Дистанционное обучение детского объединения «Фантазия»

за период с 21 февраля по 28 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

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

25.02.22. Посмотреть видео с упражнениями партерной гимнастики. Используя элементы партерной гимнастики, придумать игрушку «Фабрика игрушек». Выполнить и прислать видео или фото.

26.02.22. Посмотреть видео с упражнениями партерной гимнастики. Используя элементы партерной гимнастики, придумать игрушку «Фабрика игрушек». Выполнить и прислать видео или фото.

28.02.22. Посмотреть видео с элементами классического танца у опоры, с упражнениями для постановки корпуса, прыжки. Выполнить элементы танца «Божья коровка» , прислать видео или фото.

Группа Б-11

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

24.02.22. Выполнить элементы классического экзерсиса у опоры, прыжки. Прислать видео или фото.

26.02.22. Выполнить упражнения эстрадной разминки. Выполнить упражнения на координацию движения. Прислать видео или фото

Группа У-11

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

24.02.22. Выполнить упражнения эстрадной разминки, упражнения на развитие музыкально ритмических навыков. Прислать видео или фото.

28.02.22. Выполнить Stretch-разминку. Выполнить элементы и танцевальные композиции номера «Посиделки». Прислать видео или фото.

Группа У-31

25.02.22. Выполнить элементы классического экзерсиса у опоры и на середине зала. Прислать видео или фото.

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

Группа М

25.02.22. Выполнить упражнения ритмической разминки и упражнения на развитие силы ног, прыжковые движения.

26.02.22. Выполнить упражнения ритмической разминки. Выполнить присядочные движения. Прислать видео или фото.