

Проект по Физической культуре

Меркулова Дарья 6 Б класс

Гимнастика.

Гимнастика

Гимнастика – это один из наиболее популярных видов спорта и физической культуры. Она делится на пять видов: Спортивная, художественная, уличная, командная.

Спортивная гимнастика

Спортивная гимнастика – это один из древнейших видов спорта, включающий в себя соревнования на различных гимнастических снарядах.



Художественная гимнастика

Художественная гимнастика – это вид спорта, выполнение под музыку различных гимнастических и танцевальных упражнений без предмета и с предметом (обруч, скакалка, мяч, булавы и лента.).



Командная гимнастика

Командная гимнастика включает в себя наиболее динамичные виды гимнастических упражнений: групповые вольные, акробатические и опорные гимнастические прыжки.



Уличная гимнастика

Данной разновидностью гимнастики как правило занимаются непрофессиональные спортсмены . Для многих это как увлечение, хобби. Этой гимнастикой можно заниматься на любой дворовой площадке.





Спасибо

за

Внимание!