|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3 курс** | | | теория | практика | контроль |
|  | 17.04 | Основные элементы стиля локинг. |  | 2 |  |
|  | 24.04 | Основные элементы стиля локинг. |  | 2 |  |

**17.04 Практика**

Разучивание основных базовых элементов стиля локинг и работа с их модификациями: **JANET JACKSON** *(Джанет Джексон (англ.)),* **LEO WALK** *(Лео волк (англ.)),* **P.I.M.P. WALK** *(Пимп вол (англ.)).*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название движения  название движения  (сокращение, транскрипция) | Ритм движения  (счет и ритмический рисунок) | Грув и баунс  основное действие  (тип и направление) | Работа ног  работа ног в движении  (описание движений ногами на каждый счет) | Работа рук  вариант работы рук в движении  (описание движений руками на каждый счет) | Дополнительное описание  (ритм, счет, грув, работа ног и рук) |
| **JANET JACKSON**  *Джанет Джексон (англ.)* | Счет: 1-И-2-И-3-4 | ROCK BACK | Исходное положение – ноги вместе, стопы повернуты направо в диагональ.  1.- шаг правой вправо.  2.- подставить левую ногу.  3.- шаг правой вправо.  4.- подставить левую ногу, развернуть стопы налево в диагональ.  Далее то же с другой ноги. | Исходное положение – руки влево, руки прямые, кисти вниз.  1.- выпрямить кисти.  И- кисти в исходное положение,  И так далее, на 4.- руки в исходное положение вправо. | Корпус фронтально. |
| **LEO WALK**  *Лео волк (англ.)* | Счет: И-1-И-2 | ROCK BACK | Исходное положение – ноги вместе.  И.- поднять колено правой ноги, группировка.  1.- шаг правой в сторону на пятку, вес на 2х ногах.  И.- переносом веса на правую ногу поставить правую ногу на всю стопу, левой стопой вращение на носке внутрь.  2.- слайдом подвести левую ногу к правой в исходное положение.  Далее тоже с левой ноги. | Исходное положение – руки вниз  И-1-И-2. – перевод левой руки справа налево в горизонтальной плоскости.  Далее тоже правой рукой. | В перемещении в право работает левая рука и наоборот. |
| **P.I.M.P. WALK**  *Пимп вол (англ.)* | Счет: И-1-И-2 | ROCK BACK | Ноги вместе, колени слегка согнуты.  И.- поднять колено правой ноги, группировка.  1.- шаг правой вперед на пятку, вес на 2х ногах.  И.- переносом веса на правую поднять колено левой ноги.  2.- поставит левую ногу, стопы раскрыть на пятках, плие.  И так далее… | Исходное положение – руки вниз.  Работа рук как при ходьбе, противоход, руки согнуты в локтях. | Движения ногами можно начинать как с правой ноги, так и с левой. |

**24.04 Практика**

Разучивание основных базовых элементов стиля локинг и работа с их модификациями: **4 СONERS** *(Фо конерс (англ.)),* **JAMES BROWN SLIDE** *(Джеймс Браун слайд (англ.)).*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название движения  название движения  (сокращение, транскрипция) | Ритм движения  (счет и ритмический рисунок) | Грув и баунс  основное действие  (тип и направление) | Работа ног  работа ног в движении  (описание движений ногами на каждый счет) | Работа рук  вариант работы рук в движении  (описание движений руками на каждый счет) | Дополнительное описание  (ритм, счет, грув, работа ног и рук) |
| **4 СONERS**  *Фо конерс (англ.)* | Счет: 1-И-2-3-И-4 | ROCK SIDE / ROCK BACK | Исходное положение: ноги врозь, стопы развернуты в диагональ.  1.- удар правым бедром вправо вперед в диагональ,  И.- удар левым бедром влево назад в диагональ.  2.- перевод таза слева направо, таз сзади.  И.- пауза.  3-И-4.- тоже в другую сторону начиная с левого бедра | Работа рук по принципу движения «Get up», так же как в движении «Stop-n-Go» на сечт 3.  Исходное положение – руки вниз.  1.- согнуть левую руки в локте, кисть к груди, локоть вниз, большой палец на себя.  И-2.- опустить левую руку вниз.  3-И-4.- тоже другой рукой. |  |
| **JAMES BROWN SLIDE**  *Джеймс Браун слайд (англ.)* | Счет: И-1-И-2-И-3-И-4 | ROCK BACK | Исходное положение: ноги вместе.  **1 часть:**  И.- шаг правой в сторону, стопы повернуть внутрь на носках.  1.- левая скрестно за правую ногу на носок, разворот правой стопы направо на пятке.  И.- шаг левой в сторону, стопы повернуть внутрь на носках.  2.- правая скрестно за левую ногу на носок, разворот левой стопы направо на пятке.  **2 часть:**  И.- шаг правой в сторону, стопы повернуть внутрь на носках.  3-И-4.- твист на правой ноге со смещением вправо (3 движения: пятка, носок, пятка), левая нога остается прямой в сторону на носке, выполнить скольжение левой ногой.  Далее теже 2 части с другой ноги. |  | Движение следует разучивать отдельно по частям. Далее соединить. |

**Задание:**

1. Просмотр видеоматериалов на интернет ресурсах по теме «Основные элементы стиля локинг».
2. Проработать модификации с разуваемыми в день занятия движениями.
3. Сочинить танцевальную связку из разучиваемых в день занятия движений с модификациями на 8 восьмерок.