

План дистанционной работы преподавателя

Алексеевой Марины Евгеньевны в период с 01.02.2022 г. По 01.03.2022

(разработан на основе действующих учебных программ и календарно-тематического планирования, с учетом возможности дистанционного обучения)

Наименование образовательной программы	Учебный предмет	Класс	Краткое описание дистанционного урока	Дата	Ссылки на ресурсы	Дистанционные платформы
Дополнительная общеразвивающая программа в области хореографического искусства «Современная хореография» 5-летнего срока обучения	Основы современного танца	3 класс	Комбинация разминки на изоляцию. Комбинация разминки с координаций рук, ног и корпуса. Кросс: прыжки, подготовки к вращениям.	1.02.2022 8.02.2022 15.02.2022 22.02.2022	Видео WhatsApp	WhatsApp
	Постановка Концертных номеров		Повторение разученных комбинаций для номера «неба коснуться». Работа над эмоциями номера.	3.02.2022 10.02.2022 17.02.2022 24.02.2022	Видео WhatsApp	WhatsApp
	Стрейчинг		Разминка на середине . Разминка в партер. Упражнение на растяжку задней и передней поверхности бедра. Растяжка на шпагаты с использованием инвентаря.	5.02.2022 12.02.2022 19.02.2022 26.02.2022	Видео WhatsApp	WhatsApp
	Основы современного танца	4 класс	Танцевальная разминка. Комбинации Plie, Battement tendu, battement tendu jete на середине. Подготовка к большим прыжкам	1.02.2022 8.02.2022 15.02.2022 22.02.2022	Видео WhatsApp	WhatsApp
	Постановка Концертных номеров		Повторение движений и комбинаций для постановки «дальняя дорога». Импровизация на музыку для постановки.	3.02.2022 10.02.2022 17.02.2022 24.02.2022	Видео WhatsApp	WhatsApp
	Стрейчинг		Разминка в партер. Работа над растяжением связок спины, упражнения «мостик», «полумост», «качалочка», «полуплуг», «плуг». Работа на растяжку тазобедренных суставов, упражнения «лягушка», «бабочка», «веревочка». Шпагаты.	5.02.2022 12.02.2022 19.02.2022 26.02.2022	Видео WhatsApp	WhatsApp