**Дистанционное обучение**

**Хореографическая студия «Азбука танца» октябрь - ноябрь 2020 г**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Хореографический коллектив | Тема | Электронный ресурс, ссылка на страницу |
| 26.10 – 31.10 | **«ABC-dance»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | [1. Постановка корпуса (лицом к станку, затем на середине зала);](javascript:void(0);)  [2 .Перевод рук из одного положения в другое](javascript:void(0);)  [3.Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног);](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/dAs4U9OXf-c>  <https://youtu.be/zm8TKbILs8Y>  <https://youtu.be/w2RrvLnZ5ZM>  <https://youtu.be/FY-6MK67c34>  <https://youtu.be/DDCarRVCSZw>  <https://youtu.be/_spj7lJSNns>  <https://youtu.be/6cZGJVHUxsE> |
| **«Непоседы»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | [1. Постановка корпуса (лицом к станку, затем на середине зала);](javascript:void(0);)  [2 .Перевод рук из одного положения в другое](javascript:void(0);)  [3.Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног);](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/dAs4U9OXf-c>  <https://youtu.be/zm8TKbILs8Y>  <https://youtu.be/w2RrvLnZ5ZM>  <https://youtu.be/FY-6MK67c34>  <https://youtu.be/DDCarRVCSZw>  <https://youtu.be/_spj7lJSNns>  <https://youtu.be/6cZGJVHUxsE> |
| **«Импульс»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | [1. Постановка корпуса (лицом к станку, затем на середине зала);](javascript:void(0);)  [2 .Перевод рук из одного положения в другое](javascript:void(0);)  [3.Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног);](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/dAs4U9OXf-c>  <https://youtu.be/zm8TKbILs8Y>  <https://youtu.be/w2RrvLnZ5ZM>  <https://youtu.be/FY-6MK67c34>  <https://youtu.be/DDCarRVCSZw>  <https://youtu.be/_spj7lJSNns>  <https://youtu.be/6cZGJVHUxsE> |
|  | **«Аквамарин»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | [1.Перевод рук из одного положения в другое](javascript:void(0);).  2.[Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 5-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног)](javascript:void(0);)  3.[Разогрев стопы лицом к станку](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/PUYudeHblR4>  <https://youtu.be/zm8TKbILs8Y>  <https://youtu.be/aB9UG4h0klY> |
| 02.11 – 08.11 | **«ABC-dance»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | [1.Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног);](javascript:void(0);)  [2.Разогрев стопы лицом к станку](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/VM4sOAPM1Nk>  <https://youtu.be/_spj7lJSNns>  <https://youtu.be/6cZGJVHUxsE>  <https://youtu.be/cgGgvQBuTus>  <https://youtu.be/6js1wij52rA>  <https://youtu.be/PUYudeHblR4> |
| **«Непоседы»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | [1.Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног);](javascript:void(0);)  [2.Разогрев стопы лицом к станку](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/VM4sOAPM1Nk>  <https://youtu.be/_spj7lJSNns>  <https://youtu.be/6cZGJVHUxsE>  <https://youtu.be/cgGgvQBuTus>  <https://youtu.be/6js1wij52rA>  <https://youtu.be/PUYudeHblR4> |
| **«Импульс»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | [1.Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног);](javascript:void(0);)  [2.Разогрев стопы лицом к станку.](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/VM4sOAPM1Nk>  <https://youtu.be/_spj7lJSNns>  <https://youtu.be/6cZGJVHUxsE>  <https://youtu.be/cgGgvQBuTus>  <https://youtu.be/6js1wij52rA>  <https://youtu.be/PUYudeHblR4> |
| **«Аквамарин»** | **Партерная гимнастика** | 1.[Разогрев стопы лицом к станку](javascript:void(0);)  [2 Demiplie по 1-й, 2-й, 5-й позиции (лицом к станку)](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/VM4sOAPM1Nk>  <https://youtu.be/cgGgvQBuTus>  <https://youtu.be/8y85nkm1g6c>  <https://youtu.be/SSkSC5QXjkg> |
| 09.11 – 15.11 | **«ABC-dance»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | [1.Demi plie по 1-й, 2-й, 3-й позиции (лицом к станку](javascript:void(0);)  [2.Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции;](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/_-C3gR0jG7Q>  <https://youtu.be/8y85nkm1g6c>  <https://youtu.be/SSkSC5QXjkg>  <https://youtu.be/cu7vUWHbQfs>  <https://youtu.be/7-GTbPauJJ0>  <https://youtu.be/9DGa6Mp0nec> |
| **«Непоседы»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | .[1.Demi plie по 1-й, 2-й, 3-й позиции (лицом к станку](javascript:void(0);)  [2.Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции;](javascript:void(0);)  .<https://youtu.be/_-C3gR0jG7Q>  <https://youtu.be/8y85nkm1g6c>  <https://youtu.be/SSkSC5QXjkg>  <https://youtu.be/cu7vUWHbQfs>  <https://youtu.be/7-GTbPauJJ0>  <https://youtu.be/9DGa6Mp0nec> |
| **«Импульс»** | **Партерная гимнастика и ритмика.** | [1.Demi plie по 1-й, 2-й, 3-й позиции (лицом к станку](javascript:void(0);)  [2.Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции;](javascript:void(0);)  <https://youtu.be/_-C3gR0jG7Q>  <https://youtu.be/8y85nkm1g6c>  <https://youtu.be/SSkSC5QXjkg>  <https://youtu.be/cu7vUWHbQfs>  <https://youtu.be/7-GTbPauJJ0>  <https://youtu.be/9DGa6Mp0nec> |
| **«Аквамарин»** | **Партерная гимнастика** | 1. [Grandsplies (лицом к станку)](javascript:void(0);) 2. [Комбинация demis, grandsplies;](javascript:void(0);)   <https://youtu.be/6qdp5QhjkfA>  <https://youtu.be/8y85nkm1g6c>  <https://youtu.be/urdf_Arq9BQ>  <https://youtu.be/SSkSC5QXjkg>  <https://youtu.be/wa_Gwcmo-Qg> |
|  |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**полезныессылки**

<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>