**Программа дистанционного обучения по хореографии**

**с 05 по 11 декабря 2020 года.**

**Преподаватель хореографического отделения Филипповой М.А.**

**Новочурашевского структурного подразделения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Класс** | **Наименование предмета** | **Задания** |
| **07.12.2020** | 1 класс | Ритмика | 1. Разминка: – танцевальный шаг с носка; – шаги на скошенных стопах наружу («медведи») и вовнутрь; – шаги на полупальцах, пятках; – шаги с высоким поднятием ноги, согнутой в колене («цапля»); – подскоки; – бег взахлест; – высокий бег («лошадки»); – шаги в приседании («уточки»); – прыжки на двух ногах («зайцы»); - шаг "полька" с подскоками; - галоп с переменой сторон. 2. Просмотр видеоматериала группа движений на стихи А. Борто . Разучивание движений комбинаций «Бычок», «Мячик», «Кораблик».  [**https://www.youtube.com/watch?v=SD3OS4yEKBE**](https://www.youtube.com/watch?v=SD3OS4yEKBE) |
|  | 4 класс | Классический танец | 1.Повторение изученного материала по дисциплине «Классический танец» - станок |
|  | 4 класс | Народный танец | 1.Повторение изученного материала по дисциплине «Народный танец» - станок;  2. Разучивание одного движения (на выбор) из русского танца «Лето». Балет Игоря Моисеева. <https://youtu.be/aXaQpvfWe9Y> |
|  | 5 класс | Классический танец | 1. Повторение изученного материала по дисциплине «Классический танец» - станок |
|  | 5 класс | Народный танец | 1.Рзучивание танцевального элемента с х**оровода "Лебёдушка"**[**https://youtu.be/tDOHZwowgJE**](https://youtu.be/tDOHZwowgJE) |
|  |  |  |  |
| **10.12.2020** | Эстетический класс | Ритмика | 1. Шаги с руками, находящимися в положении «ладони на талии». - танцевальный шаг с носка; - шаги на полупальцах; - шаги на пятках; - шаги поочередно на полупальцах, пятках; - маршевый шаг на месте; - легкий бег с поджатыми ногами; - подскоки на месте и с продвижением; - боковой галоп с переменой сторон. 2. Обучение техники прыжков через мнимой скакалки  - техника захвата мнимой скакалки за ручки;  - техника вращения мнимой скакалки;  3. Упражнения для прыжков через мнимой скакалки:  - вращение мнимой скакалки вперед/назад  - вращение мнимой скакалки вперед и прыжок на двух ногах через мнимую скакалку  - прыжки на двух ногах через мнимую скакалку  - прыжки на одной ноге через мнимую скакалку  - прыжки с выбрасыванием одной ноги вперед, другая сзади  - прыжки с поочередным подскоком 4. Разучивание танцевального этюда «Фиксики»  [**https://cloud.mail.ru/public/4T73/4kF2TXYjq**](https://cloud.mail.ru/public/4T73/4kF2TXYjq) |
|  | 2 класс | Классический танец | 1. Повторить изученный материал:   - станок,  - середина зала |
|  | 3 класс | Классический танец | 1. Повторить изученный материал   - станок,  - середина зала |
|  | 3 класс | Народный танец | 1. Повторить изученный материал.   Разучивание нового материала Ссылки на видео: [**https://vk.com/away.php?utf=1&to=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2FChIeSe15Eq0**](https://vk.com/away.php?utf=1&to=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2FChIeSe15Eq0) (дробь с перескоком)  [**https://vk.com/away.php?utf=1&to=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2FIPIuexvJ3So**](https://vk.com/away.php?utf=1&to=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2FIPIuexvJ3So) (простой ключ) |