

ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА



Ташкент, Узбекистан

Спортивный клуб «NINACHI» приглашает Вас принять участие в занятиях по Художественной гимнастике. Художественная гимнастика – один из самых разносторонних и гармоничных видов спорта. Занятия способствуют всестороннему физическому развитию занимающихся, формируют красоту и грациозность движений, изящество, пластичность, музыкальность, артистичность. Упражнения художественной гимнастики совершенствуют все физические качества - гибкость и координацию движений, силу, быстроту и выносливость. Работа с различными по фактуре предметами вырабатывает умение концентрировать и распределять внимание, развивает ловкость, точность и быстроту реакции, быстроту мышления, самоконтроль. У гимнасток всегда прекрасная гордая осанка, красивая фигура, пластичные, красивые движения.

Художественная гимнастика – необыкновенное сочетание гармонии души и тела.

В программу тренировки входят упражнения с предметами и без предметов, элементы национальных, классических и современных танцев, акробатические этюды, пантомима, ритмика и элементы основной гимнастики. Заводное и бодрящее музыкальное сопровождение дарит заряд энергии и массу положительных эмоций на протяжении тренировки и даже после нее.

Для самых маленьких мы предлагаем Спортивно-оздоровительные группы.

Целью занятий с детьми является формирование здорового, жизнерадостного, физически развитого ребенка.

Занятия в группах имеют:

1. Физкультурно-оздоровительное направление. Занятия направлены на развитие силы, ловкости, гибкости, для малышей это поддержание природной гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики. Формирование культуры движений (правильная ходьба, бег, прыжки).
2. Образовательная направленность. Ребенок приобретает определенную систему знаний о физических упражнениях, осознает свои двигательные действия.
3. Социально-воспитательное направление. Занятия способствуют открытости, общительности, уверенности в себе. Ребенок приобретает грацию, пластичность, выразительность движений.

Наш адрес: Хамзинский р-н, ул. Муйнакская 26 школа № 216

Цена: Договорная

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: --

Узбекова Наиля

+998911353671