**Дистанционное обучение**

**Хореографическая студия «Радуга» сентябрь 2020 год.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата  | Хореографический коллектив | Тема  | Электронный ресурс, ссылка на страницу |
| 1.09 – 4.09  | **«Феникс»** | **Теоретические сведения** | Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.<https://need4dance.ru/?p=1033><https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-biezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafii> |
| **«Импульс»** | **Теоретические сведения** | Задачи 3-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности. <https://need4dance.ru/?p=1033><https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-biezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafii> |
| **«Грация»** | **Теоретические сведения** | Задачи 4-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.<https://need4dance.ru/?p=1033><https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-biezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafii> |
| 7.09 – 11.09 | **«Феникс»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты, исполнение различных ритмических рисунков. Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям у станка.<https://infourok.ru/muzikalnoritmicheskie-uprazhneniya-igri-na-zanyatiyah-ritmikoy-3583782.html>Разучивание разминки – разогрева. Упражнения, развивающие силу ног, выворотность; правильную осанку; гибкость; подвижность суставов.<https://zen.yandex.ru/media/id/5deccda63642b60db9e7906b/10-uprajnenii-kotorye-pomogut-uluchshit-vashu-gibkost-5df0ea555d636200b260c981>Разучивание батман тандю, плие, ронд, анлер.<https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2012/12/03/metodicheskoe-posobie-po-klassicheskomu-tantsu-dlya-uchashchikhsya>Упражнения на развитие ориентации в пространстве: построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками, построение в круг, движение по кругу.<https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2017/12/31/postroenie-perestroenie-figurnaya-marshirovka> |
| **«Импульс»** | **Ритмика** | Определение и передача в движении: структуры музыкального произведения (период, предложение, фраза), размера 4/4. <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/11/11/dopolnitelnaya-obrazovatelnaya-programma-ot>Упражнения на развитие ориентации в пространстве. <https://www.maam.ru/detskijsad/igry-i-uprazhnenija-napravlenye-na-razvitie-navykov-orientirovki-v-prostranstve-u-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html>Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов: «воротца», «звёздочка», «карусель», «змейка». <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/11/11/dopolnitelnaya-obrazovatelnaya-programma-ot>Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, в сочетании с танцевально-тренировочными.<https://yandex.ru/q/question/sport/kakie_zaniatiia_ili_uprazhneniia_8ce0634a/?utm_source=yandex&utm_medium=wizard&answer_id=e6401e5c-20d5-4318-8c75-d3851888d43e#e6401e5c-20d5-4318-8c75-d3851888d43e> |
| **«Грация»** | **Партерная гимнастика** | Повторение и закрепление выученных упражнений за 1-3-й годы обучения. Разучивание новых более сложных упражнений.<https://www.maam.ru/detskijsad/parternaja-gimnastika-i-e-vlijanie-na-fizicheskoe-razvitie-rebenka.html><https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2015/09/25/parternaya-gimnastika-i-ee-vliyanie-na-fizicheskoe> |
| 14.09 – 18.09 | **«Феникс»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | <https://infourok.ru/kompleks-uprazhneniy-dlya-razvitiya-gibkosti-i-podvizhnosti-sustavov-653242.html><https://yandex.ru/video/preview?filmId=9136134475382870414&from=tabbar&parent-reqid=1599375397855639-45815294408970902700232-production-app-host-vla-web-yp-55&text=Разучивание+батман+тандю%2C+плие%2C+ронд%2C+анлер>.<https://yandex.ru/video/preview?filmId=6297426376359442116&from=tabbar&parent-reqid=1599375463238033-1120810160969517782500280-production-app-host-man-web-yp-334&text=Упражнения+на+развитие+ориентации+в+пространстве%3A+построение+в+колонну+по+одному%2C+по+два%2C+расход+парами%2C+четвёрками%2C+построение+в+круг%2C+движение+по+кругу>. |
| **«Импульс»** | **Ритмика** | <https://yandex.ru/video/preview?filmId=7970590413574422797&from=tabbar&parent-reqid=1599375545485562-914256843271085256000280-prestable-app-host-sas-web-yp-99&text=Определение+и+передача+в+движении%3A+структуры+музыкального+произведения+%28период%2C+предложение%2C+фраза%29%2C+размера+4/4><https://yandex.ru/video/preview?filmId=6753794215763726613&from=tabbar&parent-reqid=1599375615772249-788231909475010512100120-production-app-host-man-web-yp-311&text=Упражнения+на+развитие+ориентации+в+пространстве>.<https://horeografiya.com/video/risunok/risunok_kniga_9631158.pdf><https://yandex.ru/video/preview?filmId=2362334669532729325&from=tabbar&parent-reqid=1599375824453735-993426735552738527600190-production-app-host-man-web-yp-320&text=Упражнения+на+развитие+мышечного+чувства+и+отдельных+групп+мышц%2C+в+сочетании+с+танцевально-тренировочными>. |
| **«Грация»** | **Партерная гимнастика** | <https://yandex.ru/video/preview?filmId=13893547258605568310&from=tabbar&parent-reqid=1599375913797052-1611699659392285410600210-production-app-host-man-web-yp-22&text=Партерная+гимнастика><https://yandex.ru/video/preview?filmId=16883077486387031827&from=tabbar&parent-reqid=1599375913797052-1611699659392285410600210-production-app-host-man-web-yp-22&text=Партерная+гимнастика> |
| 21.09 – 25.09 | **«Феникс»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | <https://yandex.ru/video/preview?filmId=8056471841054117523&from=tabbar&parent-reqid=1599375307792244-1586286143861688872600171-production-app-host-man-web-yp-88&text=Разучивание+разминки+–+разогрева.+Упражнения%2C+развивающие+силу+ног%2C+выворотность;+правильную+осанку;+гибкость;+подвижность+суставов>.<https://yandex.ru/video/preview?filmId=6753794215763726613&from=tabbar&parent-reqid=1599375463238033-1120810160969517782500280-production-app-host-man-web-yp-334&text=Упражнения+на+развитие+ориентации+в+пространстве%3A+построение+в+колонну+по+одному%2C+по+два%2C+расход+парами%2C+четвёрками%2C+построение+в+круг%2C+движение+по+кругу>. |
| **«Импульс»** | **Ритмика** | <https://yandex.ru/video/preview?filmId=5119427535167344159&from=tabbar&parent-reqid=1599375615772249-788231909475010512100120-production-app-host-man-web-yp-311&text=Упражнения+на+развитие+ориентации+в+пространстве>.[https://yandex.ru/video/preview?filmId=14795967817245296287&from=tabbar&parent-reqid=1599375745620966-1046635419896198632700280-production-app-host-man-web-yp-263&text=Перестроение+группы+из+круга+в+квадрат%2C+из+круга+в+рассыпную+и+снова+в+круг.+Построение+двух+концентрических+кругов%3A+«воротца»%2C+«звёздочка»%2C+«карусель»%2C+«змейка».+в+хореографии](https://yandex.ru/video/preview?filmId=14795967817245296287&from=tabbar&parent-reqid=1599375745620966-1046635419896198632700280-production-app-host-man-web-yp-263&text=Перестроение+группы+из+круга+в+квадрат%2C+из+круга+в+рассыпную+и+снова+в+круг.+Построение+двух+концентрических+кругов%3A+)<https://yandex.ru/video/preview?filmId=13208273459967179447&from=tabbar&parent-reqid=1599375824453735-993426735552738527600190-production-app-host-man-web-yp-320&text=Упражнения+на+развитие+мышечного+чувства+и+отдельных+групп+мышц%2C+в+сочетании+с+танцевально-тренировочными>. |
| **«Грация»** | **Партерная гимнастика** | <https://yandex.ru/video/preview?filmId=11785981456473318596&from=tabbar&parent-reqid=1599375913797052-1611699659392285410600210-production-app-host-man-web-yp-22&text=Партерная+гимнастика><https://yandex.ru/video/preview?filmId=11604791672267683758&from=tabbar&reqid=1599375954699103-50333259012350165415955-man2-4866&suggest_reqid=370434845159824076138661412517594&text=Партерная+гимнастика+для+старших> |
| 28.09 – 30.09 | **«Феникс»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | <https://yandex.ru/video/preview?filmId=7760817783957887457&from=tabbar&parent-reqid=1599375307792244-1586286143861688872600171-production-app-host-man-web-yp-88&text=Разучивание+разминки+–+разогрева.+Упражнения%2C+развивающие+силу+ног%2C+выворотность;+правильную+осанку;+гибкость;+подвижность+суставов>.<https://yandex.ru/video/preview?filmId=13112196230207567582&from=tabbar&parent-reqid=1599375397855639-45815294408970902700232-production-app-host-vla-web-yp-55&text=Разучивание+батман+тандю%2C+плие%2C+ронд%2C+анлер>. |
| **«Импульс»** | **Ритмика** | [https://yandex.ru/video/preview?filmId=4776392927971518795&from=tabbar&parent-reqid=1599375745620966-1046635419896198632700280-production-app-host-man-web-yp-263&text=Перестроение+группы+из+круга+в+квадрат%2C+из+круга+в+рассыпную+и+снова+в+круг.+Построение+двух+концентрических+кругов%3A+«воротца»%2C+«звёздочка»%2C+«карусель»%2C+«змейка».+в+хореографии](https://yandex.ru/video/preview?filmId=4776392927971518795&from=tabbar&parent-reqid=1599375745620966-1046635419896198632700280-production-app-host-man-web-yp-263&text=Перестроение+группы+из+круга+в+квадрат%2C+из+круга+в+рассыпную+и+снова+в+круг.+Построение+двух+концентрических+кругов%3A+)<https://yandex.ru/video/preview?filmId=4629673251228436872&from=tabbar&parent-reqid=1599375824453735-993426735552738527600190-production-app-host-man-web-yp-320&text=Упражнения+на+развитие+мышечного+чувства+и+отдельных+групп+мышц%2C+в+сочетании+с+танцевально-тренировочными>. |
| **«Грация»** | **Партерная гимнастика** | <https://yandex.ru/video/preview?filmId=2067783799855314263&from=tabbar&reqid=1599375954699103-50333259012350165415955-man2-4866&suggest_reqid=370434845159824076138661412517594&text=Партерная+гимнастика+для+старших><https://yandex.ru/video/preview?filmId=16905657883965236811&from=tabbar&reqid=1599375954699103-50333259012350165415955-man2-4866&suggest_reqid=370434845159824076138661412517594&text=Партерная+гимнастика+для+старших> |

**полезные ссылки**

<https://www.youtube.com/watch?v=piykJhApkuw>

<https://www.youtube.com/watch?v=5nPKxDMpqNA>

<https://www.youtube.com/watch?v=lCClkIlZreQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=dd7RpkBZ5pI>

<https://www.youtube.com/watch?v=ANqA0bR2EzU>

<https://www.youtube.com/watch?v=5rR7RndlGTY>