

Поурочный план занятий в ансамбле эстрадно-современного танца «ProDance» на время дистанционного обучения

4 неделя

ФИО педагога: Андросова Е.Е.

Группа №1

20.04.20

1. Общая разминка всего
2. Партерная растяжка. <https://youtu.be/Zg2px15cx-w>
3. Отработка танцевального куска по видео из танца «Дорога на Берлин». Видео-отчёт в беседе группы в Viber.

22.04.20

1. Общая разминка всего тела
2. Фото-отчёт шпагатов с усложнением в беседе группы
3. Выход из «моста» через стойку. <https://youtu.be/ZfUd6mzXtQs>

24.04.20

1. Общая разминка всего тела. https://vk.com/video11850010_456240108
 2. Партерная гимнастика. https://youtu.be/EB-T_lRnWqo
 3. Изучение элемента «переворот через березку»
 4. Отработка танцевальных комбинаций номера «Дорога на Берлин»
- Видео-отчёт в беседе группы в Viber

Поурочный план занятий в ансамбле эстрадно-современного танца «ProDance» на время дистанционного обучения

4 неделя

ФИО педагога: Андросова Е.Е.

Группа №2

20.04.20

1. Общая разминка всего тела
2. Фото-отчёт шпагатов с усложнением в беседе группы
3. Отработка танцевального куска по видео из танца «Дорога на Берлин». Видео-отчёт в беседе группы в Viber.

22.04.20

1. Общая разминка всего тела
2. Партерная гимнастика. https://youtu.be/EB-T_lRnWqo
3. Отработка танцевального куска по видео из танца «Детство». Видео-отчёт в беседе группы в Viber.

24.04.20

1. Общая разминка всего тела.
2. Изучение элемента «книжка». <https://youtu.be/uY3VwdJJrJE>
3. Выход с «моста» через стойку. <https://youtu.be/ZfUd6mzXtQs>
4. Повторение основных элементов классического танца