУ гимназии № 278 имени Б.Б. Голицына


9.2 класса

Бунегин Иван





Спортивная гимнастика — вид спорта, включающий соревнования на гимнастических снарядах, в вольных упражнениях и в опорных прыжках. В современной программе гимнастического многоборья: для женщин — на брусьях разной высоты, бревне, в опорных прыжках, вольных упражнениях; для мужчин — в вольных упражнениях, опорных прыжках, на коне, кольцах, параллельных брусьях и перекладине.



СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА (греч. *gymnastike*, от *gymnazo* — упражняю, тренирую), один из древнейших видов спорта, включающий в себя соревнования на различных гимнастических снарядах, а также в вольных упражнениях и опорных прыжках. В настоящее время на международных турнирах гимнасты разыгрывают 14 комплектов наград: два в командном зачете (мужчины и женщины), два в абсолютном индивидуальном первенстве (мужчины и женщины) и десять в отдельных видах многоборья (4 — у женщин, 6 — у мужчин).





Гимнастические упражнения входили в систему физического воспитания ещё в Древней Греции, служили средством подготовки юношей к участию в Олимпийских играх. С конца XVIII — начала XIX века в западноевропейских и русской системах физического воспитания использовались упражнения на гимнастических снарядах, опорные прыжки. Во 2-й половине XIX века в ряде стран Западной Европы стали проводиться соревнования по некоторым видам гимнастических упражнений. Первые состязания в России состоялись в 1885 году в Москве.

В 1881 году создана Международная федерация гимнастики. С 1896 года спортивная гимнастика включена в программу Олимпийских игр, с 1928 года в Олимпийских играх участвуют женщины. С 1903 года проводятся чемпионаты мира (до 1913 — раз в 2 года, с 1922 — раз в 4 года), с 1934 в чемпионатах участвуют женщины.

Великие и гимнастика

4 мая 1883 года в Москве была создана организация "Русское гимнастическое общество". Ее представителем стал известный русский писатель и журналист Владимир Алексеевич Гиляровский.

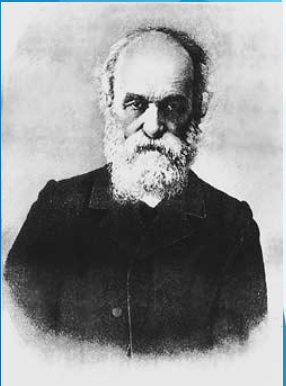
В том же году силами любителей гимнастики и на их средства в доме Редлиха на Страстном Бульваре был оборудован спортивный зал. Вместе с Гиляровским в гимнастический зал заглядывал и его юный друг, тогда еще начинающий писатель Антоша Чехонте. Как-то раз, глядя, как упражняются гимнасты, он сказал: "Это люди будущего, и настанет время, когда все будут такими же сильными".

Небезынтересно знать о том, что великий писатель Л.Н.Толстой до самых преклонных лет сохранил любовь к занятиям гимнастикой. Он оборудовал гимнастическую комнату в своем московском доме, посещал спортивный зал на Страстном бульваре.

Ревностным поборником гимнастики и организатором гимнастического кружка петербургских врачей был великий физиолог Иван Павлович Павлов.

Один из сотрудников И.П.Павлова - профессор Ж.Н.Крестовников вспоминает: "Занятия начинались вольными упражнениями, затем переходили к упражнениям на снарядах и в конце давались успокаивающие упражнения".

Большую роль в создании отечественной гимнастики в нашей стране сыграл Петр Францевич Лесгафт, который в 1901 году опубликовал свой труд о подлинно научной системе гимнастики для детей дошкольного возраста.





В 1932 году в Ленинграде было проведено Второе Всесоюзное первенство по гимнастике. Участвовало семьдесят человек. Впервые вместе с мужчинами выступали женщины.

С 1933 года регулярно проводятся первенства СССР по гимнастике по территориальному признаку, а с 1939 года - по ведомственному. В 1934 году вводится почетное звание заслуженный мастер спорта.

В 1936 году Всесоюзный Комитет по делам физической культуры присвоил звания мастеров спорта первым пятнадцати гимнастам, в их числе москвичкам Надежде Кублицкой и Анне Шеффер. С 1939 года кроме звания чемпиона СССР по многоборью начали разыгрываться и звания чемпиона страны в отдельных видах гимнастического многоборья.

Первыми чемпионами страны стали: Владимир Беляков (вольные упражнения), Дросида Кузнецова-Антипас (вольные упражнения), Владимир Лаврущенко (конь), Галина Урбанович (брусья), Таисия Демиденко (перекладина). Москвич Николай Серый был в числе первых советских гимнастов-победителей международных соревнований: в 1937 г. в Антверпене (Бельгия) он стал абсолютным чемпионом III Олимпиады рабочего спорта.



Большой вклад в развитие спортивной гимнастики в нашей стране вносит Федерация гимнастики Москвы.

Московская гимнастика создавалась такими корифеями как Михаил Ганиза, Вольф Сапожников, Николай Миронов. Первые тренеры-энтузиасты - Борис Астафьев, Николай Меркулов, Алексей Александров, Михаил Левин, Леонид Волчков, Игорь Журавлев, Константин Каракашьянц и другие - заложили прочный фундамент современных успехов наших гимнастов. Они воспитали первых советских чемпионов мира, Европы и Олимпийских игр. Их эстафету подхватила целая плеяда молодых одаренных тренеров, настоящих фанатов своего дела - таких как Виталий Беляев, Александр Багдасаров, Владислав Брежнев, Дмитрий Державин, Михаил Клименко, Борис Орлов, Виталий Ломтев и другие.

Воздавая должное нашим чемпионам, завоевывавшим "золото" на Олимпиадах, чемпионатах мира и Европы, нельзя не вспомнить их старших товарищей - таких выдающихся гимнастов прошлого как Александр Колтановский, Леонид Тимошек, Ирина Шеффер... Они были пионерами московской гимнастики - теми, кто прокладывал путь к будущим вершинам.







Гимнастика является технической основой многих видов спорта: соответствующие упражнения включаются в программу подготовки

представителей самых разных спортивных дисциплин. Гимнастика не только даёт определённые технические навыки, но и вырабатывает силу, гибкость, выносливость, чувство равновесия, координацию движений.

