

**Школа плавания (младшая группа 5-7 лет)** - Знакомство с водной средой, освоение навыков плавания, начальное обучение базовым элементам техники спортивного плавания, игры на воде. **Спортивное плавание (старшая группа 8-10 лет)**- Обучение и совершенствование техники спортивного плавания, повышение физических показателей, подготовка к соревнованиям, игры на воде. **Синхронное плавание** - Обучение элементам синхронного плавания, как соло, так и работа в группе. Составление программы выступления, разучивание и её совершенствование. **Лягушата (обучение плаванию детей 3-5 лет)**- Кол-во занимающихся не более 4 человек. Обучение технике спортивного плавания, повышение физических показателей. Индивидуальный подход.

**Бокс** - занятия по освоению приемов самозащиты, упражнения на ловкость и концентрацию, тренировка выносливости и быстроты реакции. Ваш ребенок станет более сильным и подвижным, научится контролировать свои эмоции. Занятия в детской секции бокса ведет опытный инструктор, поэтому вы можете не волноваться за безопасность ребенка во время тренировок. **Ладушки 1,5-3г** - Занятия для детей с участием родителей .Урок для малышей и ладошек. Тренировка мелкой моторики рук, пластичности пальцев. Развитие памяти, воображения. Занятие длится 30 мин, может проходить в детской комнате. **Шаг за шагом 1,5-3г** Занятия для детей с участием родителей . Профилактика плоскостопия ,формирования навыка равновесия . Развитие зрительных, слуховых и тактильных анализаторов. Включает элементы массажа и оздоровительной гимнастики. Занятия проходят в детском зале и длится 30 мин. **Дискотека 3-5 лет** - Приглашаются дети от 3-5 лет, на веселую ,зажигательную дискотеку . На занятие разучиваются детские современные танцы. Занятие длится 30 мин. **Зарядка-ка 3-5 лет** - Групповое занятия для детей 3-5 лет ,направленное на развитие двигательных качеств и основных видов движений. Сказочные путешествия, веселые игры, тацы . Занятия 30 мин. **Хореография 3-5 лет** - Знакомство с азбукой классической хореографии:упражнения на развитие пластики и гибкости движений ,музыкальности.45 мин. **Школа чемпионов 5-8 лет(так же проводится для детей 9-13 лет)** - Уникальная тренировочная программа функциональной направленности ,развивает двигательные качества и способности ребенка ,с использованием различного спортивного оборудования. 45 мин **Велотур 9-16** - Захватывающая гонка на велотренажерах под зажигательную музыку. Рекомендуется для детей, рост которых не менее 140 см. Занятие 30 мин. **Супер пресс 9-16** Силовой класс для тренировки мышц брюшного пресса . Занятия 30 мин. **Фитбол (5-8 лет) и (9-16)**. - Веселое занятие с использованием специальных мячей большого диаметра.**Стрит-денс (5-8 лет) и (9-16)**. Уличные танцы это микс из танцевальных направлений как R&B, House, Hip-Hop, Latina, Jazz, New Style. **Олимпик (5-8) лет** Занятие направленное на развитие физических качеств и основных видов движений,укрепление основных мышечных групп. **Трэкинг (9-16)** - Занятие проходит в тренажерном зале на беговых дорожках . 30 мин Домисолька - музыкальное занятие. Дети смогут проявить свои творческие способности. Репертуарный план занятий разработанный с учетом индивидуальных возможностей каждого ребенка, направлен на развитие чувства ритма, музыкального слуха, вокальных, артистических данных и художественно – эстетического вкуса в целом.

**«Сказки»** - малышам очень нравятся сказки. Они успокаивают, расслабляют, дают энергетическую подзарядку. А еще во время увлекательных занятий – путешествий в сказочные миры происходит усвоение Сказочных Уроков. Развивается воображение и способности к творчеству.

**«Город мастеров», «Волшебный пластилин»** - занятие для детей! Лепка из соленого теста, что полезно для наших ребятшек и взрослых. Лепка помогает развить мелкую моторику, что способствует (научно доказано!), развитию речи ребенка! А так же: при лепке ребенок учится терпению и усидчивости, проявление творческой жилки и логического мышления, благоприятно влияет на нервную систему.

**«Игрушки»** - игровое развлекательное занятие на раскрепощение и развитие умения общаться в группе.