

## ГРУППЫ ПФДО 2.1п 2020, 2.2п 2020

№	Месяц	Неделя	Форма занятия	Средства, инструменты	Кол-во часов	Разделы и темы	Форма контроля
1	Апрель	1				-	
		2	1. Выполнение практических заданий. 2. Игровая форма.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	2	«Разогрев на середине зала. Логоритмика»	Фотоотчёт, видеотчёт
		3	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	2	«Разогрев. Партерная гимнастика»	Фотоотчёт, видеотчёт
		4	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео урок. 3 Игровая форма.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	2	«Азбука музыкального движения. Техника исполнения прыжка».	Фотоотчёт, видеотчёт
		5	1. Выполнение практических заданий. 2. Игровая форма.	Телефон, фото и видеосъемка, реквизит	2	«Актёрское мастерство. Упражнения с реквизитом».	Фотоотчёт, видеотчёт

## ГРУППЫ 2.1с, 2.2с

№	Месяц	Неделя	Форма занятия	Средства, инструменты	Кол-во часов	Разделы и темы	Форма контроля
1	Апрель	1			2	-	
		2	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка	2	«Общий комплекс упражнений на середине зала».	Фотоотчёт, видеотчёт
		3	1. Выполнение практических заданий. 2. Игровая форма.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	2	«Актёрское мастерство. Работа над мимикой и эмоциональностью».	Фотоотчёт, видеотчёт
		4	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	2	«Партерная гимнастика. Растяжка мышц ног. Упражнения для развития гибкости спины».	Фотоотчёт, видеотчёт
		5	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	2	«Развитие гибкости. Акробатические упражнения»	Фотоотчёт, видеотчёт

**ГРУППА 3.1с**

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Неделя</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Средства, инструменты</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Разделы и темы</b>	<b>Форма контроля</b>
	Апрель	<b>2</b>	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео-урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	4	1. «Разогрев на середине зала». 2. «Общий комплекс упражнений на середине зала».	Фотоотчёт, видеоотчёт
		<b>3</b>	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	4	1. «Повторение основных комбинаций из хореографического номера. Работа над техникой и мастерством исполнения». 2. «Развитие гибкости. Акробатические упражнения».	Фотоотчёт, видеоотчёт
		<b>4</b>	1. Выполнение практических заданий. 2.Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	4	1. «Актерское мастерство. Работа над мимикой и эмоциональностью». 2. «Растяжка мышц ног. Работа над стопами»	Фотоотчёт, видеоотчёт
		<b>5</b>	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	4	1. «Прыжковая техника». 2. «Повторение основных комбинаций из хореографического номера. Работа над техникой и мастерством исполнения».	Фотоотчёт, видеоотчёт

**ГРУППЫ 2.16, 2.26, 2.36**

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Неделя</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Средства, инструменты</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Разделы и темы</b>	<b>Форма контроля</b>
	Апрель	<b>2</b>	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер, телевизор	6	1. «Прыжковая комбинация на развитие координации».  2. «Прыжковая комбинация на развитие координации. Закрепление».  3. «Разогрев. Растяжка мышц ног».	Фотоотчёт, видеотчёт
		<b>3</b>	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок. 3. Online занятие.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	6	1. «Изучение позиций и положений рук в модерн – джаз танце. Упражнение на пресс.» 2. «Общая физическая подготовка. Сочинение хореографического этюда с реквизитом» 3. «Общая разминка. Прыжковая техника».	Фотоотчёт, видеотчёт
		<b>4</b>	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок. 3. Online занятие.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	6	1. «Актёрское мастерство. Отработка танцевальных элементов перед зеркалом, в образе». 2. «Повторение репертуара. Работа над техникой и мастерством исполнения». 3. «Общая разминка, работа с нижней частью тела. Растяжка мышц ног».	Фотоотчёт, видеотчёт
		<b>5</b>	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка	4	1. «Кроссовая комбинация. Сочинение комбинации в продвижении».  2. «Повторение репертуара. Работа над техникой и мастерством исполнения».	Фотоотчёт, видеотчёт

**ГРУППЫ 3.16, 3.26**

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Неделя</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Средства, инструменты</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Разделы и темы</b>	<b>Форма контроля</b>
	апрель	<b>2</b>	1. Выполнение практических заданий. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер, телевизор	8	1. «Общая физическая подготовка». 2. «Прыжковая комбинация на развитие координации». 3. «Прыжковая комбинация на развитие координации. Закрепление». 4. «Разогрев. Растяжка мышц ног».	Фотоотчёт, видеоотчёт
		<b>3</b>	1. Выполнение практических заданий. 2. Видео – урок. 3. Online занятие.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	8	1. «Общая физическая подготовка. Тренировка всех групп мышц». 2. «Изучение позиций и положений рук в модерн – джаз танце. Упражнение на пресс». 3. «Партерная гимнастика. Упражнения для улучшения гибкости позвоночника». 4. «Общая разминка. Прыжковая техника».	Фотоотчёт, видеоотчёт
		<b>4</b>	1. Выполнение практических заданий. 2. Online занятие. 3. Видео – урок.	Телефон, фото и видеосъемка, компьютер	8	1. «Актёрское мастерство. Отработка танцевальных элементов перед зеркалом, в образе». 2. «Повторение репертуара. Работа над техникой и мастерством исполнения». 3. «Партерная гимнастика. Упражнения для улучшения эластичности мышц голени и стопы». 4. «Общая разминка, работа с нижней частью тела. Растяжка мышц ног».	Фотоотчёт, видеоотчёт
		<b>5</b>	1. Выполнение практических заданий.	Телефон, фото и видеосъемка	4	1. «Кроссовая комбинация. Сочинение комбинации в продвижении». 2. «Повторение репертуара. Работа над техникой и мастерством исполнения».	Фотоотчёт, видеоотчёт