

Задания для обучающихся хореографического отделения

за 14 апреля 2020 г.

по дистанционному обучению
согласно учебному расписанию.

<i>Преподаватель</i>	<i>Дисциплина</i>	<i>Класс</i>	<i>Тема урока (по КТП)</i>	<i>Домашнее задание</i>	<i>Ссылка на учебный материал ВКонтакте</i>
Лужецкая С.Ю.	Гимнастика	1	Упражнения для укрепления мышц живота.	1.Разминка. 2.. Комплекс упражнений ОФП. 3. Упражнения для развития растяжки.. 5. 50 счетов лежать в "колечке". 6. 10 мостов лежа. 10 счетов стоять в мостике. 10 наклонов на коленях с руками, 10 счетов стоять в наклоне. 8. 5 переходов из наклона на коленях в мост.	https://vk.com/video-193343062_456239048 https://vk.com/video-193343062_456239072 https://vk.com/video-193343062_456239063
Лужецкая С.Ю.	Гимнастика	2	Упражнения для развития амплитуды.	1.Разминка. 2. Комплекс упражнений ОФП. 4. Упражнения для развития растяжки. 5. 50 счетов лежать в "колечке". 6. 10 мостов лежа. 10 счетов стоять в мостике. 7. 10 наклонов на коленях с руками, 10 счетов стоять в наклоне. 8. 5 переходов из наклона на коленях в мост. 9. Стойка на груди, поставить ноги на пол 10 счетов. 8. 10 мостов стоя.	https://vk.com/video-193343062_456239048 https://vk.com/video-193343062_456239063

Лужецкая С.Ю.	Классический танец	6	Подготовительные упражнения для plie, grand plie.	<p>1. Разминка.</p> <p>2. Комплекс упражнений на растяжение и укрепление мышц стопы.</p> <p>3. Комплекс упражнений ОФП.</p> <p>4. Упражнения для развития растяжки.</p> <p>5. Упражнения для развития гибкости.</p>	<p>https://vk.com/video-193343062_456239048</p> <p>https://vk.com/video-193343062_456239069</p> <p>https://vk.com/video-193343062_456239072</p> <p>https://vk.com/video-193343062_456239063</p> <p>https://vk.com/video-193343062_456239079</p>
Лужецкая С.Ю.	Классический танец	7	Подготовительные упражнения для plie, grand plie.	<p>1. Разминка.</p> <p>2. Комплекс упражнений на растяжение и укрепление мышц стопы.</p> <p>3. Комплекс упражнений ОФП.</p> <p>4. Упражнения для развития растяжки.</p> <p>5. Упражнения для развития гибкости.</p>	<p>https://vk.com/video-193343062_456239048</p> <p>https://vk.com/video-193343062_456239069</p> <p>https://vk.com/video-193343062_456239072</p> <p>https://vk.com/video-193343062_456239063</p> <p>https://vk.com/video-193343062_456239079</p>
Лужецкая С.Ю.	Ритмика.	1	Музыкально-ритмическое упражнение зеркало.	Повторить дирижирование на 2 и 3 четверти.	
Лужецкая С.Ю.	Ритмика.	2	Размер 4/4. Ритмический рисунок: две половинные, четыре	Повторить дирижирование на 2 и 3 четверти. Дирижирование на шагах.	

			восьмые+половинная, половинная с точкой, 2/8.		
Катогарова Л.Н.	ПКН	9	Работа над танцевальной техникой.	Повторить репертуар, посвященный ВОВ. «Синий платочек», «Тонкая рябина»	https://vk.com/video?z=video-10020777_170889101%2Fpl_cat_updates
Голополосова Ю.В.	Современный танец	7	Провести работу над танцевальной техникой	1.Провести разминку по ссылке: 2 . Провести работу над выученными комбинациями. 3. Разобрать новую комбинация «гранд батман» посмотреть по ссылке:	https://vk.com/video133144558_456239081 https://vk.com/video133144558_456239093
Голополосова Ю.В	ПКН	4	Провести работу над танцевальной техникой	1.Провести разминку по ссылке: 2.Проработать танцевальную технику. Повторить выученный фрагмент пройденной танцевальной постановки. Отработать под музыку.	https://vk.com/video133144558_456239081
Голополосова Ю.В	ПКН	7	Провести работу над танцевальной техникой	Проработать танцевальную технику. Повторить выученные фрагменты. Отработать под счет и музыку.	
Петрова М. С.	Классический танец	5	Pas chasse вперед	1. Повторить комбинации у станка. 2. Упражнения на растяжку и гибкость. 3. Повторять комбинации на середине зала. 4. Ознакомиться м движением па шоссе http://ballroom-dances.ru/page/pa-shasse-v-tance	
Петрова М. С.	Классический танец	3		Releve по I, II, V позициям: с вытянутых ног; с demi plie 1. Повторить комбинации у станка plie , Battements tendu, Battements tendu jete, Rond de jambe par terre, Battements fondu, Battements frappe, Pti battements, Relevelet, Retere, Grsnf battements, Releve	

				<p>2. Повторить Battements tendu на середине зала. 3. Releve по I, II, V позициям: с вытянутых ног; с demi plie 4. Посмотреть балет "Снегурочка" https://vk.com/video-50850170_171540661</p>	
Петрова М. С.	ПКН	5	Освоение танцевальных комбинаций	<p>1.Повторять упражнения: 1.имена 2.марионетки 3.импульс 2.Повторить актерское мастерство в связке афро-джаза 3.Посмотреть постановки различных ансамблей в тематике афро-джаза</p>	