



ПРЕЗЕНТАЦИЯ

К ПРОГРАММЕ  
«ОРИГИНАЛЬНЫЙ МИР ХУЛА-ХУПЫ»

Педагог Невская А.В.

Примерно в 1300 годах обручи появились в Великобритании, их стали изготавливать вручную и использовали в качестве игрушек. Вскоре крутить обручи стало очень популярным.

В начале 1800-х годов британские моряки, посетившие порт на Гавайских островах, в первый раз увидели местный танец под названием "Хула".

Движения танцовщиц во время исполнения Хулы настолько напомнило морякам движения при вращении обруча вокруг талии, что слово "Хула" стало употребляться со словом "Хуп" (что по-английски означает "обруч"). Так образовалось новое слово "Хула-хуп". Теперь это название известно во всем мире.

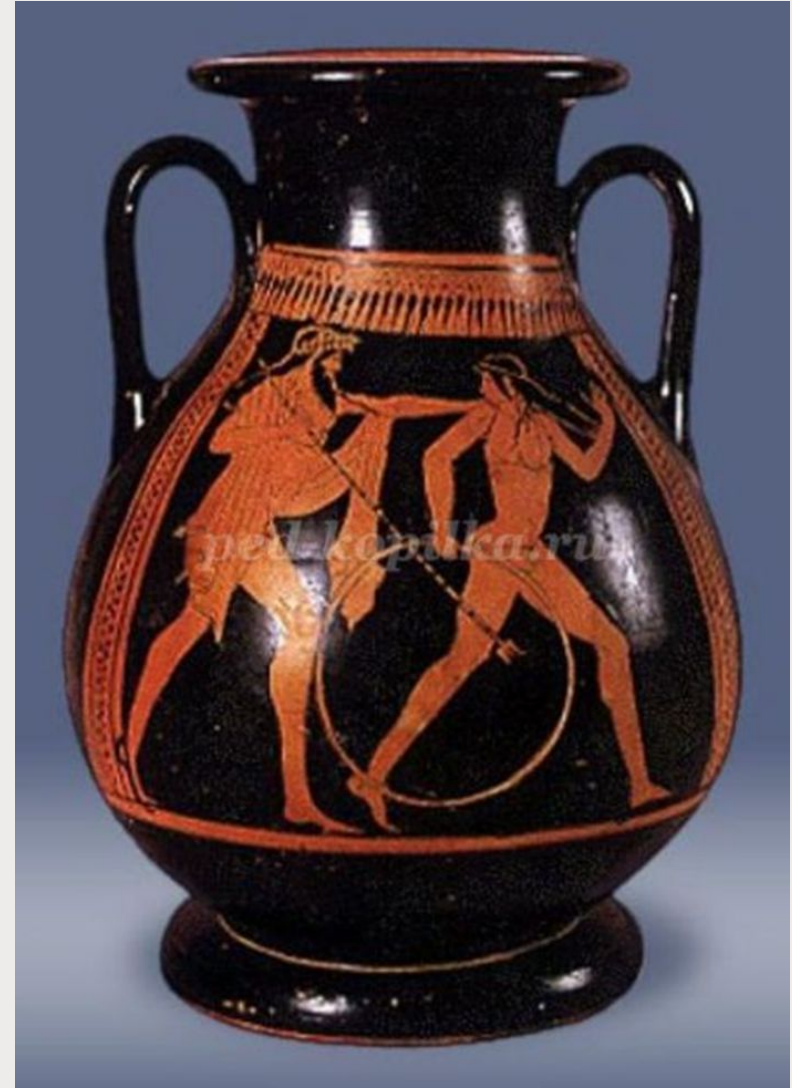
Считается, что спортивный обруч, хулахуп (от английского hula - народный гавайский танец, hoop - обруч) изобрели американцы.

## Название «Хула-хуп»



## Немного истории

Сам обруч был изобретён ещё в древности. В Древней Греции гимнастический обруч использовался для тренировок. Изображения гимнастов, вращающих обруч, встречаются на старинных греческих вазах. Например, в Британском музее есть ваза, на которой изображён атлет с обручем, по своим масштабам напоминающий современный хула-хуп.



## Из чего изготавливали первые хула – хупы?

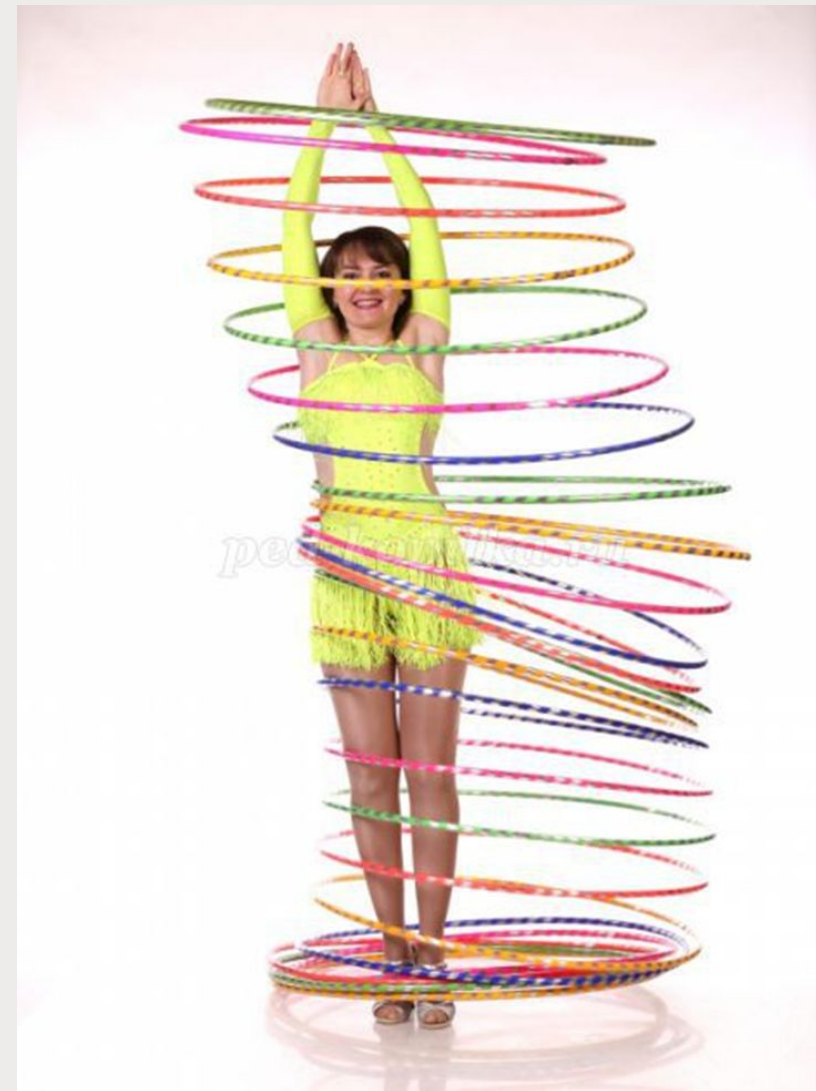
Оказывается, давным-давно для изготовления обруча использовали металл, бамбук, дерево, плели его из трав. Следует отметить, что обруч в античные времена греки делали из виноградной лозы.

## Хула-хуп в России

В России хула-хуп появился в 60-х годах. Однако там был воспринят с прохладным безразличием. Пик популярности обручей пришёлся примерно на то же время, когда вышел фильм «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещён» (1964 г.). Одна героиня с завистью наблюдает, как другая виртуозно крутит хула-хуп, перекидывая его с ноги на ногу. Так обруч становится одним из любимых развлечений школьниц, а в дальнейшем применяется в художественной гимнастике.

В 90-х годах хула-хуп, как цирковое искусство, стал наиболее популярен в Болгарии. Здесь впервые стали практиковать кручение нескольких обручей на дистанции, по всему телу.

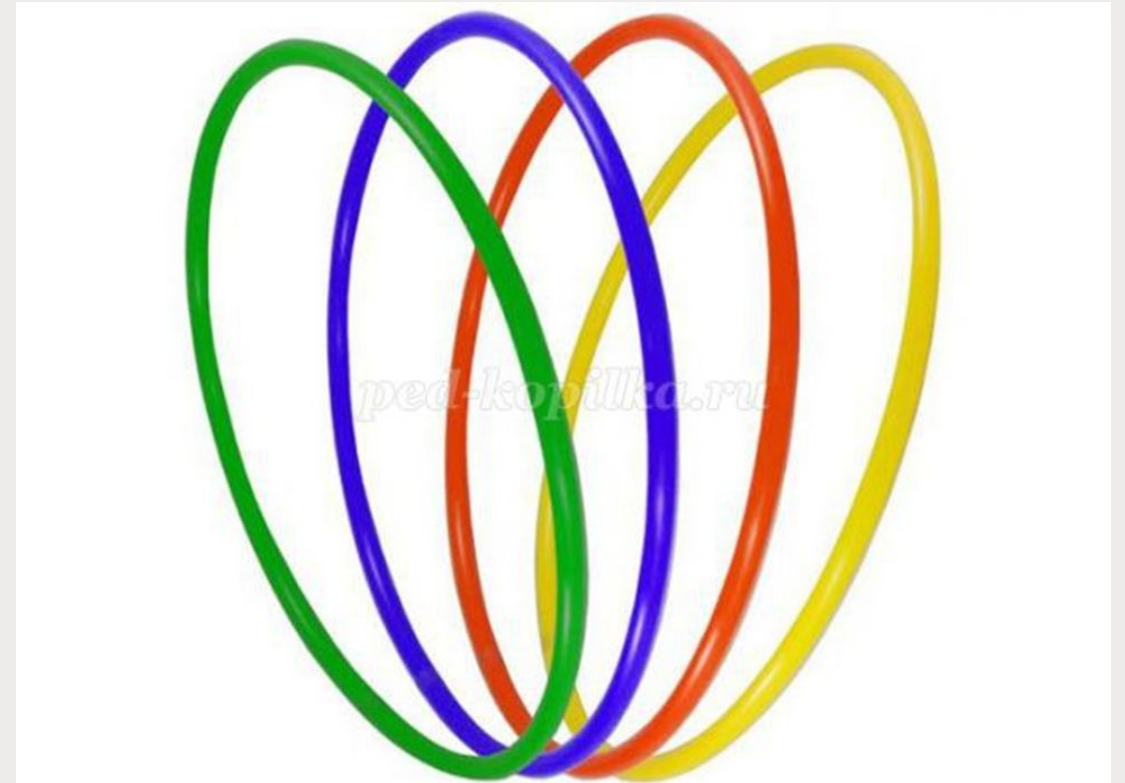
В дальнейшем с бродячими цирками хула-хуп пришёл и стал популярен в цирках России. Именно, благодаря цирку, в котором гимнасты и акробаты крутили большое количество обручей, хула-хуп привлёк к себе внимание.



# Разновидности хула-хупов

## Пластиковые хула-хупы

Обычные обручи для талии или гимнастические обручи. Внутри они полые.





## Массажный хула-хуп

Состоит из нескольких частей, оснащен массажными насадками на внутренней стороне обруча. Используется как тренажёр для уменьшения и массажа талии, живота и бёдер. Они меньше по размеру по сравнению со стандартными гимнастическими. Есть среди них и продвинутые модели. Обруч - с встроенным счётчиком калорий. Он показывает, сколько совершено поворотов, и от скольких калорий удалось избавиться. Складной обруч - эффективность как у обычного, но его удобно хранить в сложенном виде.



## Неопреновый хула-хуп

Мягкий обруч, основание из пластика или метала. Внешний слой (мягкий) из неопрена или другого вспененного материала. Пластиковый обруч с 3-8 огненными фитилями по контуру, используемый артистами огненного шоу.



## В цирковом искусстве.

В цирковом жанре используется  
пластиковый хула-хуп, украшенный  
специальной лентой.



Таким образом, хула-хуп или обруч - это спортивный тренажёр кольцевидной формы. Используется как один из спортивных снарядов в упражнениях по гимнастике.

А также это отдельный жанр в цирковом искусстве. Здесь необходима координация движений, гибкость тела чтобы выполнять различные вращения. Нужно быть настоящим мастером своего дела, чтобы виртуозно управляться с огромным количеством обручей.

Занятие этим видом циркового искусства способствует развитию пластической культуры и выразительному движению, гибкости и подвижности тела. Освоение технических элементов этой науки органично приближает к пониманию пластической природы человека. В содержание программы входят: классическое вращение обруча; вращение обручей на различных участках тела; поднятие обруча; вращение обручей (двух и более) на различных участках тела.

Хула-хуп - это не только зажигательный и необычный чарующий танец, но и отличные упражнения для тела.

Оригинально смотрится номер, когда все обручи разных цветов. Артисты показывают чудеса координации и ловкости, а так же невероятную пластику своих тел.

Хула-хупы – это название циркового реквизита и соответствующего циркового жанра. Росгосцирк гордится не только русской цирковой школой, но и изобретением собственных жанров, которые взял на вооружение весь мир. Один из них – это, конечно же, выступление с хула-хупом.