

Задание №3 для средней группы

Тема занятия «Battementfendu [Баттман фондю]»

Прежде чем приступить к разучиванию комбинации мы сделаем разминку, которая включает в себя: ходьбу на полупальцах (16 шагов), на пятках (16), бег с броском ноги назад (16), подскоки (16), ходьба в приседе (16).

Затем приступаем к изучению комбинации battementfendu [баттман фондю].

Battementfendu [Баттман фондю] (тающее движение) – сгибание работающей ноги в положение [surlecou-de-pied](#) при одновременном [demiplier](#) на опорной ноге и разгибание работающей ноги в любом направлении при одновременном подъеме их [demiplier](#).

Все элементы движения выполняются плавно и слитно.

При исполнении движения вперед рабочая нога закрывается в положение условное [surlecou-de-pied](#) спереди путем отведения колена в сторону.

Открывается нога вперед пяткой, сохраняя выворотность в колене.

При исполнении движения назад рабочая нога закрывается в положение [surlecou-de-pied](#) сзади, сохраняя выворотность в колене.

Открывается нога назад за вытянутым носком.



Видеоматериал можно найти по следующей ссылке

https://yandex.ru/video/preview/?text=батман+фондю+у+станка+видео+уроки&path=wizard&parent-reqid=1643729156153496-16226927983280294818-sas3-1030-50b-sas-l7-balancer-8080-BAL-6997&wiz_type=v4thumbs&filmId=17976065426571761795&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DdvhmezbXgCM

Незабываем присылать ваши видео и фотографии.

Все выполненные работы отправляем мне на [Viber](#) или на электронную почту mikhlv1970@yandex.ru

не позже 19 февраля