

Індивідуальні завдання (для студентів, які навчаються індивідуальним-графіком сприяння)

- 1) Матеріали самопідготовки;
- 2) Самостійні роботи:
 - Скласти і провести з групою екзерсиси (біля опори, посеред залу, партер, алегро) для різних етапів підготовки спортсменів, у різних видах спорту.
- 3) Скласти план-схему довільних вправ (композиції), записати музику (фонограму), представити відео матеріали композицій з різних видів спорту.

Рекомендована література

1. Сосина В.Ю. Хореографія в гімнастиці. - учеб. пособие для студентов вузов / В.Ю. Сосина. – К. : Олимп. л-ра, 2009. – 136 с.
2. Хореографическая подготовка в спорте / Методические рекомендации. Составители Бирюк Е., Овчинникова Н. – Киев: КГИФК, 1990.
3. Сосіна В.Ю. Хореографія в спорті : навч. Посіб. / В.Ю. Сосіна. – К.: НУФВіСУ, вид –во «Олімпійська література», 2021. – 280 с.

Інформаційні ресурси інтернет

Відеоматеріали: хореографічна підготовка в художній і спортивній гімнастиці, акробатиці, фігурному катанні синхронному плаванні (матеріали YouTube) .