

Возникновение и  
развитие  
гимнастики. История  
возникновения и  
развития зимних  
видов спорта.

Подготовил Малков Вадим 1ПСО-13

► 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.

- ▶ Германия стала родиной возникновения современной спортивной гимнастики. Немецкий педагог Фридрих Людвиг Ян в конце 18 — начале 19 веков разработал систему физического национального развития и основал первое в Европе спортивное гимнастическое сообщество. В начале 1800-х он основал первую школу гимнастики, а также в соавторстве со своим учеником Эрнстом Айзеленом издал книгу. В этой книге он называет физические занятия неотъемлемой частью общеобразовательного процесса и становления личности и приводит примеры и правила выполнения многих гимнастических упражнений. Примерно в это же время начинают проводиться первые соревнования гимнастов.

- ▶ Возникновение и развитие гимнастики в России началось в 20-х годах 19 века. Условно можно выделить три основных этапа становления этого вида спорта в дореволюционный период:
- ▶ **Первый этап - до 1863 г.** Гимнастика использовалась в системе военного ведомства как средство общей физической подготовки военнослужащих.
- ▶ **Второй - 1863 - 1907 гг.** происходит образование и развитие спортивных обществ, кружков, закладываются методические основы спортивной направленности в занятиях гимнастикой.
- ▶ **В третьем этапе - 1907 - 1914 гг.** происходит становление спортивной гимнастики, выход ее на международную арену; продолжается использование гимнастики в качестве средства военно-физической подготовки учащейся молодежи.

- ▶ Развитию гимнастики в дореволюционной России в значительной степени способствовало стремление известных полководцев повысить уровень физической подготовки русской армии. Ценный опыт применения физических упражнений с целью боевой подготовки войск был накоплен в эпоху Петра I. В созданных им потешных, а позже ставших гвардейскими Семеновском и Преображенском полках, применялись различные физические упражнения с целью обучения солдат преодолению препятствий и другим военным навыкам и умениям.
- ▶ Александр Суворов во второй половине XVIII века создал собственную систему военно-физической подготовки, в основу которой были положены военно-полевая гимнастика, утренняя гимнастика, закаливание.

- ▶ После Великой Октябрьской социалистической революции в нашей стране появились большие возможности для развития гимнастики. При этом прослеживается ряд этапов, которые неразрывно связаны с политической, экономической и социальной жизнью страны. Новые задачи, поставленные в этот период, определили и содержание гимнастики.
- ▶ В первые годы после социалистической революции (и до 30-х годов) гимнастика использовалась как одно из основных средств физической подготовки и физического развития народа. В годы, когда молодая республика вкладывала все силы на борьбу с интервентами и белогвардейцами, физическое воспитание и гимнастика были поставлены на службу Советской власти. Ведущая роль в организации физической подготовки населения принадлежала Всеобучу (созд. в 1918 г. в целях подготовки резервов для Красной Армии), во главе которого находился государственный и общественный деятель Н. И. Подвойский. В программах подготовки резервов армии значительное место отводилось занятиям гимнастикой, использовалась как прикладная гимнастика, так и упражнения на снарядах. Во всех уголках страны создавались военно-спортивные центры, объединявшие широкие слои молодежи. В этот ответственный период борьбы за укрепление Советской власти надо было сочетать физическое воспитание молодежи с ее правильным идейно-политическим воспитанием.

- ▶ Зимние виды спорта являются неотъемлемой частью процесса оздоровления и подъема физических возможностей населения. Наибольшее развитие зимние виды спорта получили в Австрии, Германии, Италии, Канаде, Нидерландах, Норвегии, Польше, России, США, Финляндии, Франции, Чехословакии, Швейцарии, Швеции, Японии. По ним проводятся мировые и европейские чемпионаты, первенства страны, спортивных обществ, спартакиады. С 1924г. организуются зимние Олимпийские игры. Зимние виды спорта очень зрелищны и востребованы, и спортсменам необходимо тренироваться круглый год, поэтому в развитых странах увеличивается количество крытых спортивных объектов для занятий ими

# Биатлон

- ▶ Биатлон (от лат. bis - дважды и греч. attlon - состязание, борьба) - зимний олимпийский вид спорта, сочетающий лыжную гонку со стрельбой из винтовки. Биатлон наиболее популярен в Германии, России и Норвегии. С 1993 года и по настоящее время официальные международные соревнования по биатлону, включая Кубок мира и Чемпионаты мира, проходят под эгидой Международного союза биатлонистов (International Biathlon Union, IBU). Первые соревнования в передвижении на лыжах со стрельбой были проведены в 1767г. в Норвегии. Несмотря на столь раннее зарождение, биатлон не получил распространения в других странах. Развитие биатлона в современном виде началось только в начале XX столетия. Биатлон возник в результате соревнований, связанных с гонками на лыжах и стрельбой, проводимых на протяжении многих лет в нашей стране и за рубежом.

# Фигурное катание

- ▶ Фигурное катание - зимний вид спорта, в котором спортсмены перемещаются на коньках по льду с выполнением дополнительных элементов, чаще всего под музыку. В официальных соревнованиях, как правило, разыгрываются четыре комплекта медалей: в женском одиночном катании, в мужском одиночном катании, в парном катании, а также в спортивных танцах на льду. Фигурное катание включено в программу Зимних Олимпийских игр. Самые древние коньки были обнаружены на берегу Южного Буга, недалеко от Одессы, датированные периодом бронзового века. Такие коньки изготавливались из фаланги передних ног лошадей. Считается, что родиной фигурного катания является Голландия. Именно там, в XIII - XIV веках появились первые железные коньки. Появление коньков нового типа дало мощный толчок развитию фигурного катания, которое в то время заключалось в умении вычерчивать на льду замысловатые фигуры и сохранять при этом красивую позу. Все обязательные фигуры были созданы в Великобритании.

# Хоккей

- ▶ «Хоккей» образовался от английского «hockey», либо от старофранцузского «hoquet», означающий «пастуший посох с крюком». Хоккей - это спортивная командная игра с клюшками и шайбой, содержание и цель которой - используя индивидуальное ведение и передачи мяча партнёром, забить его наибольшее число раз в ворота соперника. Еще до появления хоккея в 16 веке в Голландии существовали игры с мячом и клюшками на льду. Затем подобные игры появились в Англии и Скандинавии, где впоследствии они преобразовались в хоккей с мячом на льду в 19 веке. Современный хоккей с шайбой как спортивная игра возник в Канаде. Это страна, климат и природа которой (многочисленные водоемы, замерзающие зимой) создавали хорошие условия для распространения этой игры. Сначала играли не шайбой, а тяжелым мячом и по численности команды доходили до 50 и более игроков с каждой стороны. В 1870-е гг. хоккей с шайбой в Канаде являлся обязательной игрой для всех спортивных праздников.

- ▶ Так уж повелось, что история зимних видов спорта неразрывно связана с образом жизни северных народов. Например, средневековые норвежцы использовали сани для того, чтоб внезапно атаковать вражеские племена, резво спустившись с гор - так возник санный спорт. А фино-угорские племена были первыми конькобежцами, поскольку считали, что передвигаться на дальние расстояния гораздо проще на коньках, чем пешком. Биатлон вообще вначале не был спортом. На лыжах и с винтовкой за спиной передвигались по степям бойцы Красной Армии во время марш-бросков в 20-30-х годах 20-го века. А затем "биатлонные" войска широко использовались во время русско-финской войны. А Керлинг, получивший статус Олимпийского вида спорта лишь в 1998-м году, на самом деле является одним из старейших зимних видов спорта, ведь он возник в Шотландии еще в 16-м веке

Спасибо за внимание