



**ЖИВИТЕ  
ДОЛЬШЕ!**

31 ОКТЯБРЯ 2015 ГОДА

СПОРТИВНАЯ ОБЩЕСТВЕННОСТЬ ОТМЕЧАЕТ

# ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕНЬ ГИМНАСТИКИ,

УЧРЕЖДЕННЫЙ СОВМЕСТНО ВСЕРОССИЙСКИМИ ФЕДЕРАЦИЯМИ  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ.

**Д**ень гимнастики в России появился в 1999 году, хотя первые соревнования в этом виде спорта состоялись в Москве более чем за 100 лет до этого. Родиной гимнастики является Греция — об этом легко догадаться, если вспомнить, какое значение там придавалось красоте тела, да и Олимпийские игры — это тоже наследие древних греков, которым мир восхищается до сих пор. Древнегреческий философ и ученый Платон высоко ценил гимнастику и музыку для гармоничного развития людей: «Боги подарили людям два вида искусств — музыку и гимнастику».



## СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА В РОССИИ

Во всем мире спортивная гимнастика — один из самых красивых, зрелищных и популярных видов спорта. Она неизменно входит в программу Олимпийских игр, занимая в ней одно из центральных

мест. Гимнастика является одной из древнейших спортивных дисциплин и стала основой многих современных видов спорта. С ней знакомы практически все жители нашей планеты — она

является признанным универсальным средством для обретения силы, гибкости, выносливости, координации движений.

Россия всегда была и остается лидером ми-

ровой спортивной гимнастики. И сейчас у нашей страны — очень молодая и перспективная сборная команда, которой по силам продолжить традиции наших замечательных чемпионов.

## ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА В РОССИИ

Художественная гимнастика отличается от спортивной мягкостью, хотя выносливости и выдержки гимнастам требуется немало. Можно сказать, что этот вид гимнастики тоже появился в Греции: женщины там тоже занимались — они должны были уметь двигаться красиво и грациозно. Но настоящей родиной художественной гимнастики можно считать Россию. Высшая школа художественного движения, ставшая началом этого изящного и гармоничного вида спорта, открылась в 1934 году в Ленинграде, и педагогами в ней стали женщины, ранее занимавшиеся и преподававшие в различных студиях пластики и ритма. Художественная гимнастика сочетала в себе эстетическую, ритмическую, женскую гимнастику, а также многие элементы танца, продвигаемого известной танцовщицей Айседорой Дункан. В это же время в московском институте физкультуры появилась кафедра художественного движения, но официально новый вид спорта признали после войны, в 1946 году, хотя первый чемпионат был проведен в Ленинграде уже в 1941-м.

В развитие художественной гимнастики огромный вклад внесли хореографы и танцо-



ры Мариинского театра — именно благодаря им она стала такой изящной и грациозной. С 1954 года у нас появились мастера спорта, и о российских гимнастках узнал весь мир. Наши гимнастки не раз завоевывали чемпионский титул на разных международных соревнованиях, в том числе и на Олимпийских играх. В программе Олимпийских игр сейчас около 50 видов спорта, но о художественной гимнастике мир узнал, благодаря России — сейчас она любима и популярна во многих странах.



## КАК ПРАЗДНУЕТСЯ ДЕНЬ ГИМНАСТИКИ?

В праздничный день устраиваются спортивные фестивали, на которых выступают гимнасты разных направлений — спортивной и художественной гимнастики, эстетической гимнастики, прыжки на батуте, аэробики и спортивной акробатики. Празднование Всероссийского Дня гимнастики — это событие, позволяющее каждому жителю России увидеть удивительную красоту спорта и яркие преимущества здорового образа жизни. Обязательно узнайте, где в вашем городе будут праздновать этот праздник и примите участие в мероприятии! А также не забудьте сделать утреннюю зарядку в поддержку праздника!

**ЖЕЛАЕМ ВАМ КРЕПКОГО ЗДОРОВЬЯ!**