**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> |
| 15.05.2020  пт | 10.00-10.15 | 103 | Упражнения на укрепление мышц спины | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 22.05.2020  Пт | 10.00-10.15 | 103 | Подготовка к «Перевороту вперед»  Изучение и техника исполнения «Переворота вперед» | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 29.05.2020 | 10.00-10.15 | 103 | Повторение и закрепление пройденного материала.  Задание на летние каникулы | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |

**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 подьема и эластичность подъема стопы | <https://youtu.be/9OohaOoUlHY> |
| 14.04.2020  вт | 15.00-15.15 | 104 | Партерная гимнастика | <https://youtu.be/zOhRcob-HBs> |
| 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  вт | 15.00-15.15 | 104 | Упражнения на выворотность тазобедренных суставов | <https://youtu.be/Fn8ZdsFaiw8> |
| 12.05.2020  вт | 15.00-15.15 | 104 | Упражения на силу и выносливость.ОФП | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 19.05.2020  вт | 15.00-15.15 | 104 | Подготовка и техника исполнения упражнений «Рондат», «Колесо с одной руки» | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 26.05.2020  вт | 15.00-15.15 | 104 | Повторение и закрепление пройденного материала.  Задание на летние каникулы | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |

**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> |
| 15.05.2020  пт | 15.00-15.15 | 105 | Комплекс упражнений для укрепления пресса и закачки бедра | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 22.05.2020  пт | 15.00-15.15 | 105 | Подготовка и техника исполнения упражнения «Колесо с локтей»  И упражнения «Перекат через стойку на лопатках» | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 29.05.2020  пт | 15.00-15.15 | 105 | Повторение и закрепление пройденного материала.  Задание на летние каникулы | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |

**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> |
| 16.05.2020  сб | 11.00-11.15 | 159 | Упражнения на гибкость и эластичность стопы,  Упражнения на закачку ахилла  Распрыжка | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 23.05.2020  сб | 11.00-11.15 | 159 | Подготовка и техника исполнения упражнения «Волна» | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 30.05.2020  сб | 11.00-11.15 | 159 | Повторение и закрепление пройденного материала.  Задание на летние каникулы | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |

**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/VNBll8-BTOw>  <https://youtu.be/Ts1UKifxzWw> |
| 14.05.2020  чт | 13.00-13.15 | 168 | Brushing-техника подготовки стоп.  Техника подготовки тела | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 21.05.2020  чт | 13.00-13.15 | 168 | Подготовка и техника исполнения упражнения «Переворот вперед со сменой ноги» | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |
| 28.05.2020  чт | 13.00-13.15 | 168 | Повторение и закрепление пройденного материала.  Задание на летние каникулы | Задания в данной группе Whats App  Zoom-урок |