

Vážení rodiče, žáci,

pro lepší pochopení zadávaných úkolů a větší možnost samostatné práce dětí při cvičení je nově přidáno do videí i mluvené slovo. Bude to tak snad pro Vás i děti jednodušší a srozumitelnější.

Videa jsou nahrány na disk google, nebo na youtube. Všechny by tedy měly být jednoduše přístupné. Pokud by však něco nefungovalo, nebo byl jiný problém, určitě mi dejte vědět (tel. 731648204).

Přípravné studium

Procvičovací video – základní postavení, sedy, lehy

– jednotlivé cviky

<https://youtu.be/miTboZwF0Uw>

1. ročník

Procvičovací video – základní postavení, sedy, lehy

– cvičení

https://youtu.be/B_LE0PhSwP4

Pohyb v prostoru – polka, dvojpolka, poskočný krok

<https://youtu.be/bX9PzTfvrDI>

2. ročník

Procvičovací video – základní postavení, sedy, lehy

– cvičení

https://youtu.be/B_LE0PhSwP4

Pohyb v prostoru – polka, dvojpolka, poskočný krok

<https://youtu.be/bX9PzTfvrDI>

3. ročník

Rozcvičení –

<https://youtu.be/ePNXIFw6pRg>

Klasická taneční technika – demi-plié, relevé

– cvik o kterém mluvím na konci – battement tendu
odpověď prosím napsat do komentářů (pokud
nemáme v deníčku napsáno, v dalším úkolu
doplníme)

<https://youtu.be/809FBYPn4oo>

4. ročník

Streching – lehké procvičení a streching

https://youtu.be/mg9_QTJ2KxE

Samostatně – provazy (pravá, levá)

– sed roznožmo

5. ročník

Streching – lehké procvičení a streching

https://youtu.be/mg9_QTJ2KxE

Samostatně – provazy (pravá, levá)

– sed roznožmo

6. a 7. ročník

Streching –

<https://drive.google.com/drive/folders/1URwzx6mN1spy6lsRqYx-Mm4pQfV-wV3a?usp=sharing>

https://drive.google.com/drive/folders/1Qj628c-q1FeU2s_UsMpNfZKAY7swkN_C?usp=sharing

Choreografie – do společné konverzace, nebo formou SMS bude zaslán odkaz na část choreografie

II. stupeň

Streching -

<https://drive.google.com/drive/folders/1URwzx6mN1spy6lsRqYx-Mm4pQfV-wV3a?usp=sharing>

https://drive.google.com/drive/folders/1Qj628c-q1FeU2s_UsMpNfZKAY7swkN_C?usp=sharing

Choreografie klasické techniky – část choreografie (Song from a secret garden), odkaz bude zaslán do společné konverzace (nebo SMS)