



План занятия-рекомендации хореографического ансамбля «Ритм-балет» для углубленного уровня

Педагоги: Якунина Е.И., Паздникова И.Ю.

Информация о заданиях и видеоуроках будет выкладываться на сайте нашего центра в разделе: «Дистанционное и электронное обучение», на ютуб-канале центра <https://www.youtube.com/channel/UCkORlyCcpYodIVMZrvnvD2Q> и на нашем ютуб-канале

<https://www.youtube.com/channel/UCMsS4UjQhxNMNm5zggNeMfw>

Мы будем своевременно Вас информировать.

Тема: Партерная гимнастика- основа хореографического искусства

Цель: Развитие двигательных функций с характерной для них выработанной выворотностью ног, достигаемую путем координационной работы мышц и всех частей тела

Задание-рекомендация: поддержание сценической формы ввиду невозможности проведения полноценного занятия в хореографическом классе

Ссылки на материал:

<https://www.youtube.com/watch?v=XGDbBiUxH5c>

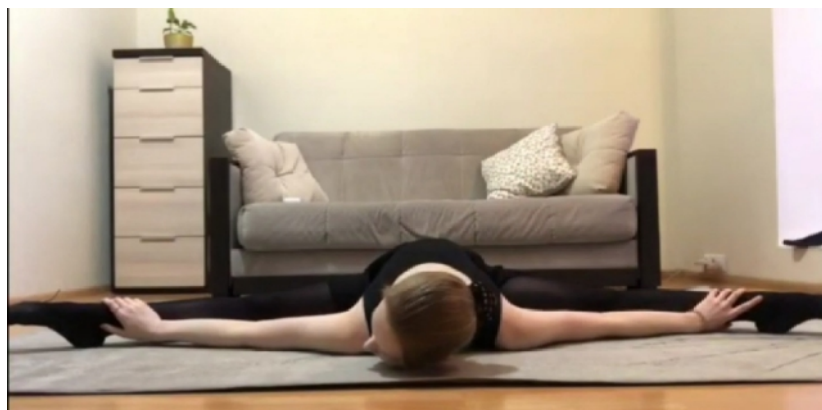
https://www.youtube.com/watch?v=b_1gouT3hZg&t=2s

<https://www.youtube.com/watch?v=y0RyfE5K51E>

Фотоматериал:



«Упражнение для мышц спины и наклоны корпуса вперед»



«Наклоны корпуса к правой ноге к левой ноге и вперед»



«Подъем на пальцы»



«Бабочка»

Ваши фото и видео отчеты присылайте в группы в WhatsApp. Связь держим по телефонам: 89067149754 Елена Ивановна и 89168604254 Ирина Юрьевна