

**Задания для самостоятельной работы обучающихся
на период резерва учебного времени с 09.01.2024 по 15.01.2024**

Наименование образовательной программы: ДПП "Хореографическое творчество"

Преподаватель Котлярова Надежда Николаевна

Группа	Учебный предмет	Тема	Содержание задания	Средства передачи выполненной работы
1 класс	Ритмика	Разминка	1. Наклоны, повороты головы в правую и левую сторону 2. _Подъем и опускание плеч по 2 плеча, по одному, по очереди 3. Работа кистей, локтевого и плечевого суставов. 4. Наклоны корпуса в сторону и в перед. 5 Приседание по 6 позиции ног. 6. Подъем на полупальцы по 6 позиции ног. 7. Прыжки по 6 позиции ног	В срок до <u>10.01.24</u> направить фото по электронному адресу <u>nadyusha.kotlyarova@mail.ru</u>
1 класс	Танец	Танцевально двигательные навыки	1.Марш на месте, с продвижением вперед, в повороте в правую и левую сторону. 2. Шаг с вытянутого носка (сценический)	В срок до <u>11.01.24</u> направить фото по электронному адресу <u>nadyusha.kotlyarova@mail.ru</u>
1 класс	Гимнастика	Стретчинг	Упражнение Складочка - в положение сидя на полу, ноги вытянуты по 6 позиции ног, - по 1 позиции ног (выворотное положение) - положение ног уголок (полушпагат)	В срок до <u>12.01.24</u> направить фото по электронному адресу <u>nadyusha.kotlyarova@mail.ru</u>
1 класс	Подготовка концертных номеров	Проучивание основных танцевальных элементов	Повторить первую танцевальную комбинацию в начале номера "Матрешечки"	В срок до <u>11.01.24</u> направить фото по электронному адресу <u>nadyusha.kotlyarova@mail.ru</u>