



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

Базовый уровень. Группа: № 3.

Дата занятия: 10.04.2020. Форма проведения: offline.

Тема занятия: "Основные элементы классического танца".

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 (силы, выносливости, ловкости), выработка правильной и красивой осанки, укрепление всех групп мышц;
3. Развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации);
4. Формирование личностных качеств: внимательность, ответственность, трудолюбие;
5. Формирование принципов здорового образа жизни.

Содержание занятия.

1. Разминка. Партерная гимнастика.

Партерный экзерсис оказывает благотворное, оздоравливающее действие на весь организм, снимает усталость, повышает иммунитет, улучшает настроение. Упражнения выполняются сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе.

Комплекс упражнений доступен по ссылке:

<https://youtu.be/pdEKy6eQXWg>

Следим за правильностью выполнения упражнений, техникой безопасности.

2. Основные элементы классического танца.

Закрепление пройденного материала.

Повторить:

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

<https://youtu.be/P9mMIdWinnQ>

2. Комбинация Battements tendus по I позиции.

<https://youtu.be/SbLtLMfVarU>

Не забываем следить за правильностью выполнения упражнений, техникой безопасности.

3. Самоконтроль. Подведение итогов занятия. Обратная связь.

1. Фрагменты выполненного задания (видео или фото материал) прислать педагогу на электронную почту или в общий чат группы в WhatsApp.
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!