



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

Базовый уровень. Группа: № 2.

Дата занятия: 11.04.2020.

Форма проведения: offline



Тема занятия:

"Основные элементы классического танца:
Battement tendu jeté".

Содержание занятия.

1. Разминка. Партерная гимнастика.

2. Комбинация Battement tendu

3. Комбинация Battement tendu jeté



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.



Содержание занятия.

1. Разминка.

Партерная гимнастика.

Продолжаем поддерживать форму, выполняем упражнения, направленные на развитие различных групп мышц, постановку корпуса и др.

**Упражнения выполняются сидя на полу, лежа на спине,
лежа на животе.**

Комплекс упражнений доступен по ссылке:
<https://youtu.be/pdEКу6eQXWg>

Следим за правильностью выполнения упражнений, техникой безопасности.



1. Повторить комбинацию Battement tendu

Музыкальный размер: 2/4.

Каждый Battement выполняется на 1 такт,
пауза в V позиции 1 такт .

Исходное положение: V позиция, руки в подготовительном положении.

Preparation. Открыть руки во II позицию.

Battements tendus вперед, в сторону, назад, в сторону правой ногой
2 Battements tendus правой ногой в сторону, **Pas dégagé** на 3 такта, пауза
в V позиции левая нога спереди 1 такт.

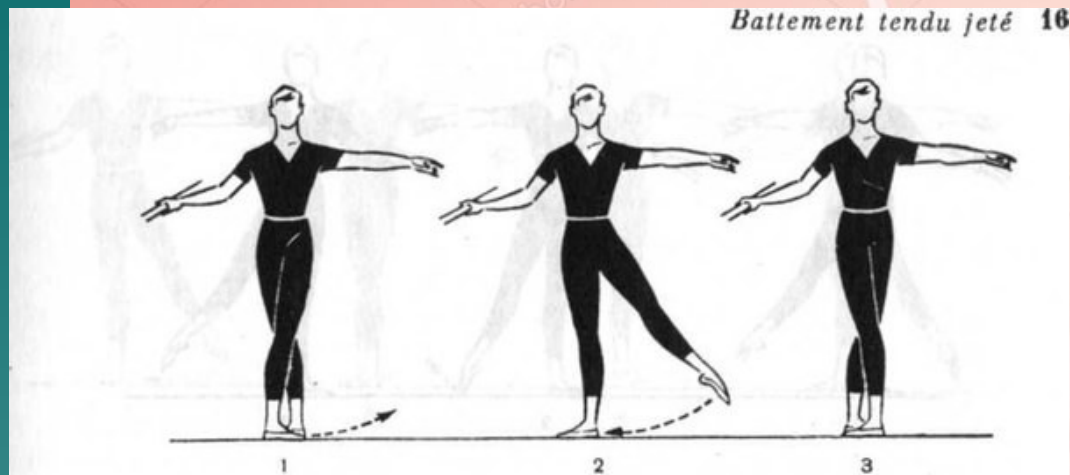
Повторить всю комбинацию с левой ноги.

Комбинация доступна по ссылке:

<https://youtu.be/SbLtLMfVarU>



3. Основные элементы классического танца: Battement tendu jeté".



Движение **Battement tendu jeté** в классическом танце — это бросок рабочей ноги. Элемент, очень похожий по технике выполнения на Battement Tendu. Нога при помощи взмаха отрывается от пола и задерживается в таком положении на 25-45 градусов.



Комбинация.

Музыкальный размер 2/4(или 4/4)

Исходное положение: V позиция. Руки в подготовительном положении.

- **Battement tendu jeté** правой ногой вперед, в сторону, назад, в сторону (каждый на 2 такта по 2/4 или на 1 такт 4/4)
- **2 Battement tendu jeté** правой ногой в сторону (каждый на 2 такта по 2/4)
- **Pas dégagé** во II позицию(на 3 такта 2/4) Руки открыть во II позицию, затем закрыть в подготовительное положение
- **Пауза** в V позиции, левая нога спереди (на 1 такт 2/4)



Повторить с левой ноги, а затем всю комбинацию сделать еще раз.

Комбинация доступна по ссылке:

<https://youtu.be/AmT-846cVec>

Регулярное выполнение движения способствует выработке выворотности, устойчивости, мышечной силы, развивает точность, изящность ног и мышечный корсет.



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.

Всегда с вами! До новых встреч!

