



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

Углубленный уровень. Группа: № 1.

Дата занятия: 14.04.2020. Форма проведения: offline.

Тема занятия:

"Основные элементы классического танца. Пластика рук"

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/pdEKy6eQXWg>

Следим за правильностью выполнения упражнений, техникой безопасности.

2. Повторить I, II, III формы Port de bras.

Музыкальное сопровождение: вальс, 3/4.

Исходное положение V позиция, *èpaulement croisèe*.

Каждое port de bras повторить 3 раза на 4 такта, preparation (2 такта), пауза V позиции в исходном положении (2 такта).

Рекомендуемый музыкальный материал: Ф. Шопен.

Поработать над точностью перевода рук между позициями, выразительностью движений, пластикой.

**3. Повторить основные движения
композиции «Рондо. Фантазия»
(на полупальцах).**

Поработать над выразительностью движений, пластикой и
эмоциональностью исполнения.

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.
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!