

The background features a series of parallel diagonal stripes in various colors including purple, blue, green, and pink. Interspersed among these stripes are numerous circles of different sizes and colors, some solid and some with a dotted pattern. The overall composition is dynamic and colorful.

История возникновения скакалки".

УЧЕНИК 2 КЛАСА
Клисенко Серёжа

1

Скакалка - спортивный снаряд для физических упражнений взрослых и детей. Представляет собой синтетический или кожаный шнур. Используется как один из спортивных снарядов в художественной гимнастике.



2

Ни для кого не секрет, что веревочка с ручками, прозванная "скакалкой" - по сути универсальный тренажер. Прыжки со скакалкой развивают чувство ритма, прыгучесть, способность одновременно выполнять разные движения, варьировать ими. Хорошо скачущий ребенок может прыгать 1-2 минуты- при этом воспитывается хорошее качество - выносливость, укрепляется опорнодвигательный аппарат, выравнивается осанка, нормализуется дыхание, исчезает плоскостопие, воспитываются нравственно-волевые качества. Умение прыгать - это значит возможность общения со сверстниками, быть принятыми в совместные игры.



3

Никто точно не знает, когда появилась на свет скакалка, но с древних времен люди нашли ей применение. Рассматривая древние римские фрески, можно увидеть скачущих бродячих артистов. На старинных иллюстрациях и гравюрах изображены дети со скакалками в руках.



4

История возникновения скакалки весьма прозаична. В древнем Китае и Египте люди делали веревку из пеньки - несколько веревок скручивались в одну. В процессе изготовления им приходилось перепрыгивать через них, чтобы не перепутать веревку, и не запутаться самим. Увидев это - дети стали прыгать через веревки для забавы. Эта игра понравилась людям. Постепенно с ней знакомилась и другие народы. Так скакалка завоевала весь мир. В Древней Руси воины использовали скакалку для тренировок. А в Англии было заведено устраивать прыжки - соревнования каждую пятницу.



5

Еще одна версия гласит, что первыми людьми, использовавшими этот предмет, были первые христиане, которые прыгали на скакалках во время Пасхи. В 18 веке через скакалку стали прыгать только мальчики - в то время не было принято, чтобы девочки занимались спортом. Да и пышные платья не позволяли прыгать. Но столетия спустя скакалки стали самым популярным развлечением среди девочек. Именно тогда, в 19 веке, появились самые распространенные виды игры: человек сам крутит скакалку и прыгает, двое людей крутят скакалку, а третий прыгает, или прыгает через крутящуюся скакалку



6

В современном мире можно встретить самые разные виды скакалок, разной длины, с различными ручками, из различных материалов. А также скакалку можно сделать самостоятельно, взяв обычный бельевой шнур. Скакалка - доступный и полезный гимнастический снаряд. Ее можно брать везде с собой, положив в сумочку или даже в карман. И заниматься со скакалкой можно практически везде. Дети овладевают большинством движений в упражнениях, свой опыт они стремятся использовать в веселых играх, проявляют большую самостоятельность и интерес к новым действиям. Любимые игры детей - "Лебедь, рак и щука", "Лебедка", "Змейка", "Бабочка", "Кто быстрее", "Кто больше на одной ножке", "Веревочка", игра-соревнование "Классы

