

28 октября - Всероссийский день гимнастики!



С Днём Гимнастики, друзья!

Физические упражнения оказывают позитивное воздействие на здоровье. Они должны сочетаться с достаточным отдыхом и полноценным питанием. Данный факт был замечен ещё во времена Древней Греции. С тех пор продолжает развитие культ здоровья и красоты посредством нагрузок. Одним из его проявлений является профессиональный праздник.

Когда отмечают

День гимнастики отмечается ежегодно в последнюю субботу октября. Событие пока не закреплено на официальном уровне - в перечне памятных дат РФ. Всероссийский день гимнастики 2017 года выпадает на 28 октября. Он не является общегосударственным выходным. Учредителем выступила Федерация спортивной и художественной гимнастики России в 1999 году.

Кто празднует

В мероприятиях принимают участие все, кто имеет отношение к данному направлению деятельности, вне зависимости от званий и статуса. В их число входят тренеры, подопечные, участники соревнований, заслуженные представители сферы. Праздник отмечается преподавателями, студентами, выпускниками профильных учебных заведений. К торжествам присоединяются их друзья, знакомые, родственники, близкие люди, поклонники этого вида спорта.

История и традиции праздника

Первые соревнования по гимнастике состоялись в России в 1885 году. В олимпийскую программу данный вид

спорта был включен в 1896 году, а с 1903 года стали организовываться чемпионаты мира.

День художественной гимнастики берёт начало в 1999 году. Федерация, объединяющая представителей данного вида спорта, выступила с инициативой по созданию праздника. Идея получила широкую поддержку. Цель мероприятия – популяризация направления, привлечение внимания общественности к достижениям и проблемам сферы. Оно призывает правительство финансировать соревнования, детские секции, оказывать поддержку на международном уровне.

Обычай, носящий неформальный характер, включает в себя организацию застолий. Произносятся поздравления коллегами, родственниками, друзьями и знакомыми. В адрес виновников торжества звучат тосты, пожелания здоровья и успехов в ответственном деле. Звон бокалов дополняет тёплые слова. Собравшиеся делятся накопленным опытом, обсуждают новости, впечатления от состязаний, демонстрируют кубки и медали. Тренеры обращаются к подопечным, говорят напутствия, отмечают важные моменты подготовки к предстоящим свершениям. В средствах массовой информации упоминается о событии. В репортажах рассказывается о видных деятелях отрасли.

Организовываются развлекательные мероприятия, включающие в себя командные конкурсы, в которых нужно проявить ловкость, эрудицию. Победителям полагаются ценные презенты. Всероссийский день спортивной гимнастики примечателен тем, что устраиваются соревнования; чемпионов премируют призами. Проходят церемонии награждения почётными грамотами, дипломами за выдающиеся достижения. Традицией стало проведение в конце десятого месяца года семинаров по вопросам данного направления.

О профессии

Гимнастика бывает двух видов: спортивная и художественная. К первой относятся соревнования на гимнастических снарядах, в вольных упражнениях и опорных прыжках. Ко второй принадлежат разнообразные гимнастические и танцевальные упражнения под музыкальное сопровождение с каким-либо предметом (обручем, лентой, мячом) либо без него.

Представители профессии занимаются физической подготовкой для участия в состязаниях. Как правило, тренировки проходят в течение шести дней в неделю. Данный напряжённый режим является необходимым условием для поддержания физического состояния и наращивания результатов. Карьера подразумевает начало занятий в детстве.

В раннем возрасте ребёнок посещает занятия, на которых даётся базовое развитие, формируется выносливость, гибкость. Неотъемлемой частью становится участие в соревнованиях в определённой возрастной категории. Лучшие воспитанники школ принимаются в сборную, выступающую на международных турнирах и Олимпийских играх.

Далее путь в спорте может продолжаться в качестве тренера. Профессия гимнаста в западных странах относится к числу высокооплачиваемых. Этому способствует заинтересованность спонсоров, рекламных компаний и поддержка государства.