

Танец, сцен. движение 2-й курс МИЭ.

23.03- 25.04. Реферат на тему: " История возникновения джаз-танца".

23.03- 28.03. Изолированные движения головой и шеей. Кивки, поднятие, вращения, склонения в сторону.

Задание: Повторять, прорабатывать заданные движения.

30.03-04.04. Движения плечевого пояса, верхней части корпуса. Поднятие обоих плеч, одного плеча. Движения вперёд, назад, круг, полукруг, восьмерка. Сгибание корпуса вперёд, назад, волны, расслабление позвоночника и упражнения свингового характера, падениктора в разных направлениях.

Задание: Отрабатывать заданные движения.

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

Задание: прорабатывать заданные движения.

13.04-18.04. Движения ног. Стопа, колени, бедра, броски ног(кик на 90%).