**АННОТАЦИЯ**

Одним из основополагающих условий, обеспечивающих здоровье, является рациональная деятельная активность. Двигательные действия являются мощными факторами, повышающими адаптационные возможности организма, расширяющими функциональные резервы.

Ну, где ещё школьник почувствует себя раскрепощённым, свободным, независимым от уроков, как не на кружках и спортивных секциях.

Актуальность программы по акробатике обусловлена целью современного образования, включающего в себя воспитание у школьников положительного отношения к своему здоровью, культуре выполнения физических упражнений, знания о различных видах спорта. Эмоциональность и разнообразие средств акробатической подготовки благотворно сказываются не только на уровне развития координации, двигательных способностей, физических качеств, но и способствуют формированию «школы движений», обеспечивают детям возможность поверить в свои силы.

Среди различных видов физкультуры и спорта, акробатика выделяется, прежде всего, большим числом упражнений. В этом виде спорта есть упражнения в парах и группах. В них входят: кувырки, перевороты, сальто, равновесия, упоры, стойки, мосты, шпагаты, полёты, поддержки, пирамиды и их варианты. Функции акробатов бывают разными: прыгуны, верхние, средние, нижние. Это помогает подросткам (лёгким и тяжёлым) определить свою роль в акробатике, а разнообразие упражнений – развить силу, ловкость, ориентировку в пространстве и другие качества и умения, необходимые в быту, спорте и трудовой деятельности.

Результатом работы в кружке является развитие физических качеств.

При разработке программы учитывались требования, предъявляемые к программам дополнительного образования, уровень обученности воспитанников в рамках общеобразовательной программы, их физическая подготовка, жизненный опыт, отношение детей к окружающему миру, социальный заказ, рекомендации специалистов в данной области.

**Цели и задачи**

Цель программы дополнительного образования- формирование двигательной сферы, и развитие здоровья детей на основе организации их целенаправленной творческо-двигательной активности.