

**План дистанционной работы преподавателя
по классу хореография
Гизатуллиной Л.Р
С 20 по 24 апреля**

Ф.О Обучающегося	Класс	Содержание уроков	Средство связи
Группа	3 класс	1.Проверка домашнего задания. 2.Pas de bouree de cote носком в пол и на 45 градусов. Задачи: Работа над правильной постановкой рук. Правильным корпусом. Квадратом спины и бёдер. Острых, наточенных пальц стопы.	ZOOM
Группа	2 класс	Современный танец. 1.Проверка домашнего задания. 2.Растяжка корпуса: складка, кач спины в партере, лодочка, лодочка художественная, пережат вперёд – назад, пережат с прямыми ногами, мостик. Отжимания 35 раз. Акробатика: Перевороты на прямых руках вперёд,назад. 3.Изоляция. Руки основные позиции рук, варианты позиций. Задачи: Развитие пластики верхней части корпуса,рук. Ритм. Продолжение развития данных растяжки спины, развитие выносливости и старания. Сила рук.	ZOOM
Группа	1 класс	Народный танец. 1.Проверка домашнего задания. 2.Продолжение работы над вращением. Гармошка.Присядка. Задачи: Работа над точкой в повороте. Отработка вращения. Правильный ритм. Работа над техникой.	ZOOM
Группа	1 класс	Современный танец. 1.Проверка домашнего задания. 2. Растяжка корпуса: складка, кач спины в партере, лодочка, лодочка художественная, пережат вперёд – назад, мостик. Отжимания 30 раз. Акробатика: Перевороты на прямых руках вперёд,назад. 3.Работа над постановкой. Задачи: Развитие пластики верхней части корпуса, пластика грудной клетки. Ритм. Координация. Продолжение развития данных шага, развитие выносливости и старания. Сила пресса.	ZOOM

1.Маценко Ксения 2.Барышева Александра	3 класс	Pas de bouree de cote носком в пол и на 45 градусов. Задачи: Работа над правильной постановкой рук. Правильным корпусом. Квадратом спины и бёдер. Острых, наточенных пальц стопы.	ZOOM
1.Напалкова Афина 2.Королёва Анастасия	2 класс	Классический танец. Petits battements sur le cou-de-pied на полупальцах. Задачи: Работа над техникой исполнения.	ZOOM