**Спортивная акробатика – целый мир, который развивает человека, как всесторонне развитую личность - современного человека.**

Автор: Спиридонов Кирилл Сергеевич

Организация: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №12» города Чебоксары Чувашской Республики

Населенный пункт: Чувашская Республика, город Чебоксары.

В данной статье я расскажу Вам, какие могут быть вопросы у человека, не знающего про этот вид спорта, и попробую, на некоторые из них доступно ответить, исходя из своих знаний, которые могут быть верными, на тот момент времени, в котором я пишу эти изречения, и в ходе времени они могут изменится. Данная статья имеет философско-мыслительный характер, и кто-то с этим может и не согласится, а что-то даже может быть и не совсем точно, так как я, пишу это, из позиции своих взглядов, на определённые стороны смысла, спортивного мира в целом.

Основные моменты статьи, которые мы рассмотрим:

Первое и самое главное, я рассмотрю вопросы для Вас, которые могут быть у человека, незнающего спортивную акробатику, и для чего эти вопросы нужны?

Второе - что есть в спортивной акробатике, что она изучает?

Третье - я подведу для Вас, небольшие итоги.

Вопрос первый.

Сразу начну с главного ответа, на вопрос такой: Для чего эти вопросы нужны Вам.

Ответ мой таков, на этот вопрос: я думаю, если Вы читаете эту статью, то эти вопросы, могут быть Вам интересны, для того, что, если Вы сами захотите изучить спортивно акробатический мир, после прочтения этой статьи, то они(эти вопросы), Вам помогут расширить ваш собственный кругозор, это конечно же, если Вы мало знаете про спортивную акробатику, но и в целом, эти вопросы можно переформулировать, под вопросы для любого предмета, ну и может быть интересно человеку, какие вопросы пишу, именно лично я – автор, из за того, что я просто автор этой статьи, и я это пишу, или просто интересно. А если философски рассудить, то может быть хорошо, что у человека, есть вопросы, к этому всему, ведь если есть интерес, то и смысл тоже есть. И вот сейчас напишу вопросы, но сразу Вам скажу, их будет очень много, и на многие, в этой статье вопросы, я не буду писать ответы, так как, если Вам будет интересно, то эта статья, Вам пригодится, для собственного развития.

Спортивная акробатика – что это? Есть акробатика? Есть спорт? А что такое спортивная акробатика? Откуда она появилась, и для чего она нужна? Какое место спортивная акробатика, занимает в развитие ребёнка – мальчика или девочки, парня или девушки, мужчины или женщины, пенсионера, одним словом человека? Какое мышление развивает? Какой дух воспитывает? Какие морально волевые качества прививает? Чему может поспособствовать в жизни? Какие мышцы развивает? Какие ценности воспитывает? Каким образом воспитание происходит? Подойдёт ли моему ребёнку? Подойдёт ли мне? С какого возраста подходит? До какого возраста подходит?

Может ли помочь здоровью? Как много надо тренироваться чтобы научиться?

Ну и так можно задавать очень много вопросов, на которые, на самом деле, очень сложно однозначно ответить, ну по крайней мере, на большинство из них, за исключением общих вопросов, на которые есть точные ответы.

Ответ на второй вопрос: что есть в спортивной акробатике, что она изучает?

Спортивная акробатика — это вид спорта, в котором основное направление, идёт на сборку спортивных пар, которые в последующем будут выполнять, очень сложные, спортивно акробатические фигуры или акробатические пирамиды и это будет высоким достижением.

Какие пары есть в спортивной акробатике:

1. Мужская двойка.
2. Женская двойка.
3. Смешанная пара.
4. Женская тройка.
5. Мужская четвёрка.

Спортивная акробатика – изучает:

Самое главное это - изучение координационно сложных движений, по средству хорошо развитого, правильно сбалансированного, гармонично развитого собственного тела.

Каким образом происходит это становление тела:

По средству: теоретическому – методическому – практическому – воспитательному - тренировочному процессу.

Изучение акробатики происходит от легкого, к более сложному. Вначале человек пришедший в мир спортивной акробатики пытается найти баланс своего тела, с помощью простых упражнений, чтобы суметь контролировать своё тело в пространстве и времени.

И делает упражнения по развитию всех своих физических, и философско-психологических качеств организма в целом. Учится преодолевать трудности за счёт своих морально – волевых качеств.

Примеры акробатической базы элементов:

1. Стойки на руках.
2. Стойки на голове.
3. Стойки на лопатках.
4. Кувырки вперёд.
5. Кувырки назад.
6. Колёса.
7. Мостики.
8. Рондаты.
9. Фляки.
10. Шпагаты.
11. Перевороты.
12. Сальто вперёд.
13. Сальто назад.
14. Бланш.
15. Винт.

Ну вот, в этой небольшой статье, я рассказал Вам, малую часть, огромного спортивного мира, мира спортивной акробатики. И подошёл к третьему вопросу, который и не вопрос, а в самом деле это, я подвожу для Вас - небольшие итоги. И раскрытие этой темы, а тема такая: **Спортивная акробатика – целый мир, который развивает человека, как всесторонне развитую личность - современного человека.**

Чтобы стать спортивным акробатом, нужно уметь: думать, анализировать, понимать, отлично владеть своими умениями, навыками, знаниями, при помощи своей грамотности, и отлично управлять, своим хорошо развитым телом. Слушаться тренера, то есть его теоретический – методический – практический – воспитательный - тренировочный процесс, и тогда может быть, возможно, Вы станете отличным спортивным акробатом и всесторонне развитой личностью - современного человека, но самое главное отличным **Человеком**.