

Гимнастикийн спортын үүсэл хөгжил



Гимнастик нь эртний Грект Олимпын наадам зохиогддог байсан үед үүссэн бөгөөд анх уг төрөлд гимнастикийн дасгал хөдөлгөөнүүдээс гадна усанд сэлэлт, бокс, бөх болон морин уралдаануудыг багтаадаг байжээ.

Грекээс гадна Хятад болон Энэтхэгт энэ спортын төрлүүд үүсч эхэлсэн. Эдгээр орнуудад ихэнхидээ биеийн уян хатан байдлыг болон хүч шалгасан төрлүүд нь хөгжжээ.

Нийтийн тооллоос өмнөх үед ашиглаж байсан хэрэгслүүд орчин үеийн гимнастикын хэрэглэлүүдтэй төстэй олон шинж чанарыг агуулдаг байжээ.

Жишээлбэл: Эртний Ромд морь унаж сурахад тусгай хэрэглэлийг ашигладаг байсан бөгөөд энэ нь орчин үеийн гимнастикийн нэг хэрэглэл болох бариултай морь юм



Гимнастик орчин цагт

Орчин цагийн гимнастикын түүх 1881 оноос үүсэлтэй бөгөөд энэ үед анхлан Европын Гимнастикийн Холбоо байгуулагдаж, үүний дараа 1897 онд Олон Улсын Гимнастикийн Холбоо болсон бөгөөд одоог хүртэл үйл ажиллагаа явуулж байна.

Гимнастикын спортыг сонирхогчдын тоо маш олон болсноор Олимпын наадмын зайлшгүй чухал төрөлд тооцогдох болжээ.