**АКРОБАТИКА**

Дополнительная общеразвивающая программа «Акробатика» предназначена для обучающихся 1-4 классов МКОУ «Школа-сад № 16 г. Алзамай».

Занятия акробатикой и гимнастикой дает отличное развитие всех мышц, вырабатывает физическую силу, ловкость, выносливость, моторные способности, пластическую выразительность, координация движений оказывает благотворное влияние на весь организм человека в целом, придает фигуре красивую осанку. А также способствует воспитанию волевых качеств.