

Возникновение и развитие гимнастики

Выполнила:
Студентка группы 2ПСО12
Федосеева Виктория

История возникновения гимнастики

- Гимнастика была известна еще в глубокой древности. Термин «гимнастика» от греческого *gymnastike* – упражняю, тренирую.
- Различают: гигиеническую, атлетическую, спортивную, художественную, спортивную акробатику.





Гимнастика у древних народов

- 0 В глубокой древности, в двигательной деятельности людей находятся истоки гимнастики как средства физического воспитания, не выделенного отдельно от труда, охоты, военной деятельности. Дети подражали родителям, взрослые выполняли упражнения прикладного характера: бег, прыжки, лазание, метания предметов и т.д. Гимнастика как средство физического развития, укрепления здоровья, военно-прикладной подготовки и лечения была известна еще в глубокой древности. Термин гимнастика появился примерно в V в. до н. э. в Древней Греции и означал комплекс физических упражнений для образовательных, военных и оздоровительных целей. Древние греки считали, что гимнастика придает телу гибкость, силу, ловкость, стройность, развивает чувство красоты, храбрости, благородства. Другое значение слова «гимнастика» связывается с греческим словом «гимназо» - упражняю, тренирую. Древние греки использовали гимнастические упражнения не только для физического развития, но и в военной подготовке воинов, а также в системе подготовки атлетов-олимпийцев. В древнегреческом рабовладельческом государстве Лаконика с главным городом Спартой (IX до н.э.) свободно рожденные граждане жили за счет труда поработанных народов. Главной направленностью физического воспитания мужчин и женщин – военная подготовка. В Афинах – центре древнегреческой культуры того же времени хорошо развито ремесленное производство, торговля, мореходство, наука, искусство, возникла и практически воплотилась идея воспитания гармонически развитой личности.

Гимнастика у древних народов

Глубокая древность - двигательные действия носили прикладной характер (удовлетворение основных жизненных потребностей в пище, жилье, одежде).

Древняя Греция

Лаконика, Спарта	Афины
Военная подготовка для захватнических войн и удержания рабов в повиновении	Гармоническое развитие личности
Жесткая система воспитания	Забота о состоянии физического и душевного здоровья
Занимались все свободно рожденные (с 7 лет)	Занимались только мужское население (кроме рабов) (с 7 лет)
Выносливость, сила, решительность, смелость	Сдержанность, умеренность, самообладание, терпение, внимательность, чуткость



Развивались идеи гимнастов. В этот период наиболее сильное влияние на развитие гимнастики оказали Жан-Жак Руссо (1712-1778) и Иоган Генрих Песталоцци (1746-1827). Физическое воспитание по убеждению Руссо является основой умственного, трудового и нравственного воспитания. Средством решения этих задач Руссо считал гимнастические упражнения, бег, метания, прыжки, игры, прогулки и др. Рекомендовал соревновательный метод. Песталоцци предлагал обучение детей сделать доступным и понятным. Упражнения должны выполняться сознательно. Предложил идею прикладной направленности действий. Таким образом, гимнастика получает дальнейший толчок к развитию под влиянием более прогрессивного способа производства.



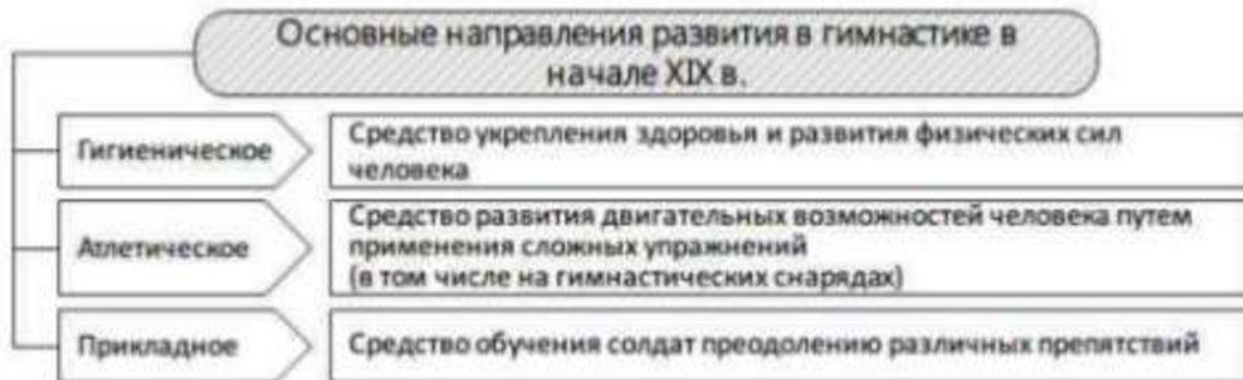
Особенное развитие гимнастики получила в Древней Греции, где занятия велись с раннего возраста в специальных заведениях - гимнасиях под наблюдением опытного педагога-гимнаста. В зрелищной форме элементы гимнастики включались в выступления странствующих артистов во время празднеств и пиров.



Развитие гимнастики в России

0 Самобытная система физического воспитания, издревле сложившаяся в России, содержала множество различных упражнений гимнастического характера. Идеи всестороннего, в том числе и физического, воспитания, оказавшие большое влияние на общественное мнение, содержались во взглядах полководца А.В. Суворова (1799-1880), педагога К.Д. Ушинского (1824-1876). Собственно гимнастика, как средство физического воспитания, утвердилась лишь в конце XVIII века, когда в 1774 году по приказу Екатерины II была включена в программу обучения в сухомлинском кадетском корпусе. В 30-е гг. XIX в. гимнастика была введена в обучение войск гвардии, а в 50-е гг. и всей русской армии, в программы средних учебных заведений. В 1855 г. в Санкт-Петербурге был открыт гимнастическо-фехтовальный зал, где офицеры, а за плату и все желающие, могли заниматься гимнастикой. Военным ведомством организуется ряд курсов ("кадров"), готовивших преподавателей гимнастики для армии, которым предоставлялось право преподавать ее и в учебных заведениях: гимназиях и реальных училищах. Также в 1875 г. Военное ведомство посылает ученого-анатома, врача и педагога профессора П.Ф. Лесгафта, известного своими работами в области физического воспитания, в страны Западной Европы для изучения опыта преподавания гимнастики. Результатом командировки стала разработка и обоснование отечественной научной системы гимнастики, внедрение ее в практику физического воспитания. И в 1896 г. Лесгафт открыл в Санкт-Петербурге двухгодичные курсы руководительниц гимнастики, на базе которых в 1918 г. был создан институт физической культуры, носящий его имя.

Возникновение национальных систем гимнастики



В России гимнастика укоренилась сравнительно поздно. А. В. Суворов насаждал гимнастические упражнения в армии; с 1830 в некоторых военных учебных заведениях были введены занятия гимнастики. Первый гимнастический кружок образован в Петербурге в 1863. А. Чехов и В. Гиляровский организовал в 1883 "Русское гимнастическое общество". Первое научное обоснование системы физического воспитания, в том числе гимнастики дал П. Лесгафт (1837-1909).



Большой популярностью у населения пользовались массовые гимнастические выступления, проводившиеся ежегодно с 1930 г. в Москве, Ленинграде, в столицах союзных республик и многих городах. В качестве примера советские организаторы использовали опыт чешской гимнастики. Особенно красочными и технически совершенными выступления стали с момента проведения Всесоюзного дня физкультурника в Москве на Красной площади. Главным содержанием их были разнообразные гимнастические упражнения, представлявшие незабываемое зрелище. Они являлись важным средством агитации и пропаганды советской гимнастики и привлекали много молодежи. Такие физкультурные парады неизменно собирали до 130 тысяч участников.



Знаменательным мероприятием предвоенного периода были массовые всесоюзные комсомольские соревнования 1941 г. В соревнованиях участвовали 7 496 000 юношей и девушек. В августе 1945 г. на Красной площади в Москве состоялся Всесоюзный парад физкультурников, посвященный победе советского народа в Великой Отечественной войне. Подготовка к нему стимулировала занятия гимнастикой во всех республиках. Большую роль в развитии гимнастики сыграло Постановление Центрального Комитета партии от 27 декабря 1948 г. о развитии массового физкультурного движения в стране и повышении мастерства советских спортсменов.

Спортивная гимнастика как медалееткий вид спорта

