



**ГІМНАСТИКА ХУДОЖНЯ** — складнокоординований жіночий вид спорту, що поєднує фізичну культуру і мистецтво. У програмі Олімпійських ігор від 1984. Передбачає індивід. і групове виконання вправ з предметами (скакалка, обруч, м'яч, булава, стрічка) під музику. Історія Г. х. починається від 70-х рр. 19 ст., коли рос. лікар і педагог П. Лесгафт створив теорію фіз. виховання, засн. на принципі єдності фіз. та розумового розвитку (виклав її у кн. «Основы естественной гимнастики») і виступив проти теорії, згідно з якою жінка не могла займатися спортом. Француз Г. Демені запропонував систему гімнастики, де окремо виділив заняття з дівчатами («Наукові основи фізичного виховання», 1909), включив вправи з різноманітними предметами (палками, вінками, булавами під музику), а гол. засобом удосконалення фіз. розвитку жінок назвав екзерсис класичного танцю. У 1-й пол. 20 ст. опубл. праці керівника гімнаст. школи в Берліні Г. Медау «Німецька гімнастика», «Джерело форми в русі і музиці», де розроблено систему оригін. вправ із м'ячем, різноманітних за формою, амплітудою і силою кидків. Представник пластичної школи, франц. співак і актор Ф. Дельсарт вивчав рухи і жести у 3-х аспектах: відповідності душев. стану (сімеотика); керування рівновагою тіла (статика); законів послідовності руху (динаміка), — а також здійснив спробу встановити структуру деяких рухів, взаємозв'язок частин тіла при їх виконанні. На основі рукописів, щоденників і спогадів його учениця Стеббанс (США) створила систему рухів, мета якої — фіз. виховання на худож. основі з оздоровленням. Засн. ритм. системи виховання є швейцар. композитор Е. Жак-Далькроз, що наголошував на організації і регулюванні пластичних рухів музикою («Méthode Jacques-Dalcroze» / «Методи Жака-Далькроза», у 5-и ч., 1907–14; «Rhythm, Music and Education» / «Ритм, музика і виховання», 1922); значну увагу приділяв вправам на координацію рухів, груповим та індивід. імпрровізаціям на різноманітні теми. Він заснував та очолював Інститут музики і ритму в Хеллерауе (Німеччина, 1910–14), Інститут Жака-Далькроза в Женеві (1914–50). На вихованні емоц. сприйнятливості класичної музики і абсолют. безпосередності втілення її в русі засн. методика амер. танцюристки **А. Дункан**, що сприяла відкриттю шкіл у Франції, Німеччині, США, Росії.

Центром розвитку Г. х. в Рос. імперії став С.-Петербург, де під впливом ідей Е. Жак-Далькроза князь С. Волконський відкрив курси ритм. гімнастики (1912–16). Після приїзду в Росію А. Дункан її ідеями захопилася К. Ісаченко-Соколова, актриса Моск. худож. театру. 1915 відкрито школу пластики і сценіч. виразності, навч. план якої повністю відображав багатогранність думок

того часу і включав пластику, ритм. гімнастику, міміку та сольфеджіо. Осн. завданням був розвиток виразного руху і культури тіла. 1917 школа розпалася. Учениця цієї школи З. Вербова («Мистецтво довільних вправ», 1967) створила студію худож. руху, якій 1923 надано статус Держ. худож. школи. Гол. дисциплінами тут були пластика і постановочно-режисер. робота. Для підготовки викладач. кадрів у травні 1920 в Ленінграді відкрито Інститут ритму, програма якого включала заг.-пед., муз. та рухову (шведська гімнастика, пластика, нар. танець) підготовки, згодом у навч. план введено також муз.-пластичні етюди, розроблені А. Невинською і Р. Варшавською. Учасники студії «Гептахор» (7 прибічників хореографії) сформулювали осн. своє завдання як «всебічний розвиток рухового рефлексу на музику», кер. С. Руднева розробила «систему рухової гімнастики» і спільно з Є. Мербиць — програму гуртків худож. руху для фізкультур. секцій профспілок. 1927 «Гептахор» включено в систему держ. навч. закладів. Навчання пластики проводила Є. Горлова, зав. дит. студії від 1923, використовуючи конструкції, предмети (м'яч, шарф, стрічка), домагалася осмислення і конкретності руху. Вона ж ініціювала створення Асоц. пластичних робітників, уклала єдину систему худож. руху, здійснила запис і класифікацію вправ Г. х. Початк. період розвитку Г. х. характеризувався розрізненням і протиставленням шкіл, відсутністю єдності принципів, завдань і методів їх роботи. Спроби уніфікації здійснено 1929, коли в Ленінгр. інституті фізичної культури ритміку ввели як обов'язковий предмет, а 1932 організовано доцерантуру худож. руху, 1934 — Вищу школу худож. руху. 1936 з ініціативи А. Ларіонової і Ю. Шишкар'євої Г. х. включено до системи фізичної культури СРСР як самост. вид спорту, розроблено єдину типову програму для навч. занять з різноманітним формуванням своєрідного виду гімнастики, визначеного як новий вид спеціалізації для дівчат і жінок. 1939 у Ленінграді проведено перше змагання з Г. х. — особиста першість за довільною програмою, 1941 — змагання за класифікац. програмою 1–3 розрядів. 1946 ленінгр. систему Г. х. визнано як найбільш обґрунтовану і цілеспрямовану (розглядали також естон. і моск. системи). 1947 у Таллінні відбувся 1-й всесоюз. конкурс за довільною програмою, 1948 у Тбілісі — 2-й особисто-командний — ці конкурси виявили розбіжності у змісті вправ і непридатності форми їх проведення. Від 1949 стали проводити щорічні чемпіонати СРСР почергово серед збірних команд та спорт. т-в і відомств; розроблено перші 3 всесоюзні класифікац. програми (1950, 1954, 1956) і правила змагань (1950, 1951, 1954 і 1955). Однак 1952 Президія Всесоюз. секції гімнастики

виключила зі всесоюз. календаря змагань Г. х. як неолімп. вид спорту. Лише введення 1954 програми майстра спорту з Г. х. сприяло остаточному утвердженню і подальшому розвитку цього виду спорту. 1958 створ. Всесоюзну федерацію худож. гімнастики. 1972 прийнято класифікац. програму СРСР. 1961 рад. систему Г. х. визнано найприйнятнішою для змагань на першість Європи (від 1963) та першість світу (від 1965) у довільній програмі. 1967 до програми чемпіонату світу включено групові вправи, від 1987 розігрують абсолютну першість (сума 2-х вправ) і першість в окремих видах, від 1983 — Кубок світу в багатоборстві, окремих видах і групових вправах. Команда СРСР неодноразово ставала чемпіоном світу в групових вправах (1967, 1975, 1977, 1979, 1989, 1991). Від 1978 проводять чемпіонат Європи з багатоборства і в групових вправах. Від 1986 — першість Європи і від 1989 — Кубок Європи серед юніорок. Від 1984 Г. х. входить до програми Олімпійських ігор, спершу розігрувалася лише особиста першість у багатоборстві, від 1996 — абсолютна першість у багатоборстві та у групових вправах.

Зародження Г. х. в Україні безпосередньо пов'язане з іменами *О. Семенової* (випускниця Держ. худож. школи) та *В. Зінченко* (згодом перша голова Укр. федерації худож. гімнастики). Перший чемпіонат України з Г. х. відбувся 1948 у Харкові, де перемогла Л. Сильченко (тренер — Т. Воїна). Абсолютні чемпіонки України: *О. Бірюк*, М. Булгакова, В. Волошина, Е. Старожилова, А. Нужна, Л. Бугаєнко, І. Соколова, Л. Парадієва-Середа, Ж. Васюра, І. Дерюгіна, С. Вальянникова, Н. Мещерякова, Б. Тарасова, В. Ткачова, О. Тимошенко, О. Скалдін, К. Серебрянська, В. Яні, В. Стадник, Т. Попова, Т. Єрофеева. Серед укр. спортсменок абсолют. чемпіонками СРСР з Г. х. ставали О. Бірюк (1955–58, 1963), Л. Парадієва-Середа (1965–67, 1970), Н. Овчинникова (1969), І. Дерюгіна (1975–79), О. Тимошенко (1989), О. Скалдін (1990–91). Абсолютні чемпіонки світу: І. Дерюгіна (1977, Базель; 1979, Лондон), О. Тимошенко (1989, Сараєво), О. Скалдін (1991, Афіни), К. Серебрянська (1993, Брюссель; 1995, Відень), *О. Вітриченко* (1997, Берлін). Переможниці і призерки чемпіонатів світу: Л. Євтушенко-Бережна (Київ), С. Савинкова (Сімферополь), *Е. Кекерчені*, О. Родіонова-Литовченко (Запоріжжя). Серед призерів Олімпійських ігор — О. Тимошенко (3-є м., Сеул, 1988; абсолютна чемпіонка, Барселона, 1992), О. Скалдін (3-є м., Барселона, 1992), К. Серебрянська (1-е м.), О.

Вітриченко (3-є м.; обидві — Атланта, 1996; 4-е м., Сідней, 2000). Серед провідних тренерів — А. Сафроненко (Львів), Д. Мавроматі (Одеса), Л. Жиліна, М. Кульпинська, *В. Глухих* (Запоріжжя), *В. Кремер* (Київ), Л. Серебрянська (Сімферополь). На сьогодні успіхи укр. Г. х. нерозривно пов'язані з тренер. діяльністю *А. Дерюгіної*, яка спільно з дочкою створила Школу худож. гімнастики Дерюгіних, на базі якої тренується збірна команда України. У школі підготували абсолютну чемпіонку 25-х Олімпійських ігор (Барселона, 1992) О. Тимошенко та бронзовий призерку цих ігор О. Скалдіну; чемпіонку і призерку чемпіонатів і Кубків світу та Європи Ж. Васюру, О. Щоголеву-Яковенко, О. Плохову, Е. Хозлу, *В. Безсонову*, Н. Синіцину, В. Стадник, Т. Попову, *Г. Безсонову*, *Н. Годунко* та ін. У Центрі олімп. підготовки в Сімферополі (старший тренер — Л. Серебрянська) виховали абсолютну олімп. чемпіонку К. Серебрянську, призерку чемпіонату світу в команд. заліку Є. Гатилову, переможницю Балкан. олімп. ігор Є. Ткаченко. В Одес. школі худож. гімнастики (старший тренер *Н. Вітриченко*) підготували бронзовий призерку 26-х Олімпійських ігор О. Вітриченко, володарку Кубка Європи серед молоді І. Кобець, Н. Жаданову. Від 1984 у Харкові проводять міжнар. турнір «Кубок О. Семенової». Відкриттями цього турніру були О. Тимошенко і О. Скалдін, О. Вітриченко і К. Серебрянська, І. Кобець, Є. Ткаченко та ін. Центром підготовки майстрів Г. х. є також Харків. інститут фізичної культури, де створ. першу нац. класифікац. програму (автор — В. Любимова), підготовлено правила для тренерів і суддів України. Від 1992 проводиться міжнар. турнір «Кубок Дерюгіної», що від 1997 набув статусу «Гран-Прі». Спорт. клуби «Грація» (Сімферополь), «Школа Дерюгіних» (Київ) та «Чорноморець» (Одеса) входять за рейтингом до 6-и найсильніших клубів світу.

#### Рекомендована література

1. Собинов Б. Путь к красоте. Москва, 1964;
2. Горлач Л. Прима граций. К., 1980;
3. Дерюгіна А. Півтори хвилини до Олімпу. К., 1984;
4. Варшавская Р. А., Шишкарева Ю. Н., Варакина Т. Т., Ларионова А. Н. и др. Поэзия движений. Ленинград, 1987;
5. Дункан А. Танец будущего. Моя жизнь. К., 1990.

*В. В. Любимова, Л. А. Макарова*

**Бібліографічний опис:**

Гімнастика художня / В. В. Любимова, Л. А. Макарова // Енциклопедія Сучасної України [Електронний ресурс] / Редкол.: І. М. Дзюба, А. І. Жуковський, М. Г. Железняк [та ін.] ; НАН України, НТШ. — К. : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2006. — Режим доступу: <https://esu.com.ua/article-30178>

2001-2025 © Ця енциклопедична стаття захищена авторським правом згідно з чинним законодавством України ([докладніше](#)).