Расписание занятий

Образцового хореографического ансамбля «Дебют» **по программе «ДИСКО»** (гр.ансамбль)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Группа | Время | Тема занятия | Вид деятельности | Ресурс | Домашнее задание |
| Понеде  льник  07.12 2020 | 1 | 17.15-17.45  18.05-18.20 | Изоляция: боди ролл в положении круазе сидя  Кросс: шене по диагонали,трехшаговые повороты | Работа с педагогом  Самостоятельная работа | Видеоконференцсвязь ВКонтакте  в беседе группы <https://vk.com/im?peers=c2&sel=c1> |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Группа | Время | Тема занятия | Вид деятельности | Ресурс | Домашнее задание |
| Пятница11.12 2020 | 1 | 17.0– 17.35  17.5– 18.10 | Кросс: комб-и шагов,с вращениями и позами  Постановочно - репетиционная работа | Работа с педагогом  Самостоятельная работа | Видеоконференцсвязь ВКонтакте  в беседе группы <https://vk.com/im?peers=c2&sel=c1> | Самостоят-ый тренаж |
| Дата | Группа | Время | Тема занятия | Вид деятельности | Ресурс | Домашнее задание |
| Понеде  льник  14.12 2020 | 1 | 17.15-17.45  18.05-18.20 | Изоляция: боди ролл в положении круазе сидя  Кросс: Шаг шоссе. Постановочная работа. | Работа с педагогом  Самостоятельная работа | Видеоконференцсвязь ВКонтакте  в беседе группы <https://vk.com/im?peers=c2&sel=c1> |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Группа | Время | Тема занятия | Вид деятельности | Ресурс | Домашнее задание |
| Пятница18.12 2020 | 1 | 17.0– 17.35  17.5– 18.10 | Кросс: штопорные вращения, пируэты  Постановочно - репетиционная работа | Работа с педагогом  Самостоятельная работа | Видеоконференцсвязь ВКонтакте  в беседе группы <https://vk.com/im?peers=c2&sel=c1> | Самостоят-ый тренаж |