

Всероссийский день гимнастики



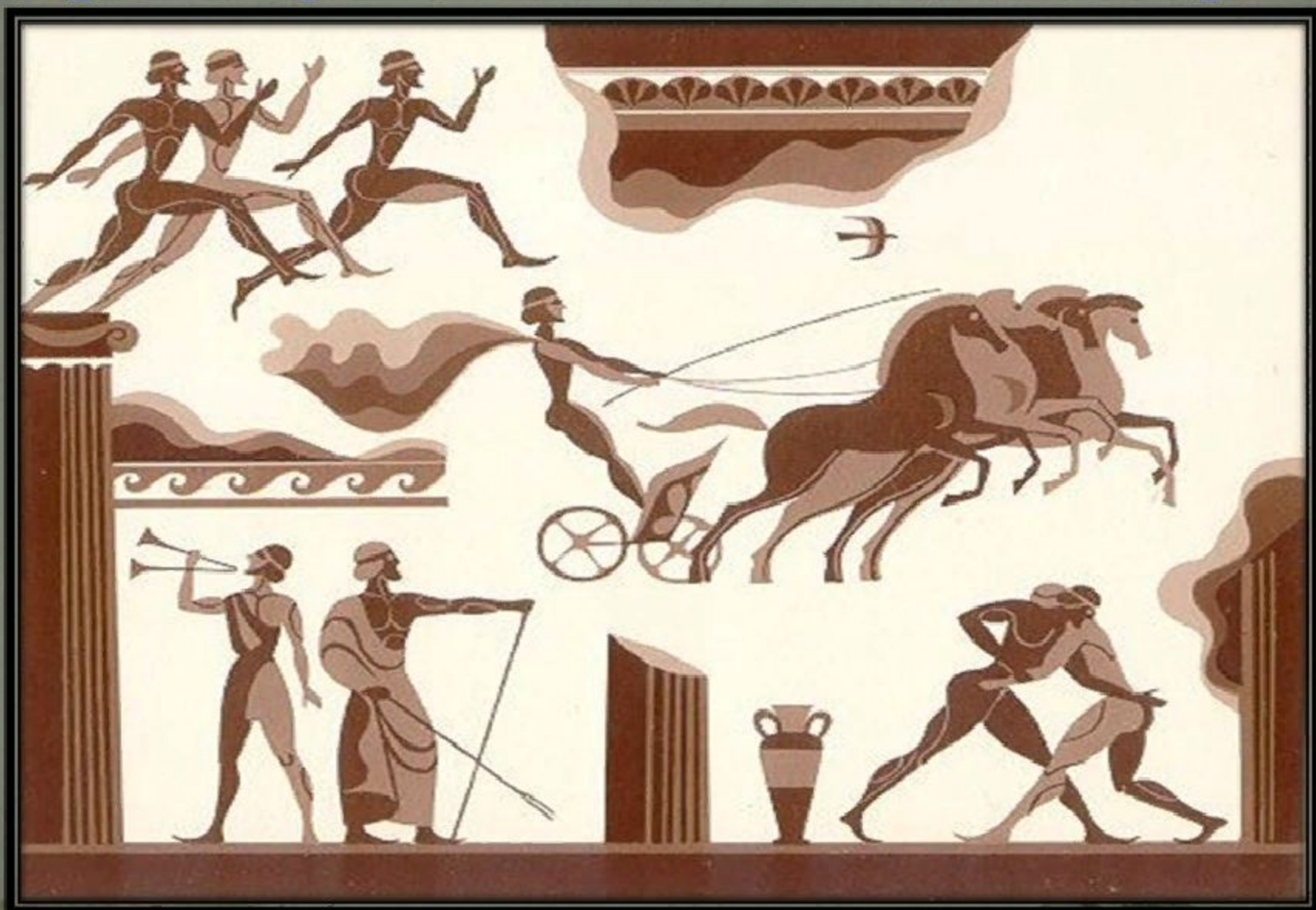


**Слово «гимнастика»
произошло от
греческого и
означает: тренирую,
упражняю. В любом
виде спорта есть
элементы гимнастики.
Само название и
чёткую структуру
гимнастика получила в
Древней Греции.**

**В то время гимнастикой
называли практически
все физические
упражнения. Она
помогала приобрести
силу, развить гибкость,
ловкость, выносливость.**



Древнегреческие Олимпийские игры





Сейчас гимнастику выделяют как отдельный вид спорта. Гимнастика является важнейшим направлением физической культуры, с помощью которой возможно развитие всех физических качеств.

Спортивные виды гимнастики

художественная



спортивная акробатика



спортивная



Художественная

гимнастика
Выполнение под музыку различных гимнастических и танцевальных упражнений без предмета и с предметом - скакалка, обруч, мяч, булавы, лента.



Спортивная гимнастика

Вид спорта, включающий соревнования на гимнастических снарядах, в вольных упражнениях и в опорных прыжках.





Наши чемпионы!



Наши чемпионки!

