КОНСПЕКТ ДИСТАНЦИОННОГО ЗАНЯТИЯ

**«ОТРАБОТКА ЦИРКОВОГО НОМЕРА»**

по комплексной дополнительной общеобразовательной

общеразвивающей программе «Фортуна»»

Автор-составитель: Шандыба Елена Юрьевна,

педагог дополнительного образования

|  |  |
| --- | --- |
| Объединение: | *«Фортуна»* |
| Возраст детей: | *7 -14 лет* |
| Год обучения: | *1-й* |
| Дата | *21.05.2020* |

*Цель занятия*: формирование у обучающихся ответственности за процесс обучения в рамках дистанционных технологий преподавания.

**Ход занятия**

1. **Разминка**

Обучающиеся подбирают самостоятельно музыку среднего темпа для проведения разминки.

Маршевый шаг на месте, подскоки, наклоны головы вперед-назад- вправо-влево, повороты головы направо-налево, вращения головой, подъёмы плеч вверх-вниз одновременно и попеременно, вращения плечами вперёд-назад одновременно и попеременно, скручивания корпуса вперёд-назад, наклоны туловища вправо-влево, тройной наклон вперёд, к правой-левой ноге.

Прыжки на месте на двух ногах и попеременно на правой-левой ноге.

Упражнения в партере на растяжку шпагатов, гибкости спины, подвижности суставов.

Упражнения делаются в среднем темпе, повторение каждого не менее 8 раз.

1. **Отработка отдельных элементов**, трюков, которые можно выполнить в условиях ограниченного пространства.

**3.** **Отработка циркового номера**

Самостоятельный выбор темы циркового номера, подбор музыкального материала, составление номера, пересылка его педагогу для комментариев.