

Сцен движение 1 курс ВИ

Танец, сценическое движение 1 курс МИЭ

23.03-28.03. Изолированные движения головой и шеей. Киски, поднятие, вращения, склонение в сторону.

Задание: исполнять выученные движения. Отработка правильность исполнения.

30.04-04.04. Движения плечевого пояса, верхней части корпуса. Поднятие обоих плеч и одного плеча поочередно, движение вперёд и назад, круг, полукруг, восьмерка. Сгибание вперёд, назад, волны по направлениям. Расслабление позвоночника и упражнения свингового характера, падение торса в разных направлениях.

Задание: Отработка движений до автоматизма.

06.04-11.04 Движение бедрами. Движение рук. Движения бедрами: в стороны, вперёд, назад, по диагонали, крест, круг, восьмерка. Движения рук: плечо, предплечье, кисть, пальцы.

Задание: Повторять движения, контролировать правильность исполнения.

13.04-18.04 Движения ног: стопа, колени, бедро, броски ног (кик). Повторять цепочку движений.

23.03-25.04 Реферат на тему: " Бытовые и салонные танцы."