

Постараться присылать фото и видео любым способом раз в неделю!:

- в мессенджерах Whatsapp, Viber, Telegram;
- выкладывать в сторис или в ленту в социальных сетях Вконтакте, Instagram с хэштегом [#veselinkadanceteam](#) и отмечать наш аккаунт;
- ссылки на [Облако@mail.ru](mailto:Obloko@mail.ru), Яндекс Диск, Google Диск и другие облачные ресурсы;
- лично мне на почту zolutce66@mail.ru.

4 группа

Домашнее задание

1. Выполнение комплекса движений и упражнений для поддержания физической формы учащихся 3-4 раза в неделю (чередовать задания 1 и 2 дня). Сделать фото или записать на видео выполнения комбинаций и движений и отправить любым удобным способом **раз в неделю!**

Видеоматериалы:

1 день: <https://yadi.sk/i/MpOMN69PHy-zA>, <https://yadi.sk/i/NBlFDC5cZd33hQ>

2 день: <https://yadi.sk/i/94-ayhPJCG5u5g>, <https://yadi.sk/i/8IeZm8vpxHgBSw>

2. Прорабатывать прыжки из готового урока (3 раза в неделю):

- трамплинный прыжок по 6 позиции 16 раз;
- прыжок с поджатыми ногами 16 раз;
- чередование прыжков (прямые - поджатые) 16 раз в продвижении;
- **комбинации прыжков:**
- 4 подскока, (толчок -«щучка») 2 раза;
- (2 подскока, двойной подскок) 2 раза, 4 двойных подскока в повороте;
- 2 подскока, толчок, поджатый, с правой и левой ноги;
- в повороте 2 подскока, толчок, поджатый, в правую и левую сторону;
- «лыжи» с руками противоход (3-3-7), боковые «лыжи» по 3;
- повторять все виды проученных танцевальных движений - боковая дорожка ноги накрест с руками противоход в быстром темпе.

Аудиоматериалы:

<https://cloud.mail.ru/public/2qok/4h4SN92U4>

3. Прорабатывать упражнения народного танца (3 раза в неделю).

- повторять «молоточки» и комбинацию «бег-бег-молоток»;
- повторять движение «моталочка», «веревочка» простая, двойная, с переходом;
- не забывать подготовку к веревочке (**это очень важно!**).
- для мальчиков присядка по 32 раза, руки во 2 позиции;
- для мальчиков – «тараканчик»;
- для мальчиков - «гусачок», «метелочка» с переменной позиций рук;
- закачка пресса (более 16 раз)

- отжимание (минимум 12 раз)
- планка на руках и локтях, планка с переходом с рук на локти;
- для девочек вращение на месте: припадание в повороте, обертас по 6 позиции, обертас в комбинации с прыжком на одной ноге;
- для девочек поворот по 6 позиции на одной ноге («пируэт»), довести до 4-8-16 подряд;
- прыжки в повороте по 6 позиции («турчики») по 1 и 2 подряд, довести до 4 подряд;
- не забывать повторять дроби из номера «Веселинка» (**это очень важно!**).

Аудиоматериалы:

<https://cloud.mail.ru/public/2pXy/3dsH2H2zC>

3. Творческое задание.

1. Пройти *тест* по хореографии. Ответы прислать.

Тест по хореографии:

1. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:

- а) станок;
- б) палка;
- в) обруч.

2. Обувь балерины?

- а) балетки;
- б) джазовки;
- в) пуанты.

3. Как с французского языка переводится слово *demi plie*?

- а) полуприседание;
- б) приседание;
- в) полное приседание.

4. Международный день танца?

- а) 30 декабря;
- б) 29 апреля;
- в) 28 мая.

5. Автор балета «Лебединое озеро»:

- а) Чайковский П.И.;
- б) Петипа М. И.;
- в) Прокофьев С..

6. Сколько точек направления в танцевальном классе?

- а) 7;
- б) 6;
- в) 8.

7. Назовите богиню танца:

- а) Майя Плисецкая;
 - б) Айседора Дункан;
 - в) Терпсихора.
-

8.Первая позиция ног:

- а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны;
- б) стопы расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены разные стороны;
- в) стопы вместе.

9.Как называется балетная юбка?

- а) пачка;
- б) зонтик;
- в) карандаш.

10.Подготовительное движение для исполнения упражнений:

- а) реверанс;
- б) поклон;
- в) preparation.

11.Что такое партерная гимнастика?

- а) гимнастика на полу;
- б) гимнастика у станка;
- в) гимнастика на улице.

12.Сколько позиций рук в классическом танце?

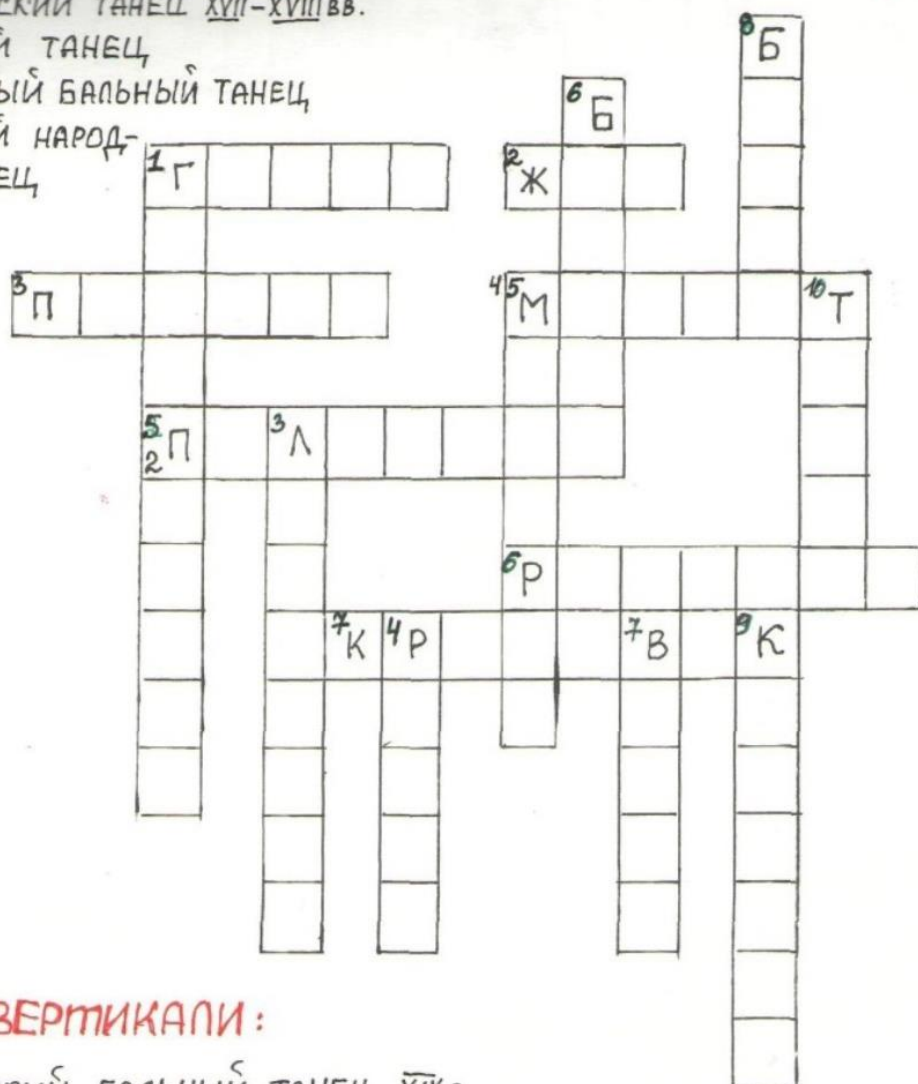
- а) 2;
- б) 4;
- в) 3.

2. Разгадать танцевальный *кроссворд*. Ответы прислать.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

- 1 УКРАИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ
- 2 МОЛДАВСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ
- 3 ЧЕШСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ
- 4 ФРАНЦУЗСКИЙ ТАНЕЦ XVII-XVIII вв.
- 5 ПОЛЬСКИЙ ТАНЕЦ
- 6 СТАРИННЫЙ БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ
- 7 ПОЛЬСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ КРОССВОРД



ПО ВЕРТИКАЛИ:

- 1 ФРАНЦУЗСКИЙ БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ XIX в.
- 2 ТАНЕЦ XVI-XVII вв.
- 3 ДАГЕСТАНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ
- 4 СОВРЕМЕННЫЙ ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИЙ ТАНЕЦ
- 5 ПОЛЬСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ
- 6 ИСПАНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ
- 7 БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ XIX-XX вв.
- 8 СТАРИННЫЙ ФРАНЦУЗСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ
- 9 БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ, ПОПУЛЯРНЫЙ В ЕВРОПЕ В XIX в.
- 10 БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ, ПОПУЛЯРНЫЙ В ЕВРОПЕ В НАЧ. XX в.

3. Посмотреть видеозаписи

- Гала-концерт ансамбля танца им Игоря Моисеева 2012 год

https://youtu.be/4dCmfZID_SM

- Юбилейный концерт ГААНТ им Игоря Моисеева 2018 год

<https://youtu.be/0wetGBQaWF8>

и напишите короткий отзыв или лучше **нарисуйте**: Какой танец вам понравился вам больше всего?

4. Подготовка концертных номеров.

1. Повторять все движения и комбинации из проученных номеров:

Дождик <https://cloud.mail.ru/public/P9mK/4iScrakRo>

Лапоточки <https://cloud.mail.ru/public/Fjp4/KqfyZodUb>

Месяц на небе <https://cloud.mail.ru/public/MoZF/JswvvXJPY>

Озорной бычок <https://cloud.mail.ru/public/3pUZ/41dmChAce>

Хэллоу <https://cloud.mail.ru/public/rW7M/5tGkZrHw3>

Пацаны <https://cloud.mail.ru/public/4x9K/4jLEUCwhP>

Веселинка <https://cloud.mail.ru/public/3W9d/58iySSu8s>

2. Самостоятельно разобрать и выучить движения и комбинации номеров:

Топотушки <https://cloud.mail.ru/public/5cpS/3ZYWTLDZy>

Иван да Марья <https://cloud.mail.ru/public/J1d5/AGHMDbKxK>