**Дистанционное**

**задание для учащихся**

**ФИО педагога:** Сизых Никита Алексеевич

**Программа:** Современный Танец

**Объединение:** Современный Танец

**Дата занятия:** 10.09.2020 г.

**Тема занятия:** Основные упражнения.

**Задание: Повторить элементы пружинных движений,** **вращения**

**Материалы:**

**Порядок выполнения:**

1.Выполнить разминку на стопы, колени и верхнею часть тела.

2. Повторить предложенные движения сначала в медленном, затем в быстром темпе.

**Результат сдать педагогу:** 12.09.2020 г.