



USO DE LOS ELEMENTOS DE LA ACROBACIA EN EL DESARROLLO DE LA FLEXIBILIDAD EN LOS NIÑOS DE 5-6 AÑOS.

Olha Velychko¹ y Viktoriya Velychko ¹

1 UANL. onvelychko@mail.ru

Para el desarrollo de la flexibilidad algunos entrenadores se basan en el programas estándares, pero es interesante investigar como el desarrollo de las niñas de 5-6 años mejora con la aplicación de los tipos básicos de los ejercicios con los elementos de la gimnasia rítmica y la acrobacia. El uso los elementos acrobáticos permite mantener el nivel necesario de desarrollo de una variedad de los habilidades motoras y las capacidades relacionadas con la aplicación de saltos, giros y equilibrios.

La acrobacia es el medio de valor del desarrollo de la flexibilidad, la habilidad entre otras. A pesar de una serie de estudios sobre el desarrollo de la flexibilidad en los niños en edad preescolar en la práctica los ejercicios con elementos de acrobacias son utilizadas insuficiente para resolver este problema.

El objetivo de la investigación: revelar y fundamentar las posibilidades de los elementos de la acrobacia en el desarrollo de la flexibilidad a los niños de la edad preescolar. El objetivo del programa es la enseñanza profunda a la acrobacia en la forma, accesible para niñas de 5-6años.

El trabajo experimental se llevó a cabo sobre la base CAFM, UANL, club "Tigres" con las niñas de edad 5-6 años que practican Gimnasia Rítmica, durante agosto de 2015 a diciembre 2015. En este trabajo eran examinados y seleccionados los elementos de la acrobacia que influyen sobre el desarrollo de la flexibilidad a los niños de la edad preescolar, porque los ejercicios acrobáticos son uno de los medios eficaces para el desarrollo de la flexibilidad. Al final del año se llevó a cabo la prueba para identificar la flexibilidad que mostró la eficacia de los ejercicios acrobáticos para el desarrollo de la flexibilidad de los niños en edad preescolar.