



ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ «ГИМНАСТИКА»



Подготовила Колегова И.В.,
учитель физической культуры.

Гимнастика (gymnastike) - упражняю, тренирую

СПОРТИВНАЯ

К спортивным видам гимнастики относятся: спортивная, художественная, акробатическая, командная.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ

Оздоровительные виды гимнастики предусматривает выполнение упражнений в режиме дня в виде упражнений утренней гимнастики, физкультуры, физкульт-минутки в учебных заведениях и на производстве

Спортивная гимнастика

Спортивная гимнастика - один из древнейших видов спорта, включающий в себя соревнования на различных гимнастических снарядах, а также в вольных упражнениях и опорных прыжках.

Художественная гимнастика

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

Командная гимнастика

Командная гимнастика зародилась в Скандинавии, в которой являлась основным видом гимнастики в течение 20 лет. Первое официальное соревнование было проведено в Финляндии в 1996 году, и теперь проводится каждые 2 года. TeamGym (Тим Джим) — соревнование команд — клубов и состоит из трех категорий: женские, мужские и смешанные команды. Состоит из трех видов: Вольные упражнения, прыжки с мини-батута и акробатические прыжки. В каждой из трех дисциплин число гимнастов — от 6 до 12.



Спортивная акробатика

Спортивная акробатика включает в себя три группы упражнений: акробатические прыжки, парные и групповые упражнения.



Уличная (дворовая) гимнастика

Данной разновидностью гимнастики занимаются, как правило, непрофессиональные спортсмены. Для многих это как увлечение, способ развития и поддержания мышечного тонуса. Ей можно заниматься практически на любой дворовой спортивной площадке, а в некоторых случаях — просто на улице.

Гимнастические снаряды

- Кольца
- Брусья
- Конь гимнастический
- Перекладина (турник)
- Мяч гимнастический
- Хоппер (мяч)

