



Координация движений в пространстве



A dark blue arrow points to the right at the top left. Below it, several thin, curved lines in shades of blue and grey sweep across the left side of the slide.

Здравствуйте, дорогие ребята!

Сегодня на занятии мы с вами вспомним, что такое координация.

Выясним, что такое пространство и почему важно координировать движения в пространстве.

На следующих занятиях мы с вами будем выполнять практические задания!

Итак, давайте вспомним, что же такое координация?

Координация (от лат. coordinatio — взаимоупорядочение) — процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи.

Если говорить не научным языком то, **координация** - умение согласовывать движения различных частей тела. Отдельные элементы движения соединяются в единое двигательное действие, которое производится пластично, четко.



Пространство – это...

Пространство - промежуток между чем-нибудь, место, где что-нибудь вмещается!

Координирование движений на месте - это задача не из легких, но еще сложнее координировать движения в пространстве.



Координирование движений в пространстве!

Координация движений в пространстве важна для танцора, т.к. важно уметь чувствовать расстояние вокруг себя и чувствовать партнера по танцу.

Необходимо рассчитывать пространство так, чтобы не навредить другому танцору.





- ▶ Итак следующие занятия будут практическими!
- ▶ Перед выполнением занятий вам необходимо будет освободить место для выполнения упражнений!
- ▶ Приготовить специализированную одежду!

Спасибо за внимание!