

Хореография.(расписание)Подготовительное отделение. Преподаватель Ганиева Чулпан Фидаилевна

Клас с	Предмет	Дата, время	Тема занятия	Задание	Форма контроля
1«А»	Хореография	29.04 среда суббота 02.05	Ритмико-гимнастические упражнения	Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Упражнения на выработку осанки. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. .	Отчет по WhatsApp в группе родителей, отправка фото и видеоматер.
1«Б»	Хореография	29.04 Среда суббота 02.05	Танцевальные упражнения. Танцы и пляски	Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек движение с платочками).	Отчет по WhatsApp в группе родителей, отправка фото и видеоматер.
1«Г»	Хореография	29.04 Среда суббота 02.05	Упражнение на ритм «Хлопай топай»	Ход на полупальцах , пятках, в глубоком приседании, паровозик, с высоким подниманием голени бедра.	Отчет по WhatsApp в группе родителей, отправка фото и видеоматер.
1«Д»	Хореография	28.04 Вторник четверг 30.04	Разминка по выбранной мелодии с самостоятельными комплексом упражнений.	Упражнение для рук, мышц шеи, туловища и на осанку. Упражнения на развитие гибкости. «Складочка», «Кукла», «Статуэтка».	Отчет по WhatsApp в группе родителей, отправка фото и видеомат.
1 «Е»	Хореография	28.04 Вторник четверг 30.04	упражнения на ритм.	Повадки животных», «Домашняя техника».	Отчет по WhatsApp в группе родителей, отправка фото и видеомат.
1«З»	Хореография	28.04 Вторник четверг 30.04	Повторение пройденного материала.	Танцы – хороводы.	Отчет по WhatsApp в группе родителей, отправка фото и видеомат.

1 «Ж	Хореография	28.04 Вторник четверг 30.04	Пластика. Равновесие.	Понятие равновесия, типы, значение равновесия.	Отчет по WhatsApp в группе родителей, отправка фото и