Объединение «Танцевальный спорт»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Дата проведения | Номер группы  | Задание по теме занятия |
| 1 | 06.12.2023 | Ф-ТС-2/23 | «Повторение изученных танцев с акцентом на музыкальность» (самостоятельная работа).1. Выполнить разминку.
2. Упражнения для растяжки на полу.
3. Повторить танец «Вару Вару» под музыку, соблюдая ритм. Ссылка на музыкальное сопровождение: <https://vk.com/audio239291171_456240102_5a79f5e66c26d55e35>
 |
| 1 | 06.12.2023 | Ф-ТС-3/23 | «Повторение изученных танцев с акцентом на музыкальность» (самостоятельная работа).1. Выполнить разминку.
2. Упражнения для растяжки на полу.
3. Повторить танец «Вару Вару» под музыку, соблюдая ритм. Ссылка на музыкальное сопровождение: <https://vk.com/audio239291171_456240102_5a79f5e66c26d55e35>
 |
| 2 | 07.12.2023 | Ф-ТС-1/23 | «Повторение изученных танцев с акцентом на музыкальность» (самостоятельная работа).1. Выполнить разминку.
2. Упражнения для растяжки на полу.
3. Повторить танец «Вару Вару» под музыку, соблюдая ритм. Ссылка на музыкальное сопровождение: <https://vk.com/audio239291171_456240102_5a79f5e66c26d55e35>
 |
| 1 | 06.12.2023 | Ф-ТС-5/23 | «Повторение изученных танцев с акцентом на музыкальность» (самостоятельная работа).1. Выполнить разминку.
2. Упражнения для растяжки на полу.
3. Повторить танец «Вару Вару» под музыку, соблюдая ритм. Ссылка на музыкальное сопровождение: <https://vk.com/audio239291171_456240102_5a79f5e66c26d55e35>
 |
| 1 | 08.12.2023 | Ф-ТС-5/23 | «Закрепление изученных танцев с акцентом на музыкальность» (самостоятельная работа).1. Выполнить разминку.
2. Упражнения для растяжки на полу.
3. Повторить танец «Вару Вару» под музыку, соблюдая ритм. Ссылка на музыкальное сопровождение: <https://vk.com/audio239291171_456240102_5a79f5e66c26d55e35>
 |
| 1 | 08.12.2023 | Ф-ТС-4/23 | «Повторение изученных танцев с акцентом на музыкальность» (самостоятельная работа).1. Выполнить разминку.
2. Упражнения для растяжки на полу.
3. Повторить танец «Вару Вару» под музыку, соблюдая ритм. Ссылка на музыкальное сопровождение: <https://vk.com/audio239291171_456240102_5a79f5e66c26d55e35>
 |