**Гимнастика спортивная**

Юрий Новиков

Название говорит само за себя. Это спортивно-соревновательный, зрелищный вид гимнастики, а не физкультуры. Это та самая агонистика, которую так не любил Аристотель. Хотя теоретически, не преследуя целей спортивного характера, медалей и чемпионских званий, элементы спортивной гимнастики многим могут быть полезны. При хорошей постановке учебно-тренировочного процесса, при хорошем тренере, для которого важно сделать из вас или вашего ребенка здорового, сильного, красивого человека, а не чемпиона. Но вы где-нибудь такое в спортивной гимнастике и в спорте вообще видели? Я - нет. В связи со спортивной гимнастикой интересный вопрос. А откуда взялось ее содержание, ее элементы, которые можно использовать? Да она их сама для своих целей, откуда только можно и прихватила. И методы тренировки тоже. Так же как военные ребята прихватывают себе то, что изначально предназначено для созидания. В этом отношении спортивная гимнастика - один из примеров того, как спорт из добра делает... Ну - что делает, то делает.

Чем спортивная гимнастика отличается от других видов? Тем, что физические упражнения выполняются на специальных снарядах: на брусьях, кольцах, бревне и т.п. Но для чего эти снаряды когда-то придумали? Чтобы использовать, как тренажеры и развивать человека физически. В школах их обычно так и используют. Если дело не касается зачетов. Процесс обучения, так называемые подводящие упражнения - вот, что из спортивной гимнастики можно было бы использовать, но... И это не ее изобретение. Самое большое несчастье спортивной гимнастики в том, что этот древний вид физкультуры превратили в средство, которое отбивает людям всякое желание заниматься физкультурой уже с детства, уже в школе. В чем дело? А в том, что спортивная гимнастика, особенно женская, это детский спорт. Лет в 14 - 16, а то и раньше, большинство уже прекращают ей заниматься как неперспективные или из-за полученных в процессе тренировок и соревнований травм и болячек. Кому-то, конечно, везет, и они обходятся без проблем для здоровья, но это исключение. Поэтому как вид физкультуры для большинства людей спортивную гимнастику нужно исключить. Вместе со всеми спортивными снарядами, которых полно в школах и которые вызывают у детей больше страха, чем интереса и отбивают желание заниматься. Отбивают и еще кое-что. Через коня прыгали? Правда виноваты в этом не сами снаряды, а те, кто их использует. Вернее навязывает.

Спортивная гимнастика, как и все другие спортивно-соревновательные виды, не является и совершенным средством общей физической подготовки, т.е. не может быть средством физического совершенствования человека, а только некоторых его качеств и, с точки зрения общеобразовательной, не самых важных. В этом отнощшении физкультурные виды и тем более физкультурные системы - культуризм, шейпинг, фитнесс и даже аэробика - гораздо лучше, теоретически.

В то же время для мальчиков, особенно физически крепких от природы, спортивная гимнастика - это вполне приемлемый вид. Вспомните фигуры гимнастов. Это вам не футболисты. И уж тем более не марафонцы. Атлеты! Если, конечно, до того, как стать атлетом, не сломают себе шею. Хотя волков бояться - в лет не ходить. Под колесами машин, на рингах или борцовских коврах страдают не меньше. В литературе вообще приводится комический случай, когда один шахматист во время игры сломал себе челюсть.

Мамам - папам, если они, конечно, не хотят компенсировать за счет детей свои личные нереализованные амбиции в спортивной гимнастике, я этот вид рекомендовать не берусь. Особенно для девочек. Сами же взрослые от спортивной гимнастики застрахованы. Их просто никто не возьмет. Хотя какой-нибудь садист-тренер может. Я помню, как один преподаватель кафедры гимнастики института физкультуры (сейчас они все называются академиями спорта) хвастался, как заставлял всех студентов перед сдачей зачета посещать дополнительные занятия, в том числе звезд женского баскетбола. Представляете себе девушку ростом выше двух метров и весом около ста килограммов на бревне или разновысоких брусьях? Да они и по баскетбольной площадке еле передвигаются. Не дай вам бог такого специалиста.

Спортивная гимнастика уже пережила звездный час своей популярности. Сегодня многие даже не знают, что это такое. Правда говорят, что свято место пусто не бывает и сегодня звездный час у какого-то другого "чуда". И, возможно, тот же тренер-садист принимает зачеты по аэробике или...

Близкими, родственными видами спортивной гимнастике являются акробатика и прыжки на батуте. А еще есть фигурное катание на коньках и лыжах, прыжки в воду, синхронное плавание и что-то там еще. Но какие-то из этих видов тоже пережили пик своей славы или, не дожив до него, так и остались в зачаточном состоянии, а какие-то еще ждут своего звездного часа. Как физкультуру можно использовать все, а со спортивной направленностью заниматься ими я не советую.

**Список литературы**

Для подготовки данной работы были использованы материалы с сайта <http://www.sport.iatp.org.ua/>