

**ЦИРКОВАЯ АРЕНА** Занятия проходят 2 раза в неделю.

**МИР СИЛЬНЫХ И ЛОВКИХ** Занятия по субботам (1 раз в неделю).

Для детей 4 — 6 лет

## ПЕДАГОГ

Ларин Михаил Викторович – педагог дополнительного образования первой квалификационной категории

Цирковое искусство – особый вид творчества, сочетающий в себе не только художественную, но и спортивную компоненту образования. В процесс обучения включена такая обязательная дисциплина как акробатика. Программа призвана пробудить этот интерес, повысить уровень художественного образования и физического воспитания

В программу входят:

- ОФП (общая физическая подготовка);
- Акробатика ( акробатические элементы, растяжка-шпагаты, складки, разножки, мостики);
- Жонглирование (упражнения на моторику и координацию, владение хула-хупами, эквилибристика на катушках)

- Познакомятся с основными элементами акробатики, жонглирования;
- изучат элементарные цирковые термины;
- развивают опорно-двигательного аппарата, правильной осанки и навыков координации движений, а также пространственных ориентировок в статике и динамике;
- развивают скоростно-силовых качеств, гибкости, силы, ловкости, выносливости, прыгучести;
- развивают адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма.

