



ГБОУ центр развития ребенка-
детский сад №2402

АКРОБАТИКА

Инструктор по физкультуре
Евстафьева Татьяна Ивановна

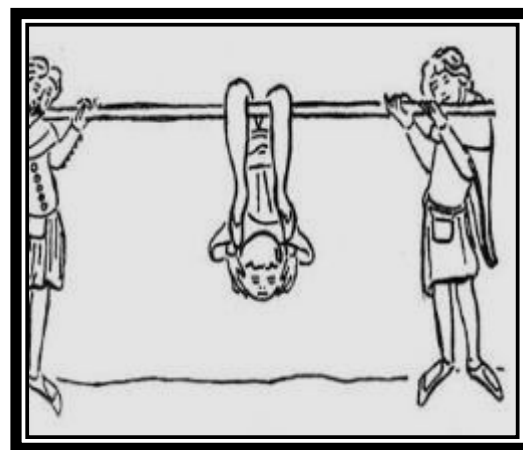
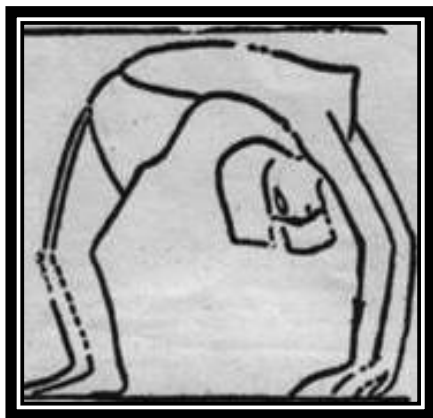


АКРОБАТИКА

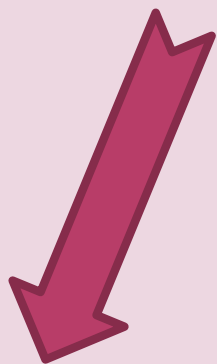
- Название «акробат» произошло от греч. слова - «акробатэс» - «подымающийся вверх»
- Акробатика - вид спорта, в котором выполняются акробатические упражнения, связанные с сохранением равновесия и вращением тела с опорой и без опоры.
- Этот вид спорта не требует специального зала и сложного оборудования. Можно заниматься даже дома, расстелив плед или небольшой матрасик.

История акробатики

- Акробатика появилась в глубокой древности. Изображения на сохранившихся памятниках, сосудах и других изделиях свидетельствуют о том, что этот вид спорта был известен в Древнем Египте за 2300 лет до н.э.
- Раньше акробатами называли канатоходцев, танцовщиков, актеров, скоморохов, которые в своих выступлениях кувыркались, выполняли прыжки и перевороты. Артистов, выступавших в этом жанре, называли «люди без костей».
- Акробатика составляла обязательную часть увеселительных зрелищ.



АКРОБАТИКА



Парная



Групповая

Парная акробатика



Мужские пары



Смешанные пары



Женские пары

Женские пары



Мужские пары



Смешанные пары



Групповая акробатика

3



4



Женские тройки



Мужские четверки



Прыжковая акробатика



В 2000 году переведена в Федерацию прыжков на батуте. Но акробатические прыжки являются составной частью вольных упражнений в парной и групповой акробатики.

Значение акробатики

Акробатика положительно влияет на развитие координации движений, управление телом в пространстве и в полете. Установлена зависимость между акробатической подготовкой спортсменов и повышением спортивного мастерства в тех видах спорта, где требуется ловкость, смелость, решительность, ориентировка в пространстве, вестибулярная устойчивость и навыки самостраховки.

Базовая акробатическая подготовка необходима спортсменам в разных видах спорта.

Гимнастика



Фигурное катание



Парашютная акробатика



Фристайл



Прыжки в воду



Синхронное плавание



Акробатика в танцах

Рок-н-ролл



Балет



МОИ ЗАНЯТИЯ АКРОБАТИКОЙ



Мастер спорта СССР по акробатике



Центр развития ребенка №2402

Акробатика на физкультуре



ВЫСТУПЛЕНИЯ ДЕТЕЙ



Выступления детей из спортивной школы

