**Объединение: Танцевальная группа поддержки «STAIL»**

**Педагог: Ескина Елена Александровна**

**Раздел № 2 Общая физическая подготовка**

**16.11.2020**

Тем 2.6.4 Строевые упражнения. Перестроения в колонны, в шеренги,

Цель: научить обучающихся строиться в колонны, в шеренгу.

Задачи:

1. Совершенствовать технику строевых приемов на месте, в движении
2. Развитие внимание, мышление, память
3. Умение выполнять задание по команде

Теория: первоначальные представления о технике перестроений сведением и дроблением во время движения, поворотов на месте и в движении

Практика:

1. Команды: равняйсь, смирно
2. Понятия: колонна, какие могут быть колонны, ширина строя, ряд, двухшереножный строй, фланг,
3. Строевые приемы на месте: повороты налево, направо, кругом
4. Ходьба с заданием
5. Выполнение заданий по команде
6. Игра «Штандер»

Задания выкладываются в чате вайтсап, в виде видео уроков.

Форма контроля: обучающиеся присылают видео и фото с выполнение заданий.

**18.11.2020**

Тема 2.6.4 Соревнования между обучающимися объединения.

Цель: Проверка общей физической подготовке обучающихся

Задачи:

1. Совершенствовать технику строевых приемов.
2. Развитие внимание, мышление, память.
3. Умение выполнять задание по команде.

Теория: правила соревнования

Практика: соревнования проводятся онлайн в чате в группе вайтсап. Группа делится на 3 подгруппы, каждая подгруппа участвует в свое время в группе вайтсап онлайн, выполняют задания. В жюри приглашаются обучающиеся других групп, вместе с педагогом подводят итоги, выставляют баллы, награждают победителей.

Форма контроля: наблюдение онлайн за выполнением упражнений.