

Проектно-исследовательская работа  
по теме: «Гимнастика»

## Спортивная гимнастика



Выполнила ученица 3а класса МБОУ СОШ № 26  
Терзи Полина

# Творческий проект

## «Я исследователь»

СПОРТИВНАЯ  
ГИМНАСТИКА

Что мы о ней знаем?



# Почему я выбрала эту тему

- Я люблю заниматься физической культурой
- Мне очень нравится посещать тренировки по спортивной гимнастике
- Мой тренер – мастер спорта СССР по спортивной гимнастике
- Очень мало мы знаем о наших «звёздах» спортивной гимнастики

"Боги подарили людям два вида искусств - музыку и гимнастику"

Платон



# Итак знакомимся: Историческая справка



Впервые термин «гимнастика» появился у древних греков (эллинов) в VIII в. до н. э. Занятия физическими упражнениями они проводили в специальных заведениях - гимнасиях. В те времена гимнастика включала в себя все известные в античную эпоху физические упражнения (то, что мы теперь относим к легкой атлетике, тяжелой атлетике, борьбе, фехтованию, гребле), а также акробатику, игры с мячом, танцы.

# Спортивная гимнастика

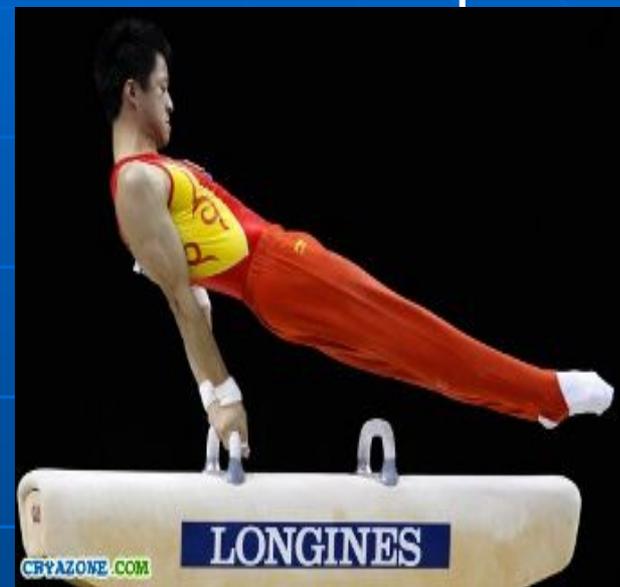
вид спорта, включающий соревнования на гимнастических снарядах,  
в вольных упражнениях и в опорных прыжках

Женское многоборье -  
опорный прыжок,  
брусья разновысокие,  
бревно, вольные упражнения

Мужское многоборье-  
упражнения на коне с ручками,  
кольцах, перекладине,  
вольные упражнения,  
Упражнения на параллельных  
брусьях, опорный прыжок.



Порядок проведения соревнований по спортивной гимнастике в процессе крупнейших соревнований



предварительные (квалификационные)

финальные соревнования по многоборью

финальные соревнования по отдельным видам

Финальные соревнования командного первенства по многоборью



# Оценка выступления гимнастов



**Максимальная оценка за исполнение 10 баллов**

Оценивают выступления гимнастов две бригады судей на всех видах, кроме прыжков.

Бригада А, состоящая из двух судей, оценивает трудность и композицию, определяя путем согласования исходную оценку, бригада Б, в которой могут быть 2-6 судей, качество исполнения.

# Интересный факт истории:

Долгое время оценка в 10 баллов, по сути, считалась лишь теоретически возможной. В 1976 во время Олимпийских игр в Монреале юная румынская спортсменка

## **Надя Команечи**

стала первой в истории гимнасткой, которой это удалось на практике. Причем высшей оценки Команечи была тогда удостоена 7 раз.



# Российская гимнастика сегодня

## «Звезды спортивной гимнастики России»

### Алексей Немов

стал абсолютным чемпионом  
Олимпийских игр  
в Сиднее-2000, а также  
выиграл «золото»  
в упражнениях на перекладине



### Светлана Хоркина

абсолютная чемпионка мира  
(дважды) и Европы (трижды). В  
ее коллекции также олимпийское  
и мировое «золото» на отдельных  
снарядах



Алексей Бондаренко  
абсолютный чемпион Европы  
, победитель  
в отдельных видах  
программы чемпионатов  
мира и Олимпийских игр



Спасибо за внимание!  
Занимайтесь гимнастикой!

