**Дистанционное**

**задание для учащихся**

**ФИО педагога:** Игошева Мария Владимировна

**Программа:** «Азбука танца»

**Объединение:** Хореография

**Дата занятия по рабочей программе:** 06.11.2020 г.

**Тема занятия:** Перескоки

**Задание:** разучить перескоки с ноги на ногу по 3 позиции.

**Материалы:**

**Порядок выполнения:**

**Перескок с ноги на ногу.**

*Исходное положение:* ноги в III позиции, правая нога впереди, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4

Затакт

*и —* полуприседание на левой ноге, сокращенный подъем правой ноги прижать к щиколотке левой спереди;

Такт 1

*раз —* перескок на правую ногу, стопой левой ноги прижаться сзади к щиколотке правой;

*и —* удар полупальцами левой ноги по III позиции об пол, сразу вернуть стопу к щиколотке правой ноги;

*два —* перескок на левую ногу, стопой правой ноги прижаться спереди к щиколотке левой;

*и —* удар полупальцами правой ноги по III позиции об пол, сразу вернуть споту к щиколотке левой ноги.

Это движение можно исполнять с боковым продвижением. Следить за выворотностью колен и четкими выстукиваниями полупальцами. Темп исполнения можно ускорить, добавить открытие рук и повороты головы.