**Дистанционное обучение учащихся**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  программа художественной направленности **«**РИТМИКА И ТАНЕЦ**»** | | |
| ФИО преподавателя | Истомина Светлана Леонидовна | |
| Группа | 1 год обучения | |
| Дата занятия | 07.12.2020 - 11.12.2020 | |
| **Тема** учебного занятия | Элементы партерной гимнастики. | Часы  2/ 4 |
| **Цели**, задачи учебного занятия | Цели и задачи: Общеукрепляющие и общеразвивающие упражнения.  **Новая тема: Упражнения на растяжку**. Закрепление темы: Постановка корпуса, растяжка, укрепление мышц спины и развитие гибкости. Инструкция: 1.Перед выполнение всех упражнений необходимо сделать небольшой разогрев в виде общей разминки.  ВЫПОНЕНИЕ ЗАДАНИЯ и ПОРЯДОК:  1). Выполнить упражнения по образцу №1 и №2, повторяя каждое упражнение не менее 4 подходов /количество раз/. 2). Выполнить упражнения на растяжку /по образцу/  Повторить упражнение 4 раза.    3.) Фото отчет отправить по ссылке с указание кто, название группы и год обучения <https://vk.com/id220033061> |  |
| Инструктивный блок | Фото приложение по ссылке:  https://vk.com/topic-171494267\_46744696 | |
| 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 07.12.2020 - 11.12.2020 | |
| **Тема** учебного занятия | Элементы партерной гимнастики. | Часы |
| **Тип** дистанционного урока | Наглядно-показательный | 4 |
| **Цели**, задачи учебного занятия | Цели и задачи: Общеукрепляющие и общеразвивающие упражнения.  **Новая тема: Упражнения на растяжку**. Закрепление темы: Постановка корпуса, растяжка, укрепление мышц спины и развитие гибкости. Инструкция: 1.Перед выполнение всех упражнений необходимо сделать небольшой разогрев в виде общей разминки.  ВЫПОНЕНИЕ ЗАДАНИЯ и ПОРЯДОК:  1). Выполнить упражнения по образцу №1 и №2, повторяя каждое упражнение не менее 4 подходов /количество раз/. 2). Выполнить упражнения на растяжку /по образцу/  Повторить упражнение 4 раза.  3.) Фото отчет отправить по ссылке с указание кто, название группы и год обучения  <https://vk.com/id220033061> | |
| Инструктивный блок | фото приложение  <https://vk.com/topic-171494267_46744696> | |
| 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 | |