



**Задания и рекомендованные ресурсы для  
дистанционного обучения для  
воспитанников студии хореографии  
"Секрет танца".**

**Базовый уровень. Группа: № 3.**

**Дата занятия: 08.04.2020.**

**Форма проведения: offline.**



## Тема занятия:

# «Основные элементы классического танца».

## Содержание занятия:

1. Комбинация Demi-plié по I, II позициям ног.
2. Основные движения этюда «Полька»



**Цель занятий:** *развитие природных задатков и творческого потенциала воспитанников в процессе обучения искусству хореографии.*

**Задачи занятий:**

1. Обучение основным базовым знаниям, умениям, навыкам в области классической хореографии;
2. Развитие общей физической подготовки
3. Развитие танцевальных данных
4. Формирование личностных качеств
5. Формирование принципов здорового образа жизни.

# 1. Комбинация Demi-plié по I, II позициям ног.

**Demi-plié (полуприседание) - основной элемент хореографии, необходимый для выполнения прыжков, вращений, практически все движения начинаются и/или заканчивается в demi-plié.**

**Плие развивает эластичность суставно-связочного аппарата, выворотность в тазобедренном и коленном суставах, способствует растяжке ахиллова сухожилия.**





**Музыкальный размер 3/4.  
Каждое Demi-plié занимает 2 такта.**

**Исходное положение: I выворотная позиция  
ног, руки в подготовительном положении.**



**3 Demi-plié по I выворотной позиции, 1 Relevé (на 1 такт),  
переход во II выворотную позицию приемом battement tendu (на  
1 такт);**

**3 Demi-plié по II выворотной позиции, 1 Relevé (на 1 такт),  
переход во I выворотную позицию приемом battement tendu (на  
1 такт).**

**Повторить всю комбинацию еще раз.**

**Комбинация доступна по ссылке:  
<https://youtu.be/P9mMldWinnQ>**






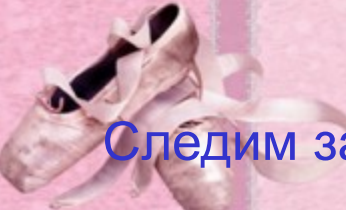
Классический танец является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные обучающихся, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры.

**2. Повторить основные движения этюда «Полька»**

**Ссылка на упражнения:**

<https://youtu.be/kpbrAmhWDA0>

[https://youtu.be/kdO-\\_BagUuU](https://youtu.be/kdO-_BagUuU)



Следим за правильностью выполнения упражнений, техникой безопасности.



### 3. Самоконтроль. Подведение итогов занятия. Обратная связь.



1. Фрагменты выполненного задания по желанию (видео или фото материал) прислать педагогу на электронную почту или в общий чат группы в WhatsApp или дать обратную связь по WP о выполнении задания.

2. В случае возникновения вопросов при выполнении заданий, обращайтесь к педагогу по телефону, WhatsApp, электронной почте [lenok.balerinka@mail.ru](mailto:lenok.balerinka@mail.ru).

**Всегда с вами! До новых встреч!**

