Дистанционное обучение детского объединения «Фантазия»

за период с 08 по 14 ноября 2021 года.

Форма обучения дистанционная, электронный формат через беседу по группам в контакте. Самоподготовка. Фото и видео отчеты высылаются в беседу по группам в контакте в течение 1-2 дней

Элетронные ресурсы:

<https://vk.com/cid_moscow> Сайт посвящен хореографам и танцорам

Группа О-11

08.11.21. Посмотреть видео с элементами классического танца у опоры, с упражнениями для постановки корпуса, прыжки. Выполнить и прислать видео или фото.

12.11.21. Посмотреть видео с упражнениями для развития чувства ритма, партерной гимнастики, с упражнениями на развитие стопы. Выполнить и прислать видео или фото.

13.11.21. Посмотреть видео с упражнениями для развития чувства ритма, партерной гимнастики, с упражнениями на развитие стопы. Выполнить и прислать видео или фото

Группа Б-11

09.11.21. Посмотреть видео с элементами классического экзерсиса у опоры, упражнениями на координацию движения, прыжки. Выполнить, прислать видео или фото.

11.11.21. Посмотреть видео с элементами партерной гимнастики. Выполнить растяжку на резинках. Прислать видео или фото.

13.11.21. Выполнить упражнения на развитие ориентирования в пространстве. Танцевальная импровизация “ Характерная поза “. Выполнить элементы и танцевальные композиции номера «Колыбельная». Прислать видео или фото.

Группа У-11

08.11.21. Выполнить Stretch-разминку. Элементы эстрадного танца . Выполнить элементы и танцевальные композиции номера «Необычный житель». Прислать видео или фото.

10.11.21. Выполнить партерный классический экзерсис, прыжки. Выполнить упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков. Прислать видео или фото.

11.11.21. Посмотреть видео с элементами эстрадного танца, упражнениями на развитие музыкально-ритмических навыков. Выполнить, прислать видео или фото.

Группа У-31

10.11.21. Выполнить Stretch-разминку в партере, прыжки с утяжелителями. Прислать видео или фото.

12.11.21. Выполнить творческие задания по развитию актерского мастерства. Выполнить элементы и танцевальные композиции номера «Притяжение». Прислать видео или фото.

13.11.21. Посмотреть видео <https://vk.com/cid_moscow> классическому танец с Евгенией Образцовой (примой-балериной, Большой театр). Выполнить элементы джаз – стрит танца. Прислать видео или фото.

Группа М

12.11.21. Выполнить упражнения ритмической разминки и упражнения на развитие координации. Выполнить прыжковые движения. Выполнить элементы танцевального номера «Мечта мальчишек». Прислать видео или фото.

13.11.21. Посмотреть видео с элементами классического экзерсиса у опоры, с упражнениями для укрепления мышечного корсета. Выполнить, прислать видео или фото.