**Задания на период с 06.02-12.02.2017 г.**

**Левина Е.В., педагог дополнительного образования МАОУ ДО ЦДТ.**

**Программа "Хореография"**

Задания для группы 1АН

1. Повторить позиции рук и ног.

2. Повторить шаг боковой галоп.

3. Закрепить как правильно держать руки в положении на поясе и за юбку.

Задание для группы 3АН

1. Повторять правильность выполнения поворотов вокруг себя с положением головы в точку.

2. Повторять шаг польки.

3. Повторять вальсовую дорожку и вальсовый поворот.

Задание для группы 5АО

1. Выполнять упражнения: планка, качать пресс, отжиматься 30 раз в день.

2. Работать над «выворотностью» стопы.

3. Ежедневно выполнять подскоки в повороте с поворотом головы в точку.

Задание для группы 6АО

1. Выполнять упражнение планка, качать пресс, ежедневно отжиматься 30 раз, прыгать на скакалке.

2. Повторять все танцевальные связки из танца " Выбражули".

3. Посмотреть в соц.сетях любой фильм про хип- хоп танцы и запомнить содержание.

Задание для группы 8АС

1. Соблюдать режим питания.

2. Изготовление декоративной отделки для костюмов.

3. Найти музыку на закрытие отчетного концерта.