

Отчет по ведению учебной деятельности преподавателя отделения хореографии Ефремовой Л.В в период дистанционного обучения 13.04.20 – 17.04.2020.

Класс	Дата	Предмет	Тема	Задание	Примечание
1	13.04 15.04	Гимнастика	«Разминка, растяжка».	Прорабатываем и разогреваем все мышцы, начиная с шейного отдела, заканчивая растяжкой ног.	Держать ровную спину при складках. В прыжках по 6 позиции висеть в воздухе.
1	14.04 17.04	Народно-сценический танец	Упражнение для бедра	Соединить комбинацию «Подготовка к верёвочке», упражнение для бедра. Повторить русский этюд.	Не укладывают стопу в положении passe.
1	13.04 16.04	Классический танец	Комбинация Vt.tondupo по 5 позиции	Знать раскладку и правила исполнения комбинации.	Следить за выворачиваемостью ног и прямой осанкой, исполнять лицом к зеркалу.
4	12.04 14.04	Гимнастика	«Разминка, растяжка», работа на дыхание по системе йоги.	Уметь правильно дышать.	При исполнении упражнений на портере забывают о дыхании, что не даёт ещё более эффективной растяжке мышц.
4	С 06.04-	Сценическая практика	Тенцы: «Мы вместе», «Восход солнца», «Рассударики», «Тарантелла».	Работать над техникой исполнения и артистичностью.	Повторять и отрабатывать самостоятельно.
4	14.04 17.04	Народно-сценический танец	Грузинский танец «Лезгинка», мужская партия. https://youtu.be/pMcbjJo1znc	Выучить положение рук, шаг точка.	В исполнении комбинаций руки в основном противоположны ногам!
4	13.04 16.04	Классический танец	Комбинация девлепе на полупальцах. Комбинация девлепе на полупальцах. https://www.instagram.com/p/B-efDqNHB9v/?igshid=1nqsalen646nc	Выучить комбинацию.	Обратить внимание на то, что, исполняя комбинацию -не заваливаться на опорной ноге.