

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

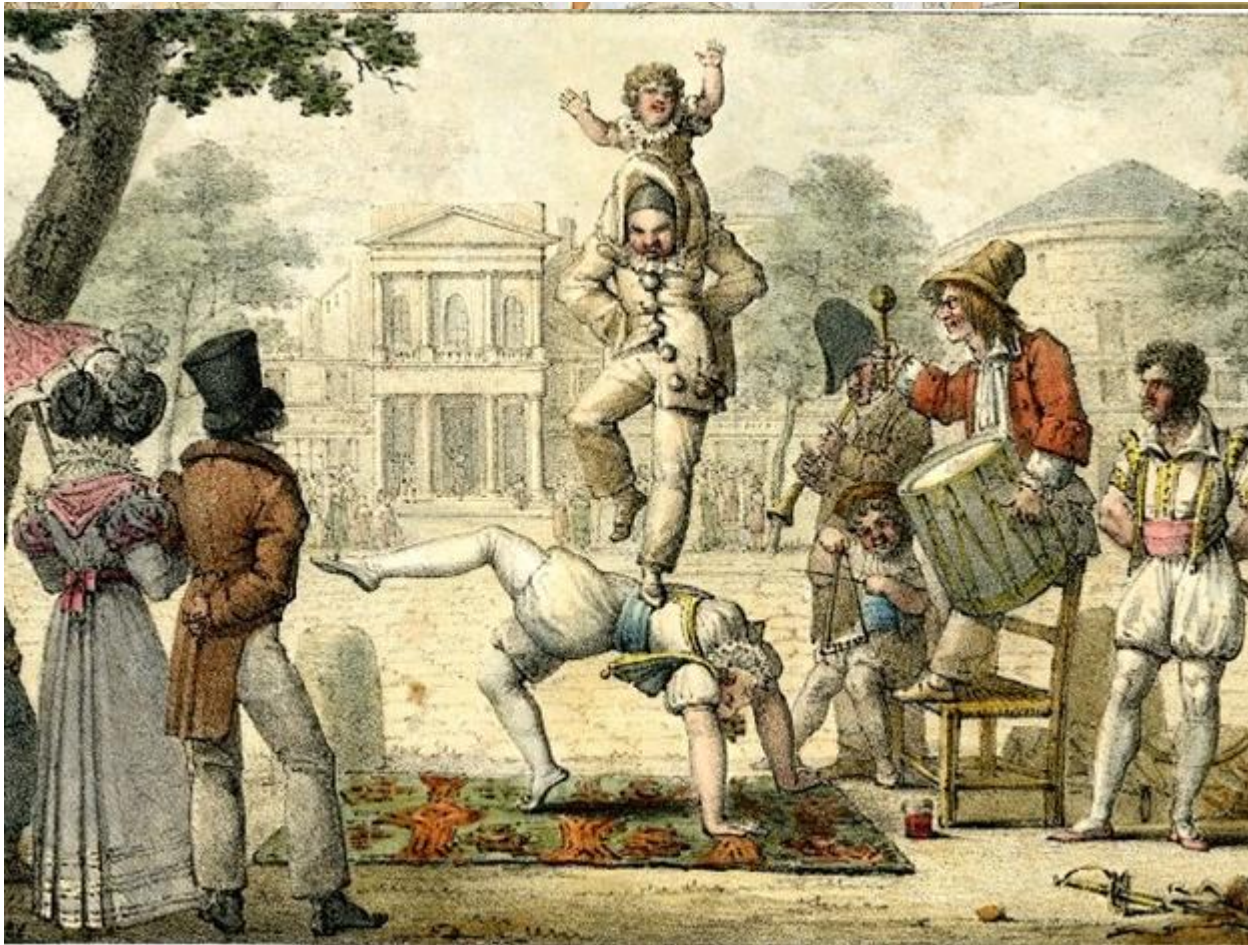


ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ АКРОБАТИКИ

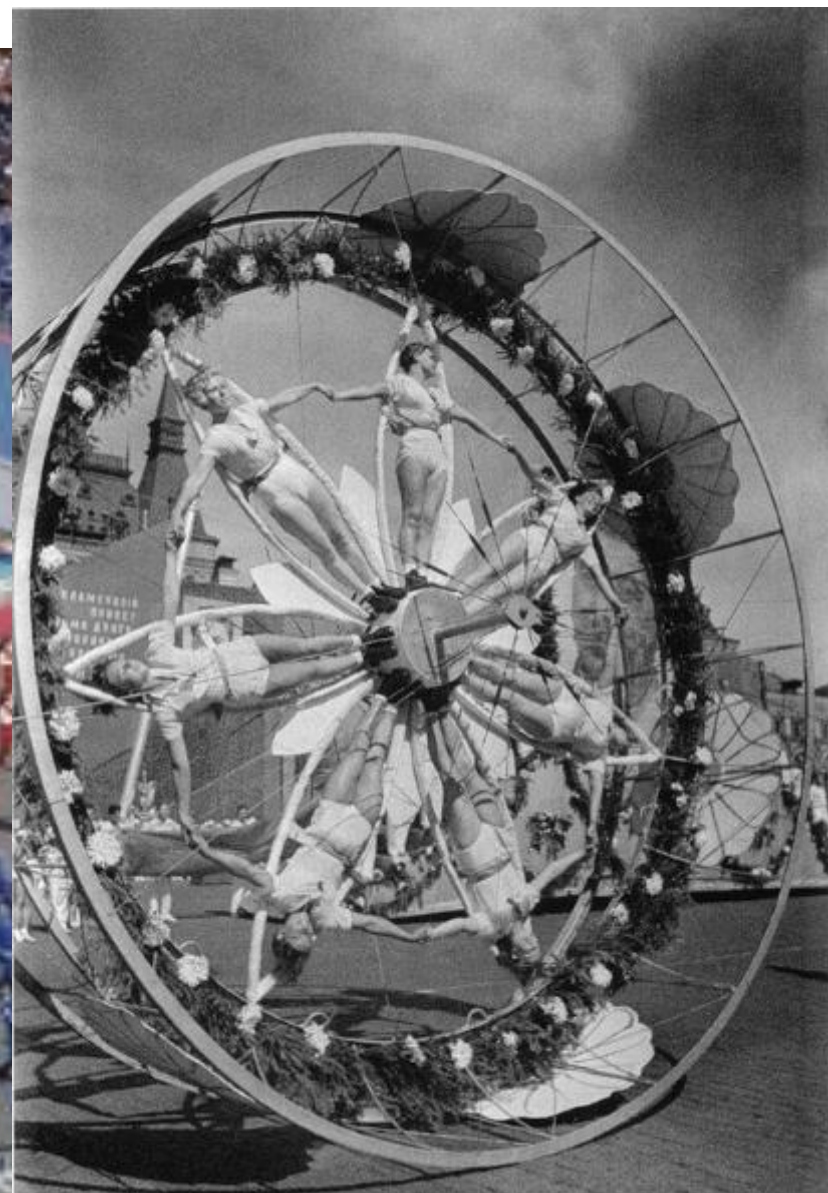
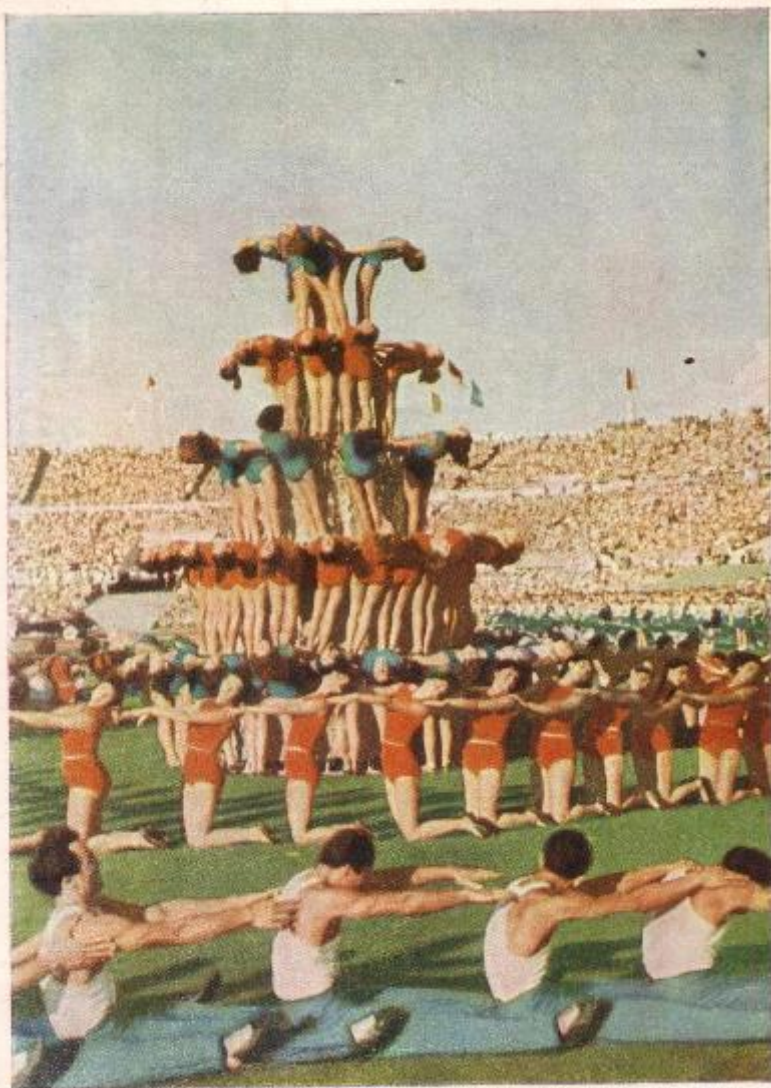
Акробатика, как вид физических упражнений, возникла в глубокой древности. Изображения на сохранившихся памятниках, сосудах, фресках и других изделиях свидетельствуют о том, что этот вид спорта был известен в Древнем Египте



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

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

