|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Тема** | **Практическое задание** |
| 23.03.202028.03.2020 | 1.Полу и полные приседания2.Упражнение на развитие подвижности стопы | 1.Разобрать выучить упражнения. 2.Работать над ошибками. |
| 30.03.20204.04.2020 | 1. Маленькие броски.2. Круговые движения носком по полу и по воздуху | 1. Выучить и повторить комбинации.2. Показать упражнения по видеозаписи. |
| 6.04.202011.04.2020 | 1. Низкие и высокие развороты ноги.2. Каблучные упражнения. | 1. Работать над основными элементами упражнений.2. Показать упражнения по видеозаписи. |
| 13.04.202018.04.2020 | 1. Дробные выстукивания.2. Подготовка к веревочке и веревочка. | 1. Выучить упражнения.2. Показать упражнения по видеозаписи. |
| 20.04.202025.04.2020 | 1. Раскрывание ноги на 90 \*2. Зигзаги змейка. | 1.Разобрать выучить упражнения. 2. Показать упражнения по видеозаписи. |
| 27.04.202030.04.2020 | 1. Большие броски.2. Дроби на середине зала. | 1. Работать над основными элементами упражнений.2. Показать упражнения по видеозаписи. |

Задание по дисциплине «Народный танец» для II курса на период карантина с 23.03.2020 г.