

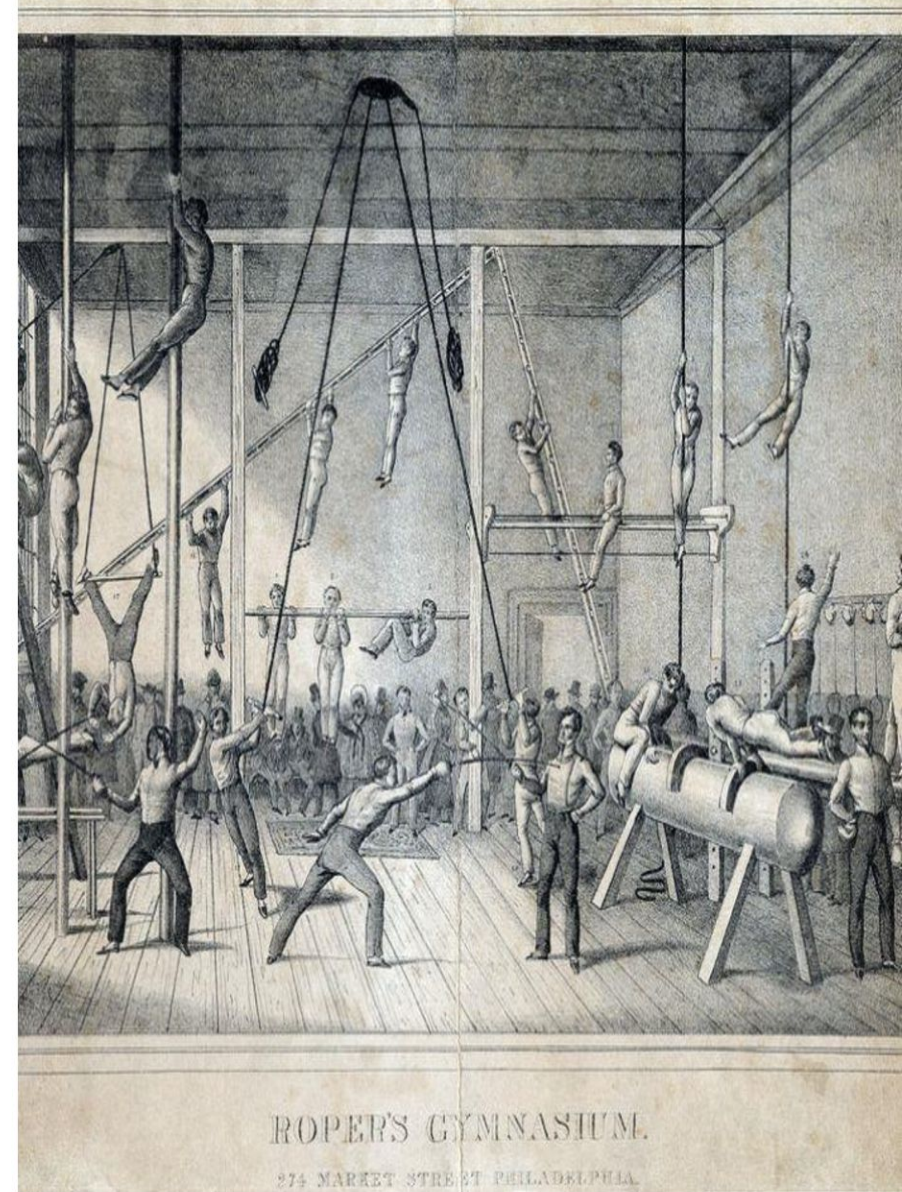
# JIMNASTIK 2

# TARİHSEL GELİŞİM 7

Jimnastik kelimesi ilk zamanlar her ne kadar şimdiki beden eğitimi ve spora tekabül etse de modern zamanlara doğru gidildikçe bu iki kavram birbirinden ayrılmaya başlamıştır.

İlk olarak 18. yüzyılda Avrupa'da okul eğitiminin bir parçası olarak görülen ve eğitim programlarına alınan Jimnastik, sonraki dönemlerde önemini giderek anlaşılmasıyla gelişimine devam etmiştir.

Aynı zamanda bir eğitimci olan ve sonradan "jimnastiğin büyükbabası" olarak adlandırılan Guts Muths, Jimnastiğin Yunan kökenlerinden de yararlanarak "dünyada jimnastik adına çıkarılan ilk kitap olan "gençlik için jimnastik" kitabını yazmıştır.



# TARİHSEL GELİŞİM 8

- Jimnastiğin günümüzdeki şeklini almasında ise 18 ve 19. yüzyıllarda ünlü olan gezgin akrobat ve hokkabazların etkisi vardır.
- Bu kişiler esneklik, denge ve güçlerini göstermek için akrobatik hareketler yapmışlar, ve bugünkü jimnastik hareketlerine katkı sağlamışlardır.



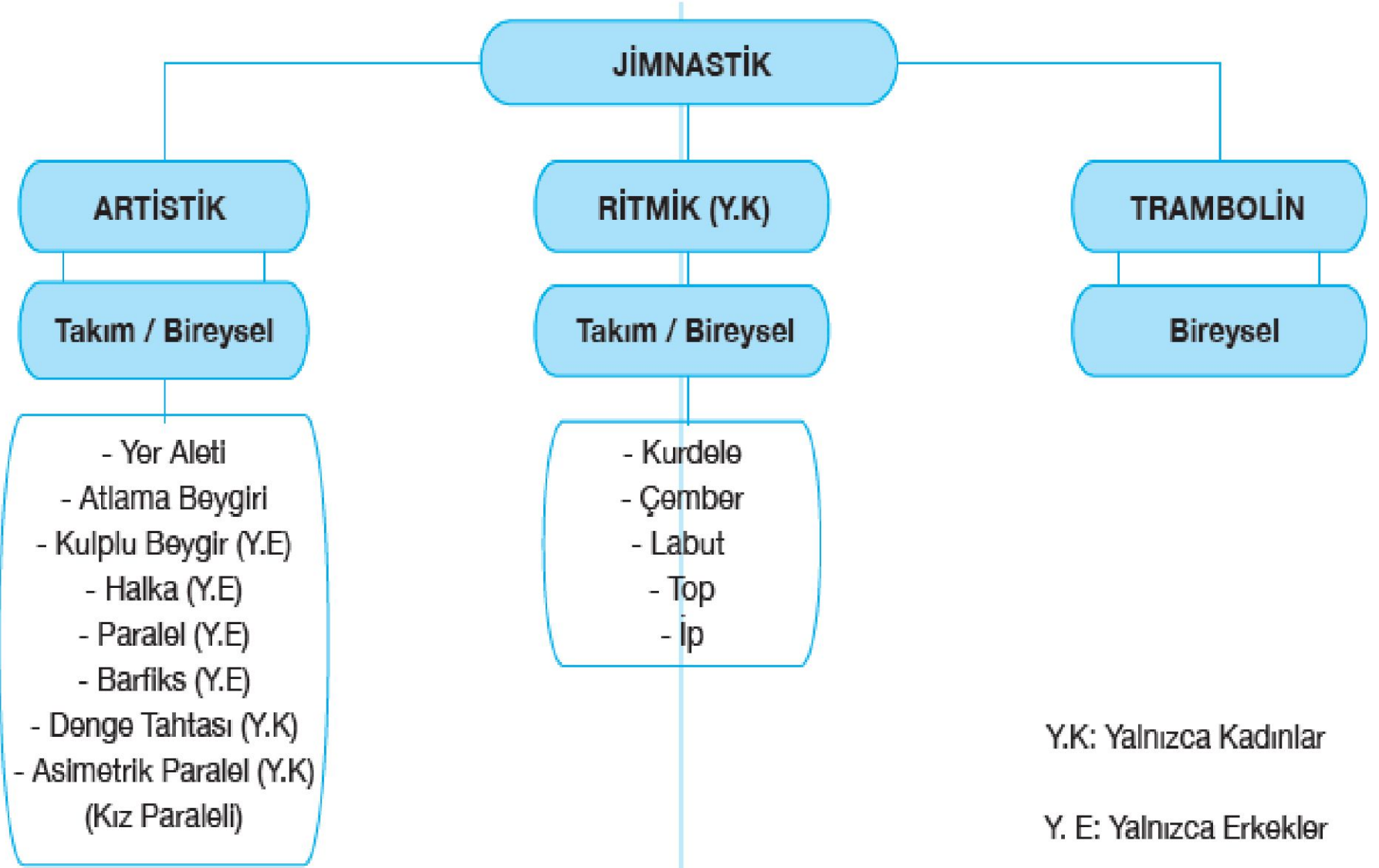
# TARİHSEL GELİŞİM 9

- Ancak günümüz jimnastiğinin şekillenmesinde en önemli katkı Alman eğitimci Frederick Jahn'a aittir.
- Jahn, çocukların spora teşvik edilmesini önemsemiş ve açık hava aktivitelerine onlara daha iyi imkanlar sunmak için çeşitli aletler kullanmış veya ihtiyaca göre bunları kendisi icat etmiştir.
- Bu aletler arasında paralel bar, kulplu beygir ve denge tahtası vardır.
- Bu gelişmeleri takiben dünyanın en eski uluslararası spor federasyonu olan “Uluslararası Jimnastik Federasyonu (FIG: Federation Internationale de Gymnastique)” 1881 yılında Belçika'da kurulmuştur.

# TARİHSEL GELİŞİM 10

- Jimnastiğin uluslararası alanda görünürlüğünün artması ise 1896 yılındaki ilk olimpiyatlarda olmuştur.
- Bu olimpiyatlarda jimnastik barfiks, paralel bar, kulplu beygir, halka, ip tırmanma, atlama, takım paralel bar ve takım barfiks yarışmaları olmak üzere toplam 8 branşta temsil edilmiştir.
- 1896 yılında düzenlenen ilk modern olimpiyat oyunlarından bu yana olimpiyatlarda yer almaya devam eden jimnastik bugün olimpiyatlarda 3 disiplinde 18 yarışma ile temsil edilmektedir.

# ATLETİZMDE BRANŞLARIN SINIFLANDIRILMASI



**Not:** Yapılan sınıflandırma olimpik branşlar esas alınarak yapılmıştır.

# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Temel Kurallar 1

- Olimpik düzeyde artistik jimnastik yarışmaları hem kadınlar hem de erkeklerde, takım ve bireysel olmak üzere iki kategoride yapılır.
- Yani bir sporcu dereceye girmesi halinde her iki kategoride de madalya alabilir.
- Artistik jimnastikte kadınlar ve erkeklerde yer aleti ve atlama tahtası (beygiri) aletleri ortaktır.
- Bunun yanında Kulplu beygir, Halka ve Paralel aletlerinde yalnızca erkekler yarışırken, Denge ve Asimetrik Paralel (kız paraleli) aletlerinde yalnızca kadınlar yarışır.

# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Temel Kurallar 2

- Artistik Jimnastikte, seçme yarışmaları, takım finalleri, bireysel finaller ve alet finalleri olmak üzere toplamda 4 yarışma yapılır.
- Seçme yarışlarında yarışmaya katılan tüm sporcular yer alır.
- Hem takım finallerine hem de bireysel finallere kalan sporcular seçme yarışları sonucunda belirlenir.
- Seçme yarışları sonucunda alınan puanlara göre, takım sıralaması, bireysel sıralama ve alet bireysel sıralaması belirlenir.