

**Поурочные ссылки на онлайн-ресурсы для работы с учащимися
объединения _ Хореографическая студия Алишевец
педагог Пономарева Лилия Фаритовна
МБУДО "Городской дворец детского творчества имени А.Алиша" г.Казани**

Дата занятия (по расписанию)	Время занятия (по расписанию)	Группа (по расписанию)	Тема и содержание занятия	Ссылка
10.04.2020 пт	10.00-10.15	103	Подготовка и выполнение элемента « Рыбка»	https://youtu.be/4HO3GTUw-TU
17.04.2020 пт	10.00-10.15	103	Упражнения нам укрепление пресса	https://youtu.be/BQ9SzHANgyc
24.04.2020 пт	10.00-10.15	103	Подготовка и техника исполнения упражнения «Стойка на локтях»	https://youtu.be/bcTnc_uLx9Q

**Поурочные ссылки на онлайн-ресурсы для работы с учащимися
объединения _ Хореографическая студия Алишевец
педагог Пономарева Лилия Фаритовна
МБУДО "Городской дворец детского творчества имени А.Алиша" г.Казани**

Дата занятия (по расписанию)	Время занятия (по расписанию)	Группа (по расписанию)	Тема и содержание занятия	Ссылка
7.04.2020 вт	15.00-15.15	104	Упражнения на растяжку подъема и эластичность подъема стопы	https://youtu.be/9OohaOoUIHY
14.04.2020 вт	15.00-15.15	104	Партерная гимнастика	https://youtu.be/zOhRcob-HB5
21.04.2020 вт	15.00-15.15	104	Подготовка и техника исполнения упражнения «Мост»	https://youtu.be/7x7IQeyczNo https://youtu.be/r80fPKzwaD8
28.04.2020	15.00-15.15	104	Упражнения на выворотность тазобедренных суставов	https://youtu.be/Fn8ZdsFaiw8

вт				
----	--	--	--	--

* по возникающим вопросам можно обращаться по телефону _____

**Поурочные ссылки на онлайн-ресурсы для работы с учащимися
объединения _ Хореографическая студия Алишевец
педагог Пономарева Лилия Фаритовна
МБУДО "Городской дворец детского творчества имени А.Алиша" г.Казани**

Дата занятия (по расписанию)	Время занятия (по расписанию)	Группа (по расписанию)	Тема и содержание занятия	Ссылка
10.04.2020 пт	15.00-15.15	105	Урок «Садимся на шпагат»	https://youtu.be/8XAYe5J65C0
17.04.2020 пт	15.00-15.15	105	Комплекс упражнений для укрепления мышц спины	https://youtu.be/jyfnAJcy6jc
24.04.2020 пт	15.00-15.15	105	Подготовка и техника исполнения упражнения «Рондат»	https://youtu.be/TIijaOczTZs

**Поурочные ссылки на онлайн-ресурсы для работы с учащимися
объединения Хореографическая студия Алишевец
педагог Пономарева Лилия Фаритовна
МБУДО "Городской дворец детского творчества имени А.Алиша" г.Казани**

Дата занятия (по расписанию)	Время занятия (по расписанию)	Группа (по расписанию)	Тема и содержание занятия	Ссылка
11.04.2020 вт	11.00-11.15	159	Изучение элемента «Колесо»	https://youtu.be/r-rxMeOn-jU
18.04.2020 вт	11.00-11.15	159	Подготовка, группировка и кувырок вперед и назад	https://youtu.be/FAk2SNu6la8 https://youtu.be/zkmgPFLNVck
25.04.2020 вт	11.00-11.15	159	Партерная гимнастика	https://youtu.be/zOhRcob-HBs

**Поурочные ссылки на онлайн-ресурсы для работы с учащимися
объединения - Хореографическая студия Алишевец
педагог Пономарева Лилия Фаритовна
МБУДО "Городской дворец детского творчества имени А.Алиша" г.Казани**

Дата занятия (по расписанию)	Время занятия (по расписанию)	Группа (по расписанию)	Тема и содержание занятия	Ссылка
9.04.2020 чт	13.00-13.15	168	Упражнения на гибкость спины	https://youtu.be/5nPKxDmpqNA
16.04.2020 чт	13.00-13.15	168	Стойка на голове	https://youtu.be/bH4skQSZNxE
23.04.2020 чт	13.00-13.15	168	Подготовка и техника исполнения элемента «Переворот вперед»	https://youtu.be/JnmEQalel2c https://youtu.be/Szc_tmH7kJc
30.04.2020 чт	13.00-13.15	168	Подготовка и техника исполнения элемента «Перекидка назад»	https://youtu.be/VNB1l8-BTOw https://youtu.be/Ts1UKifxzWw