

Присылать фото и видео любым способом раз в неделю!:

- в мессенджерах Whatsapp, Viber, Telegram;
- выкладывать в сторис или в ленту в социальных сетях Вконтакте, Instagram с хэштегом [#veselinkadanceteam#myV♥](#) и отмечать наш аккаунт;
- ссылки на [Облако@mail.ru](mailto:Obloko@mail.ru), Яндекс Диск, Google Диск и другие облачные ресурсы;
- на почту zolotce66@mail.ru

4 группа

Домашнее задание (май)

1. Продолжать выполнение комплекса движений и упражнений для поддержания физической формы учащихся **3-4 раза в неделю** (чередовать задания 1 и 2 дня). Сделать фото или записать на видео выполнения комбинаций и движений и отправить любым удобным способом **раз в неделю!**

2. Продемонстрировать знание позы **Epaulement** (эпольман) – разворот корпуса по диагонали в пол оборота относительно зрителя с правой(левой) ноги, позиции рук «в кулачок», ноги в 5 позиции, голова направо(налево). Сделать **2 фото** (*вид спереди и вид сбоку*) в форме для занятий и гладко убранный причёске!

3. Записать на видео исполнение «веревочной» комбинации.

<https://cloud.mail.ru/public/2JHh/2jE2LSmG2>

Аудиоматериалы:

<https://cloud.mail.ru/public/4os5/5HheY6hcs>

4. Всем выучить движения и комбинации номера «Топотушки» и записать на видео исполнение:

<https://cloud.mail.ru/public/4Lip/4vWtL7Lwv>

<https://cloud.mail.ru/public/3N6K/54xvEMXxe>

5. Для девочек - записать на видео исполнение

- обертас по 6 позиции, обертас по 5 позиции;
- выучить два вращения из номера «Топотушки» сначала без поворота, затем с поворотом:

<https://cloud.mail.ru/public/5Lsz/51fC73FcF>

<https://cloud.mail.ru/public/FRz7/qZ6PwYrrq>

6. Для мальчиков - Записать на видео исполнение

- Исполнить 32 присядание, отдых, 32 присядания;
- выучить движение из номера «Хохлома»

<https://cloud.mail.ru/public/hMbz/3aEoUwZ9o>