

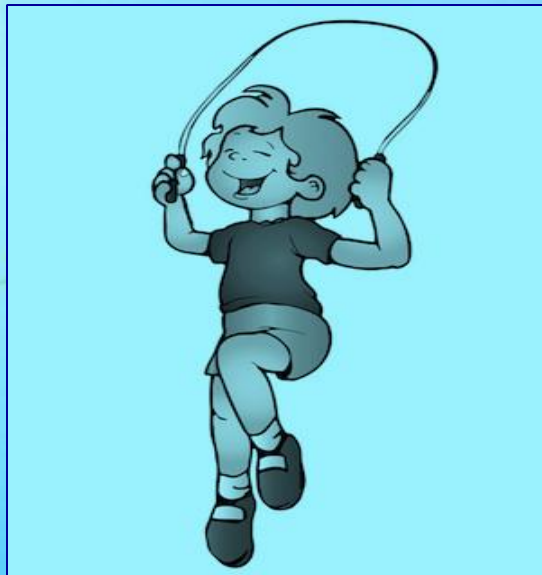
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Центр развития творчества детей и юношества городского поселения «Рабочий поселок Чегдомын» Верхнебуреинского муниципального района Хабаровского края

Творческий проект **Крутится скакалка**

Выполнили:
**обучающиеся хореографической
студии «Овация»:**
Алексиевич Светлана
Левченко Алена
Вертий Татьяна
Зуева Диана
Каюкова Эвелина
Швендых Арина

Научный руководитель:
Иванова Оксана Михайловна
педагог дополнительного образования
п. Чегдомын, 2015 **ЦРТДиЮ**





Цель проекта:

**Создание танцевального
номера со скакалкой**





Задачи проекта:

- собрать материал об истории возникновения предмета «скакалка»;**
- научиться выполнять упражнения и комбинации со скакалкой;**
- выучить и исполнить перед зрителями танец со скакалкой.**

Упражнения со скакалкой:

«Подскоки», «Прыжки по шестой позиции», «Прыжки с прокручиванием скакалки по бокам туловища», «Выпады», «Прыжки с перекрещиванием рук», «Прыжки с высоким подниманием колена», «Прыжки с выбрасыванием прямых ног вперёд и назад»





**Д. Тухманов и группа
«Непоседы»
«Крутится скакалка»**




Костюм к танцу





**Хореографическая студия «Овация»
(средняя группа)**



Список интернет – источников:

1. www.werno.ru/.../1349-zanyatiya-so-skakalkoj-pomogut-izbavitsya-ot.html занятия со скакалкой
2. www.aptechka.rhema.ru/sport/fizakt6.shtml прыжки через скакалку, здоровье и спорт
3. www.igra.nouck-info.ru/skakalka.php конкурсы со скакалкой



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!