Дистанционное обучение детского объединения «Фантазия»

за период с 14 февраля по 20 февраля 2022 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

Электронные ресурсы:

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

Группа О-11

14.02.22. Посмотреть видео с элементами народного танца . Прыжки, подскоки. Выполнить элементы и прислать видео или фото

18.02.22. Посмотреть видео с упражнениями партерной гимнастики. Используя элементы партерной гимнастики, придумать композицию «Кошка» Выполнить и прислать видео или фото.

19.02.22. Посмотреть видео с упражнениями партерной гимнастики. Используя элементы партерной гимнастики, придумать композицию «Кошка» Выполнить и прислать видео или фото.

Группа Б-11

15.02.22. Выполнить упражнения эстрадной разминки. Танцевальная импровизация «Характерная поза». Прислать видео или фото.

17.02.22. Посмотреть видео с элементами партерной гимнастики. Выполнить упражнения растяжки с резинкой. Прислать видео или фото.

19.02.22. Выполнить упражнения эстрадной разминки. Выполнить элементы танца «Мечта мальчишки». Прислать видео или фото

Группа У-11

14.02.22. Выполнить упражнения эстрадной разминки. Выполнить элементы танца «Посиделки». Прислать видео или фото

16.02.22. Выполнить партерный классический экзерсис, прыжки. Прислать видео или фото.

17.02.22. Выполнить силовую разминку, упражнения с утяжелителями. Прислать видео или фото.

Группа У-31

16.02.22. Выполнить разминку и элементы джаз – стрит танца. Прислать видео или фото

18.02.22. Выполнить Stretch-разминку в партере. Прислать видео или фото

19.02.22. Выполнить Stretch-разминку в партере. Выполнить элементы номера «Танец капель на воде».Прислать видео или фото.

Группа М

18.02.22. Выполнить элементы классического экзерсиса у опоры. Прислать видео или фото.

19.02.22. Выполнить упражнения ритмической разминки . Выполнить различный танцевальный ход. Прислать видео или фото.