

Учебный предмет «Современный танец»

12 - 30 мая 2020г.

1. Самостоятельно разобрать предложенную комбинацию
(см. видеоматериал в группе).
 2. Проработать комбинацию музыкально (сл. музыку в группе).
 3. Придумать продолжение комбинации (минимум музыкальный квадрат).
 1. Выполнить силовой тренаж, направленный на совершенствование физических данных (ноги, руки, пресс, поясничный отдел)
(см. видеоматериал в группе).
 2. Выполнить комплекс упражнений «Stretch» (стрейч)
(см. видеоматериал в группе).
1. Самостоятельно проработать и закрепить материал открытого урока:
- 1)Разминочный комплекс (см. видеоматериал в группе);
 - 2)Танцевальная комбинация Plie (см. видеоматериал в группе);
 - 3)Учебная комбинация Battements tendu
(см. видеоматериал в группе);
 - 4)Этюд на основе партерной техники (см. видеоматериал в группе);
 - 5)Этюд на материале джаз-танца (см. видеоматериал в группе);
 - 6)Поклон (см. видеоматериал в группе).