Педагог дополнительного образования

Кырма Стелла Вячеславовна

АСБТ «Жемчужина»

**группа – О-11**

Сроки выполнения с 14.02.2022 г по 17.02.2022 г

 **Тема:** *Работа над основными фигурами в танце Медленный вальс.*

1. Повторение классических позиций рук, ног.
2. Упражнения на пластику рук, ног, копуса.
3. Работа над основой Медленного вальса: «**Квадрат**», «**Перемена**», «**Правый поворот**».
4. Снять на видео результат работы.

**группа – О-21**

Сроки выполнения с 14.02.2022 г по 17.02.2022 г

 **Тема:** *Работа над основой танца Самба*

1. Разминочные упражнения для всех частей тела.
2. Ритмические упражнения.
3. Работа над стопой, коленями, бедрами.
4. Работа над основными движениями танца: «**Самба-ход**», «**Виск**», «**Батафога**».
5. Снять на видео результат работы.

**группа – О-22**

Сроки выполнения с 14.02.2022 г по 17.02.2022 г

 **Тема:** *Работа над основными движениями танца Джайв.*

1. Ритмические упражнения (сильные доли).
2. Прыжки, подскоки в ритм.
3. Работа над основой.
4. Снять на видео результат работы.