**‘’ტანვარჯიში ყველასთვის’’.**

**ტანვარჯიში წარმოადგენ თითქმის ყველა სპორტული დისციპლინის საფუძველს.**

**ტანვარჯიში,მძლეოსნობა და ცურვა სპორტის ის სახეობებია, რომლებიც ყველაზე ძლიერ ახდენენ ზეგავლენას ადამიანის ფიზიკურ და სულიერ ჯანმრთელობაზე და ყველა მათგანი უცვლელად არის წარმოდგენილი ოლიმპირ თამაშებზე. მათ გარეშე ოლიმპიური თამაშების ჩატარება წარმოუდგენელია.**

**დღეისდღეობით ტანვარჯიშის საერთაშორისო ფედერაციის მიერ (FIG), აღიარებული არის 8 ტანვარჯიშის დისციპლინა:**

1. **ტანვარჯიში ყველასთვის**
2. **სპორტული ტანვარჯიში -ვაჟები (ოლიმპიური დისციპლინა)**
3. **სპორტული ტანვარჯიში -გოგონები (ოლიმპიური დისციპლინა)**
4. **მხატვრულ ტანვარჯიში (ოლიმპიური დისციპლინა)**
5. **ბატუტზე ხტომები (ოლიმპიური დისციპლინა)**
6. **სპორტული აკრობატიკა**
7. **სპორტული აერობიკა**
8. **პარკური**

**ამ 8 დისცპლინიდან, საქართველოს ტანვარჯიშის სახეობათა ეროვნულ ფედერციაში ყველა არის აღიარებულ და გაერთიანებული, გარდა პარკურისა.**

**დისციპლინა ‘’ტანვარჯიში ყევლასთვის’’ ზოგადი ახსნა:**

**მიუხედავად იმისა, რომ ბევრისთვის ტანვარჯიში ცნობილია მსოფლიო ჩემპიონატებიდან და ოლიმპიური თამაშებიდან, როგორც მაღალი მიღწევების საშეჯიბრო სპორტი, ტანვარჯიში უფრო მეტია ვიდრე მხოლოდ საშეჯიბრო სპორტი.’’ტანვარჯიში ყველასთვის’’ ეს არის სპორტუილი დისციპლინა, რომლის შესრულება შეუძლია ყველას: ალგაზრდას და მოხუცს, პროფესიონალს თუ მოყვარულს; განურჩევლად ფერისა, სარწმუნოებისა, შეხედულებისა და შესაძლებლობებისა. დისციპლინას ‘’ტანვარჯიში ყველასთვის’’ გააჩნია ოთხი დოგმა : გართობა, ფიტნესი, ტანვარჯიშის საფუძვლები და მეგობრობა. თვითონ დისციპლინის სახელწოდება გვეუბნება, რომ მასში მონაწილეობა შეუძლია ყველა მსურველს. მთავარი არის სურვილი და მონდომება.**

**ტანვარჯიში ყველასთვის ფოკუსირდება ჯანმრთელობაზე, გართობაზე, ფიტნესზე, და მეგობრობაზე.იგი შეიძლება მოიცავდეს:**

* **ტანვარჯიშს, როგორც სპორტული იარაღებით და საგნებით,ასევე მათ გარეშე.**
* **ტანვარჯიშს და ცეკვას.**

**ტანვარჯიში ყველასათვის შეიძლება წარმოდგენილი იყოს დემონსტრაციის საშუალებით, ან წარმოდგენის საშუალებით (მაგალითად ‘’მსოფლიო ჯიმნაესტრადა’’),**

**ან შეიძლება წარმოდგენილი იყოს გუნდების შეჯიბრით (მაგალითად: ‘’მსოფლიო ტანვარჯიში ცხოვრების გამოწვევისთვის’’).ტანავარჯიში ყველასათვის სთავაზობს ესთეტიკური სიამოვნების მიღებას მოძრაობის საშუალებით, როგორც მონაწილეებს ასევე მაყურებლებს, იგი ფოკუსირებას ახდენს უშუალოდ ეროვნულ და კულტურულ ინეტერსებზე. ამ დიციპლინით შეგიძლიათ დაკავდეთ როგორც დახურულ, ისე ღია სივრცეში. ‘’ტანვარჯიშში ყველასთვის’’ გამოიყენება როგორც ტრადიციული ტანვარჯიშის იარაღები და საგნები, ასევე ის დამხმარე საშაუალებები, რასაც გვთავაზობს გარემო ან ბუნება.**

**,,ტანვარჯიში ყველასათვის’’ ღონისძიებები შეიძლება იყოს, როგორც არაშიჯიბრობითი, ასევე შეჯიბრობითი. ტანვარჯიში ყველასთვისს გააჩნია თავისი ტურნირები და ფესტივალები:**

**მსოფლიო ჯიმნასტრადა (WORLD GYMNAESTRADA), მსოფლიო ტანვარჯიში ცხოვრების გამოწვევისთვის (THE WORLD GYM FOR LIFE CHALLENGE), ევროჯიმი (EUROGYM), ტანვარჯიშის ფესტივალი ‘’ოქროს ასაკი’’ (GOLDEN AGE GYM FESTIVAL),**

**ყველა ეს ღონისძიება არის ძალიან მასშტაბური და მასში მონაწილეობას ღებულობს ასობით და ათასობით მონაწილე. მაგალითად: 2019 წელს მსოფლიო ჯიმნაესტრადას უმასპინძლა ავსტრიის პატარა ქალაქმა დორნბირმა და მასში მონაწილეობა მიიღო 20000-მა ტანმოვარჯიშემ.**

**,,ტანვარჯიში ყველასთვის’’ განვითარებით ასევე განვითარდება ტანვარჯიშის სხვა დისციპლინებიც, რადგან რაც უფრო მეტი ადამიანი ჩაერთვება ტანვარჯიშის ამ სახეობაში, მით უფრო მეტი ნიჭიერი და პერსპექტიული ახალგაზრდა მოიყრის თავს და უფრო მეტი შანსი გაუჩნდება მაღალი მიღწევების ტანვარჯიშის დისციპლინებს. ტანვარჯიში ყველასთვის საშუალებას აძლევს ადამიანებს აქტიურად იცხოვრონ მთელი ცხოვრების განმავლობაში. ‘’ტანვარჯიში ყველასთვისს’’ თავისი წვლილი შეაქვს ხალხის ჯანსაღ და ბედნიერ ცხოვრებაში. ტანვარჯიშის საერთაშორისო ფედერციის და ევროვნული ფედერაციების მეშვეობით ‘’ტანვარჯიში ყველასთვის’’ წარმატებულად ვითარდება და ასევე სთავაზობს სხვადასხვა სასწავლო და კვლევით პროგრამებს და აქტივობებს.**

**‘’ტანვარჯიში ყველასთვის’’ ღონისძიებები და აქტივობები:**

* **--ახორციელებს ყველა მონაწილეს განვითარების.**
* **-- სთავაზობს მრავალფეროვნებას და ვარჯიშებში ეროვნული ტრადიციების ჩართვას.**
* **--ახალისებს გუნდურ თამაშებს,სოლიდარობას და არა ინვდივიდუალიზმს.**
* **--აჯილდოვებს, როგორც უბრალოდ მონაწილეობას, ასევე ბრწყინვალე შესრულებასაც.**
* **--ხელს უწყობს მუდმივ მონაწილეობას ტანვარჯიშში.**
* **--ხელს უწყობს ტანმოვარჯიშეს ადრეულ იდენტიფიკაციას და სელექციას რომელიმე დისციპლინისთვის.**
* **--ხელს უწყობს, რომ გახდეთ კატალიზატორი ხალხთა და ერებს შორის, კოლაბორაციიის და გაერთინების საფუძველზე.**
* **‘’ტანვარჯიში ყველასთვის’’ საქართველოში:**

 **საქართველოში ‘’ტანვარჯიში ყველასათვის’’ დისციპლინის განვითარება დაიწყო 2019 წლიდან. 2018 წელს მთვარობამ დაიწყო აქტიური პოლიტიკა სპორტის მასობრივი განვითარებისთვის. აქედან გამომდინარე შედგა შეხვედრები ფედერაციებთან, სადაც აღინიშნა ,რომ საჭირო იყო სპორტის მასობრივი განვითარება დაწყებულიყო ფედერაციების უშუალო ჩართულობით და აქტივობებით.**

* **2019 წელს ჩვენი ფედერციის მენეჯერს ბატონ გიორგი გეგეჭკორს დაევალა ტანვარჯიშის ყველასთვის მიმართულების განვითერება და იგი გაემგზავრა სერბეთში, სადაც მონაწილეობა მიიღო ტანვარჯიშის საერთაშორისო ფედერაციის მიერ გამართულ სემინარში ‘’ტანვარჯიში ყველასთვის’’. აღნიშნულ სემინარში უმეტეს წილად მონაწილეობდნენ ქვეყნები, სადაც ეს დიციპლინა იწყებს ჩამოყალიბებას და განვითარებას.**
* **2020 წელს უკვე დაგეგმილი იყო საერთაშორისო ფესტივალი ‘’ტანვარჯიშში ყველასთვის’’. ხუთი ქვეყნის ფედერაციამ გამოთქვა სურვილი ამ ღონისძიებაში მონაწილოების მისაღებად და 300 ტანმოვარჯიშზე გაკეთდა განაცხადი, მაგრამ სამწუხაროდ პანდემიის გამო აღნიშნული ღონისძიება გაუქმდა.**
* **2020 წელს საქართველოში პირველად ჩატარდა სემინარი ‘’ტანვარჯშში ყველასთვის’’ ადგილობრივი მწვრთნელებისთვის, ტანმოვარჯიშეებისთვის, მენეჯერებისთვის და სხვა დაინტერესებული პირებისთვის. სემინარზე ჩამოვიდნენ მონაწილეები საქართველოს სხვადასხვა კუთხეებიდან. აღსანიშნავია, რომ სემინარის დროს განხორციელდა ონლაინ ჩართვა ტანვარჯიშის საერთაშორისო ფედერაციის და ევროპის ტანვარჯიშის ფედერაციის ექპერტების მიერ. სემინარმა ძალიან დიდი გამოხმაურობა ჰპოვა, როგორც საქართველოში, ისე სხვადასხვა ქვეყნებში. ტანვარჯიშის საერთაშორისო ფედერაციის შესაბამისი დისციპლინის ხელმძღვანელობამ კი ძალიან მოიწონა სემინარის ჩატარება და გამოთქვა მხარდაჭერა მომავალში, მსგავსი სემინარების ჩატარების ხელშეწყობაში.**
* **2021 წელს, მიუხედავად პანდემიისა, საქართვლოს კულტურის, სპორტის და ახალგაზდობის სამინსიტროს დახმარებით, საქართველოს ისტორიაში პირველად ჩატარდა საერთაშორისო დონის ღონისძიება ‘’თბილისის ჯიმნაესტრადა’’. აღნიშნულ ღონისძიებაში მონაწილეობა მიიღეს საქართველოს და აზერბაჯანის 15 გუნდმა. მონაწილეთა რაოდენობა 120 ტანმოვარჯიშე იყო. ღონისძიება ჩატარდა ძლიან მაღალ დონეზე.**
* **2022 წელს დაგეგმილი არის საერთაშორისო ტურნირის ჩატარდება. 2023 წელს სათანადო დაფინანსების შემთხევაში დაგეგმილი გვაქვს ადგილობრივი ფესტივალის და სემინარის ჩატარდება, და ასვე გრანდიოზული საერთაშორისო ფესტივალის ჩატარება.**