

# **ТЕМА ПРОЕКТА «АКРОБАТИКА В МОЕЙ ЖИЗНИ»**

**Ученица 2 «Б» класса Коданёва Фаина  
Руководитель Потехина Л. Г. – учитель начальных  
классов  
МОУ «СОШ № 30» г. Сыктывкара**

**Цель: ЗАИНТЕРЕСОВАТЬ ОДНОКЛАССНИКОВ ОДНИМ ИЗ САМЫХ  
ЗРЕЛИЩНЫХ И КРАСИВЫХ ВИДОВ СПОРТА – АКРОБАТИКОЙ**

**Задачи :**

- 1. Найти информацию об истории акробатики.**
- 2. Выяснить, какие существуют виды акробатики.**
- 3. Определить, что мне дают занятия спортивной акробатикой.**

**Актуальность темы.**

**В настоящее время одной из актуальных проблем является сохранение и укрепление здоровья. Занятия спортом дают более высокую работоспособность, выносливость, повышают физическую привлекательность**

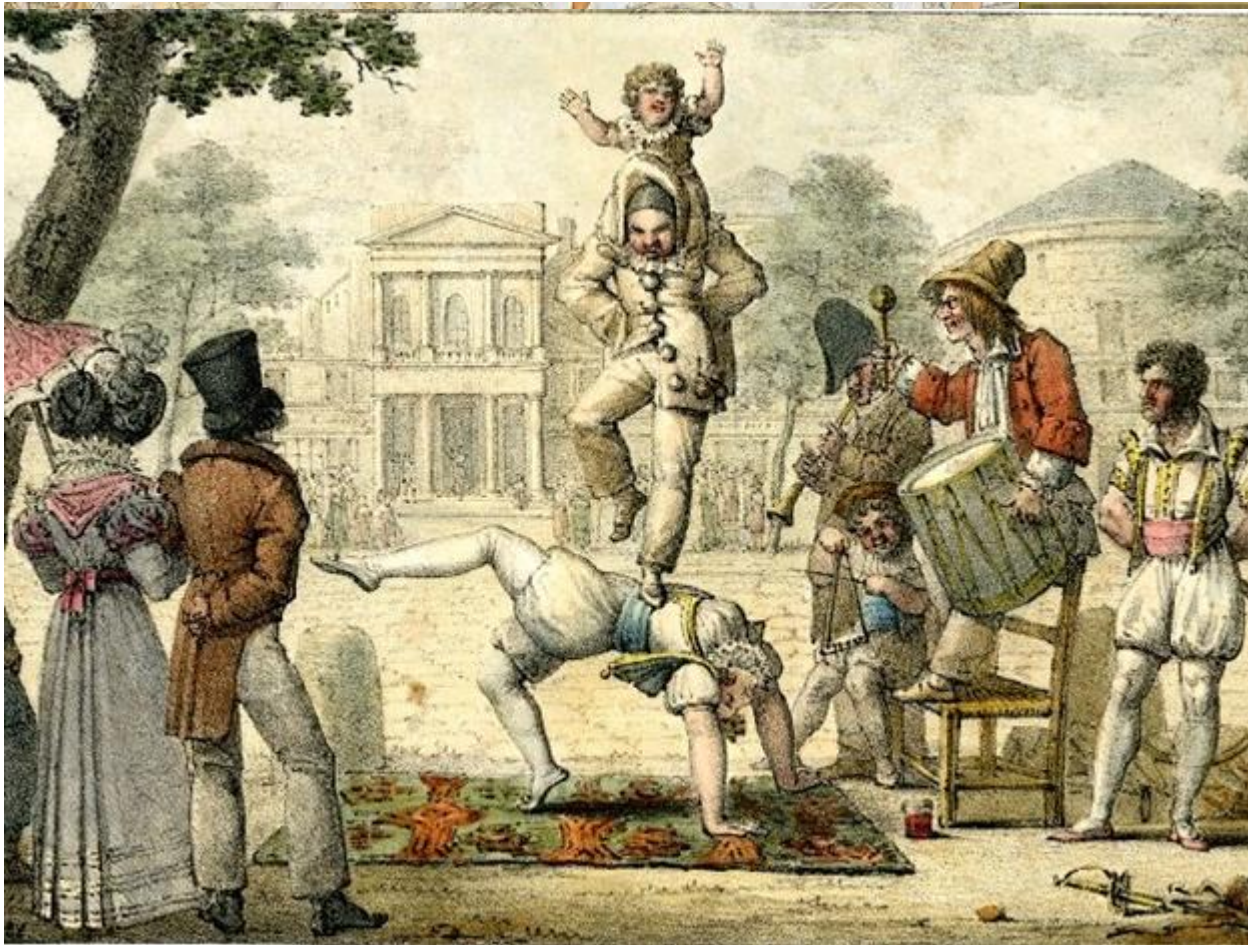


# ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ АКРОБАТИКИ

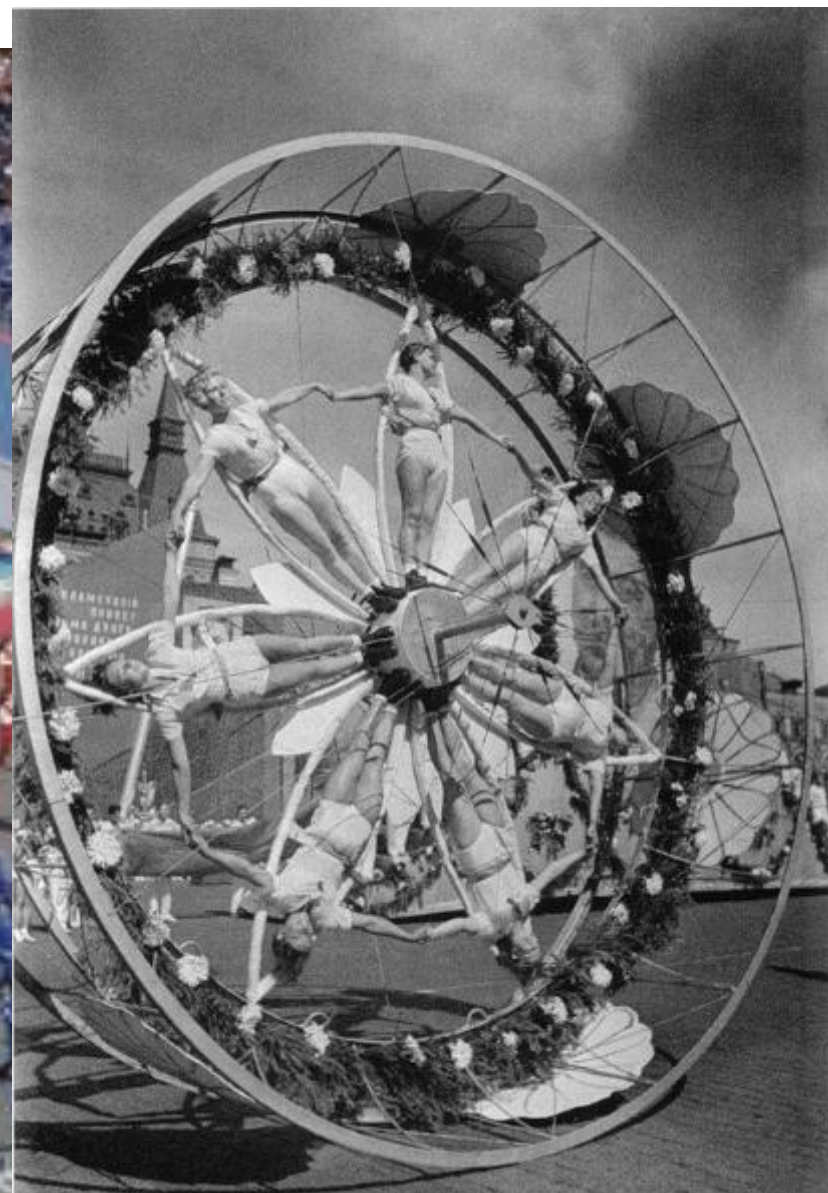
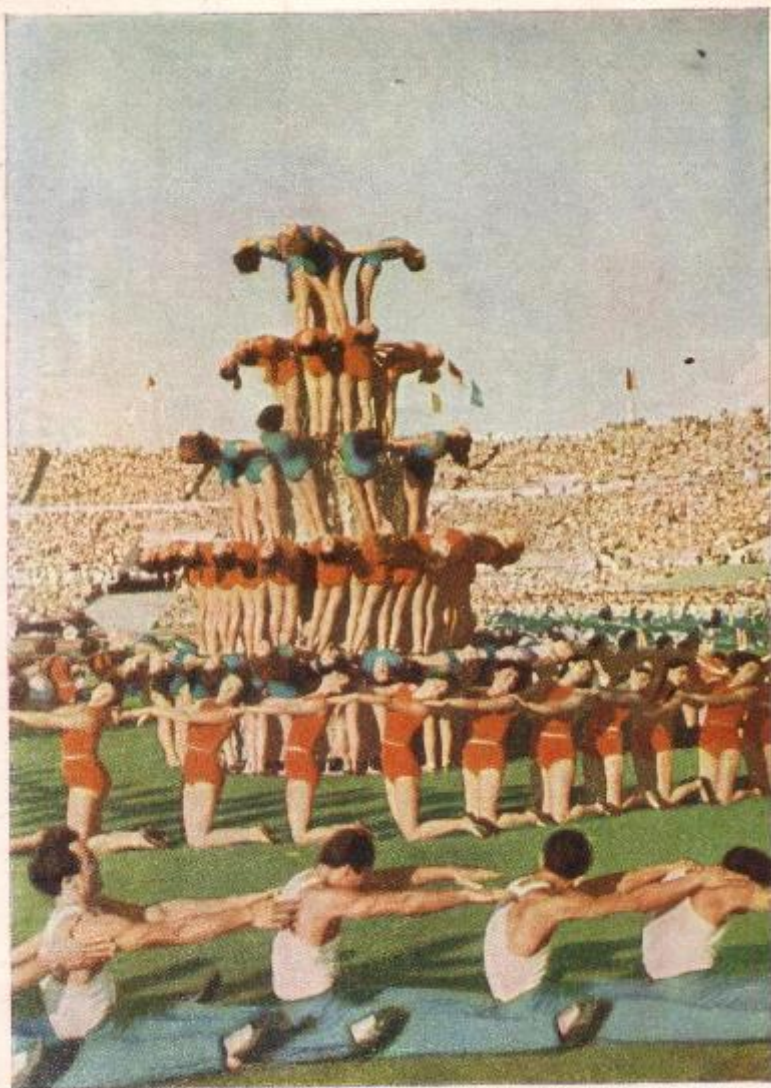
Акробатика, как вид физических упражнений, возникла в глубокой древности. Изображения на сохранившихся памятниках, сосудах, фресках и других изделиях свидетельствуют о том, что этот вид спорта был известен в Древнем Египте



ДАЛЕЕ СПОРТИВНАЯ АКРОБАТИКА ПОЛЬЗОВАЛАСЬ БОЛЬШОЙ ПОПУЛЯРНОСТЬЮ В ЦИРКАХ, УЛИЧНЫХ, КАРНАВАЛЬНЫХ И ДВОРЦОВЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЯХ. КАК САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ ВИД СПОРТА ОНА СФОРМИРОВАЛАСЬ ТОЛЬКО В ПРОШЛОМ ВЕКЕ.



**БОЛЬШУЮ РОЛЬ В ПОПУЛЯРНОСТИ ЭТОГО ВИДА СПОРТА СЫГРАЛИ ВСЕСОЮЗНЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ПАРАДЫ, КОТОРЫЕ ПРОХОДИЛИ РЕГУЛЯРНО С 1936 ГОДА.**



**Но лишь в 1938 году А.К. Бондарев, руководитель Всесоюзной секции, разработал первую классификационную программу и правила соревнований по акробатике. В 1939 году в Москве прошли первые Всесоюзные соревнования по акробатике, которые стали и первыми в мире.**



# *ВИДЫ АКРОБАТИКИ*

*Цирковая акробатика*



*Спортивная акробатика*





## *Лыжная акробатика*



## *Парашютная акробатика*



# ЭЛЕМЕНТЫ АКРОБАТИКИ, КОТОРЫЕ Я ОСВОИЛА

1.Стойка на руках



2.Мост



3.Шпагат



4.Прыжок в полу-шпагате



5.Стойка силой



## ***ВЫВОД***

**Акробатика помогает мне развиваться физически, становиться более гибкой. Это мне помогает и в учебе, да и в жизни вообще. Основы акробатики – это основа практически большинства видов спорта. На уроках физической культуры мы занимаемся лёгкой атлетикой, изучаем лыжный спорт. Акробатическая подготовка очень помогает мне достигать результатов в изучении других видов спорта. Если бы меня спросили, стоит ли заниматься акробатикой, я бы рекомендовала всем детям и ребятам попробовать научиться основам акробатики: это ведь не только полезно, но интересно и увлекательно!**



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**



## ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ:

<https://yandex.ru/images/search?text=история%20акробатики&stype=image&lr=19&noreask=1&source=wiz>

[http://acrobat.ucoz.ru/publ/istorija\\_akrobatiki/istorija\\_akrobatiki/9-1-0-8](http://acrobat.ucoz.ru/publ/istorija_akrobatiki/istorija_akrobatiki/9-1-0-8)

<http://referatwork.ru/refs/source/ref-40702.html>

<http://www.kakprosto.ru/kak-902927-sportivnaya-akrobatika-kak-vid-sporta#ixzz3zgsUNe2G>

