|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Тема** | **Практическое задание** |
| 23.03.2020  28.03.2020 | 1.Полу и полные приседания  2.Упражнение на развитие подвижности стопы | 1.Разобрать выучить упражнения.  2.Работать над ошибками. |
| 30.03.2020  4.04.2020 | 1. Маленькие броски.  2. Круговые движения носком по полу и по воздуху | 1. Выучить и повторить комбинации.  2. Показать упражнения по видеозаписи. |
| 6.04.2020  11.04.2020 | 1. Низкие и высокие развороты ноги.  2. Каблучные упражнения. | 1. Работать над основными элементами упражнений.  2. Показать упражнения по видеозаписи. |
| 13.04.2020  18.04.2020 | 1. Дробные выстукивания.  2. Подготовка к веревочке и веревочка. | 1. Выучить упражнения.  2. Показать упражнения по видеозаписи. |
| 20.04.2020  25.04.2020 | 1. Раскрывание ноги на 90 \*  2. Зигзаги змейка. | 1.Разобрать выучить упражнения.  2. Показать упражнения по видеозаписи. |
| 27.04.2020  30.04.2020 | 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.