**Дистанционное обучение учащихся**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  программа художественной направленности **«**РИТМИКА И ТАНЕЦ**»** | | |
| ФИО преподавателя | Истомина Светлана Леонидовна | |
| Группа | 1 год обучения | |
| Дата занятия | 16.11.2020 - 27.11.2020 | |
| **Тема** учебного занятия | Элементы партерной гимнастики. | Часы  4 |
| **Цели**, задачи учебного занятия | **Постановка корпуса, растяжка, укрепление мышц спины и развитие гибкости.** 1) Задание: выполнить упражнения по образцу:  1 позиция ног в положении сидя;  «Бабочка»  «Складка»  «Коробочка»  «Корзиночка» «Уголок»2) Отправить фото отчет |  |
| Инструктивный блок | Фото приложение по ссылке :  https://vk.com/topic-171494267\_46697106 | |
| Контрольный блок | «высокий» - задания выполнены правильно  «выше среднего» - выполнены все задания верно, но в работе имеются небольшие недочеты  «средний» - задания выполнены не все | |
| Коммуникативный и консультативный блок | https://vk.com/id220033061 | |

**МАУДО «ДШИ ИМ. Л.А.СТАРКОВА»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  программа художественной направленности **«**РИТМИКА И ТАНЕЦ**»** | | |
| ФИО преподавателя | Истомина С.Л. | |
| Группа | 2 год обучения | |
| Дата занятия | С 16.11.2020 - 27.11.2020 | |
| **Тема** учебного занятия | Элементы партерной гимнастики. | Часы |
| **Тип** дистанционного урока | Наглядно-показательный | 4 |
| **Цели**, задачи учебного занятия | Укрепление мышц спины и пресса.  1) Задание: выполнить упражнения по образцу:  1.«Складка» /удержание 1 мин. 2. «Бабочка» /1 мин./  3. «Коробочка» /8 сек.- 4 подхода/ 4.«Корзиночка» /4 сек. – 4 подхода/ 5. «Книжка» /4 сек. – 4 подхода/  6. Стойка на лопатках «Свечка» /4 подхода/  2) Отправить фото отчет | |
| Инструктивный блок | фото приложение  https://vk.com/topic-171494267\_46695887 | |
| Контрольный блок | «5» - задания выполнены правильно  «4» - выполнены все задания верно, но в работе имеются небольшие недочеты  «3» - задания выполнены не все | |
| Коммуникативный и консультативный блок | https://vk.com/id220033061 | |