

## Задания на дистанционном обучении

1. Освоение программы ZOOM
2. Классика:
  - 2.1 Классический станок простой вариант  
[https://www.youtube.com/watch?v=B115KS8a6kI&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=B115KS8a6kI&feature=emb_logo)
  - 2.2 классика: позиции рук, ног, основные движения классического экзерсиза  
<https://www.youtube.com/watch?v=3tedCh2vD8w&feature=youtu.be>
  - 2.3 Как научиться крутить пируэты советы новичкам. Пируэт обучалка. Вращение андеор  
[https://www.youtube.com/watch?v=9Vw7bJUXrls&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=9Vw7bJUXrls&feature=emb_logo)
3. Народный русский танец
  - 3.1 Урок1 позиции рук  
[https://www.youtube.com/watch?v=AKqq1CzFXVs&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=AKqq1CzFXVs&feature=emb_logo)
  - 3.2 Урок 2 дроби (ключ одинарный)  
<https://лучшиетанцы.рф/русский-народный-танец-видео-урок/>
  - 3.3 Урок 3 ковырялочка  
[https://www.youtube.com/watch?v=6aHyEuSi4KU&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=6aHyEuSi4KU&feature=emb_logo)
  - 3.4 Урок 4 моталочка  
[https://www.youtube.com/watch?v=maXHG1zsRt8&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=maXHG1zsRt8&feature=emb_logo)
  - 3.5 Урок 5 Веречока  
<https://www.youtube.com/watch?v=HvB4DAX3Qjk>
  - 3.6 Урок 6 Ходы  
<https://www.youtube.com/watch?v=AZ4bR9yuQsM>
  - 3.7 Урок 7 Хлопушки (только для МАЛЬЧИКОВ)  
<https://www.youtube.com/watch?v=mrXPBfZmLU8>
  - 3.8 Урок 8 Дробь одинарная  
<https://www.youtube.com/watch?v=cyv6fNDeGsU>
  - 3.9 Урок 9 Дробь двойная  
<https://www.youtube.com/watch?v=3OhQQ58DQQOQ>
  - 3.10 Урок 10 Гармошка  
<https://www.youtube.com/watch?v=mC8PSaBptK8>
  - 3.11 Урок 11 Падебаск  
<https://www.youtube.com/watch?v=IqbN7lOk-5M>
4. Выбрать и выучить из вкладки «Обучение» любую связку из любого стиля танца <https://лучшиетанцы.рф/>
5. Придумать сольник (до 1 мин), используя эту связку (то есть придумать начало и конец танца, а для этого продумать идею и тему номера)
6. ОФП 1 – прислать ускоренный вариант вашей подкачки и растяжки (Спина, Отжимания, Пресс, Боковые (косые) мышцы, Ноги и Сундук, Планка! 2 подхода в день! Ну и конечно растяжка!)
7. Выбрать любую мелодию, послушать ее и Нарисовать эту мелодию, перенести на бумагу ощущения от мелодии, настроение. Прислать мне рисунок с названием песни и исполнителем.
8. Видео урока хип-хоп. Сделать видео связки в конце урока  
<https://yadi.sk/i/qfU7Y-tEyH3Zaw>

9. А это задание про эмоции: По данным картинкам напишите: Что за персонаж на картинке? Какую эмоцию он испытывает? Повтори в точности эмоцию и сделай фото
10. Сделать и записать тренировку со мной <https://yadi.sk/d/9GiJTO5mLML1WA> плюс к ней добавляем:- Сидя на полу-складочка вперёд 20 раз, -«Бабочка» ( сед, ноги согнуты, пятки собрать) 10р пружинки к полу, 10р прижимаем, - «Корзинка» - поднять 8 счетов держать, 10р, - Мостик с пола -10р, -Шпагаты на каждую ногу по 10 счетов и так 3 раза на каждый шпагат
11. Упражнения на координацию. Прислать видео.
12. Сделать фото на тему «самый весёлый, оригинальный, необычный шпагат».

#### Дополнительные задания не для проверки:

1. 1 Часть. Урок. Развитие данных у детей 3-4х лет. Первые шаги в хореографии. Растяжка детей 3-х лет  
<https://www.youtube.com/watch?v=pMajOLt1AcI>
2. 2 Часть. Урок. Развитие данных у детей 3-4х лет. Первые шаги в хореографии. Растяжка детей 3-х лет  
<https://www.youtube.com/watch?v=yWYhYGW7ZSY>
3. Фильм для семейного просмотра «Большой» (жизнь, балет, труд, цель - это ключевые слова этого фильма)  
[https://russia.tv/video/show/brand\\_id/61798/episode\\_id/1714287/video\\_id/1816407/](https://russia.tv/video/show/brand_id/61798/episode_id/1714287/video_id/1816407/)
4. Щелкунчик. Детский балет  
<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=228037295544115356&text=балет%20для%20детей%20смотреть&path=wizard&parent-reqid=1585385057830842-77858522254532227000204-vla1-2589&redircnt=1585385144.1>
5. Мультфильм «Балерина». Задание по желанию для дошколят и подготовишек - сделать рисунок по мотивам этого мультика  
<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=7289359717608665661&text=Мультфильм%20%22Балерина%22&path=wizard&parent-reqid=1584960296668356-854975749982723330600122-man1-5299&redircnt=1584960324.1>
6. Фильм для семейного просмотра «Заплати другому». Какие выводы вы сделали из данного фильма? Что поняли для себя?  
<https://ok.ru/video/90893388439?fromTime=41>
7. Сегодня «Цирк дю Солей» покажет ещё одно выступление в формате онлайн.  
<https://lifehacker.ru/cirk-dyu-solej-online-2/>
8. Видео для поддержания формы!  
<https://www.youtube.com/watch?v=RZqZ4Xml-0o>  
<https://www.youtube.com/watch?v=bnzHECC0Z8A>

#### Варианты заданий:

1. Большой театр выходит в интернет-пространство и во время карантина будет транслировать на своем Ютуб-канале спектакли в режиме онлайн:  
Расписание:  
27.03 – Лебединое озеро

28.03 – Спящая красавица

01.04 – Царская невеста

04.04 – Марко Спада

07.04 – Борис Годунов

10.04 – Щелкунчик

Начало всех спектаклей в 19:00 по московскому времени, запись будет доступна в течение 24 часов с момента завершения трансляции <https://www.youtube.com/user/bolshoi>

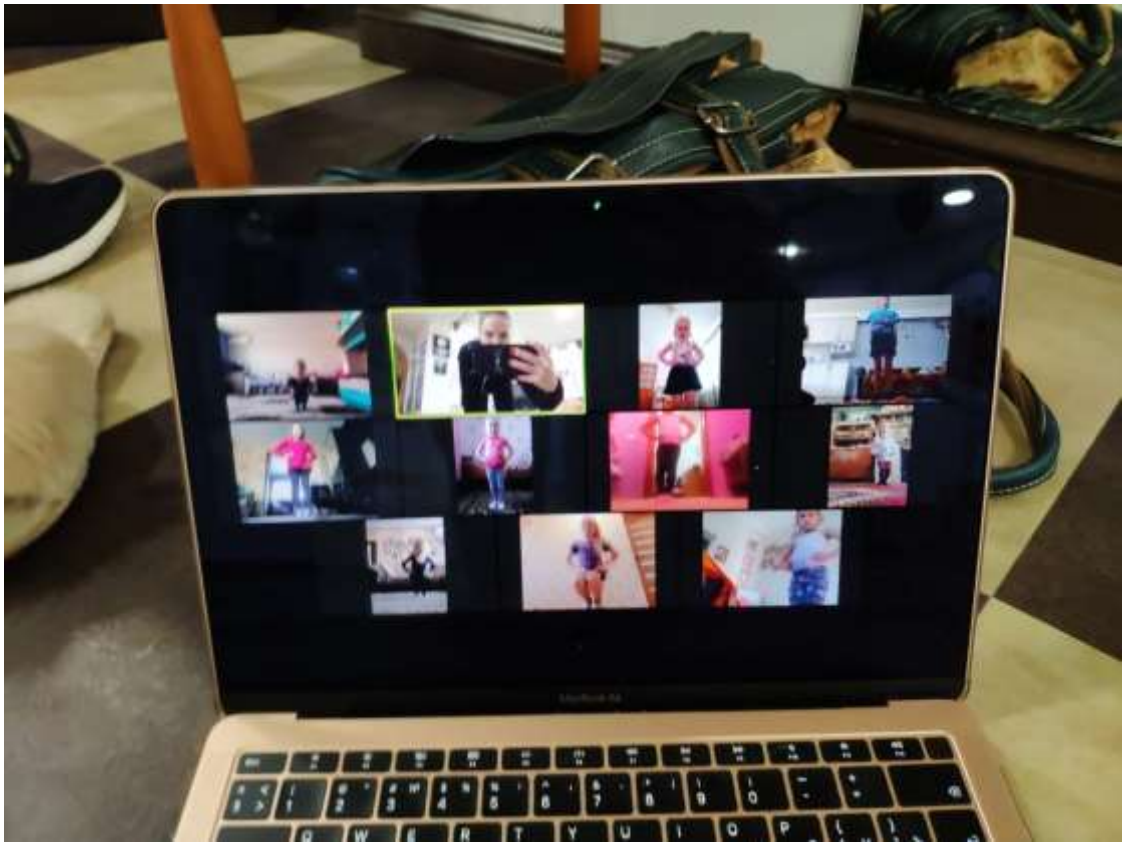
2.



### 3. Много ссылок на классику еще

Вот так проходят занятия онлайн





Отчеты детей



Задание «Нарисуй музыку»



Задание «Угадай эмоцию»





Задание «Самый оригинальный шпагат»

