

Ministry of Education and Science of Ukraine

National University of Food Technologies

**92th
International scientific conference
of young scientist and students**

**"Youth scientific achievements
to the 21st century nutrition
problem solution"**

April, 20–24 2026

Part 3

Kyiv, NUFT, 2026

Міністерство освіти і науки України

Національний університет харчових технологій

92-а
Міжнародна наукова
конференція молодих учених,
аспірантів і студентів

"Наукові здобутки молоді –
вирішенню проблем
харчування людства у ХХІ
столітті"

20–24 квітня 2026 р.

Частина 3

Київ НУХТ 2026

7. Становлення гімнастики як олімпійського виду спорту: історичні передумови та етапи розвитку

Анастасія Поспелова, Наталія Соколова

Національний університет фізичного виховання і спорту України Київ, Україна

Вступ. Генезис спорту є невід’ємним складником еволюції фізичної культури людства. Гімнастика, як одна з найдавніших спортивних дисциплін, пройшла трансформацію від системи прикладних вправ стародавніх цивілізацій до провідного виду програми сучасних Олімпійських ігор.

Матеріали та методи. У дослідженні використано історичний, описовий та аналітичний методи. Матеріалом для роботи стали наукові праці з історії фізичної культури, а також дослідження, присвячені становленню міжнародного спортивного руху та розвитку гімнастики.

Результати та обговорення. Генезис гімнастики пов’язаний з античною традицією Стародавньої Греції, де гармонійний розвиток тіла розглядівся як невід’ємна детермінанта пайдеї [2, с. 337]. Освітній процес того часу передбачав комплекс вправ, спрямованих на розвиток силових якостей, витривалості, гнучкості та локомоторної координації. Особливо активний етап становлення гімнастики припав на межу XVIII–XIX століть у Європі, коли з’явилися перші науково обґрунтовані методики підготовки. Ключову роль відіграв німецький педагог Фрідріх Людвіг Ян. Він запровадив використання спеціальних снарядів – перекладини, брусів та кілець, що стали фундаментом цієї дисципліни. Важливою подією стало створення у 1881 році Міжнародної федерації гімнастики. Її метою було встановлення єдиних правил змагань та координація розвитку гімнастики на міжнародному рівні. Це стало важливим кроком у формуванні сучасної системи спортивних змагань.

Черговим етапом еволюції дисципліни стало відродження Олімпійських ігор наприкінці XIX століття. Ініціатор олімпійського руху П’єр де Кубертен розглядав гімнастику як фундаментальний вид спорту. Гімнастика була офіційно представлена на перших Олімпійських іграх 1896 року в Афінах [1, с. 53]. Програма охоплювала вправи на перекладині, паралельних брусах, кільцях, коні (махи) та лазіння по канату. У змаганнях взяли участь понад 70 атлетів, які представляли 9 країн світу. Першочергово олімпійська програма передбачала участь виключно чоловіків. Офіційна інтеграція жіночих змагань до програми Олімпійських ігор відбулася у 1928 році (Амстердам). Впродовж XX століття гімнастика еволюціонувала у високотехнологічну галузь з уніфікованою системою оцінювання складності (*D-score*) та техніки (*E-score*). Сьогодні вона є фундаментом олімпійського руху, що об’єднує спортивну, художню гімнастику та стрибки на батуті. Сучасний розвиток виду спорту базується на синергії традицій та адаптації до вимог професійного спорту.

Висновки. Гімнастика пройшла еволюційний шлях від атлетичних практик Античності до фундаменту сучасного олімпізму. Ключовими етапами її становлення стали наукове обґрунтування європейських систем фізичного виховання XIX ст., інституціоналізація у формі Міжнародної федерації та інтеграція в програму перших Олімпійських ігор 1896 року.

Література: 1. Bulatova M, Platonov V. Olympism and the Olympic education: history, modernity, future. *Science in Olympic Sport*. 2019. С. 52-76. 2. Круцевич Т. Ю. Передумови виникнення та розвитку адаптивного спорту. Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві. 2013. № 1. С. 336-343.