**Дополнительная общеобразовательная программа «Мираж»**

 (2 год обучения)

Педагог дополнительного образования –

**Гаврилова Анжела Сергеевна**

25.04.2020

Тема занятия

 **«Кульминация. Танцевальная композиция на 16 тактов»**

1. Поклон.
2. Разогрев (бег на месте в сочетании с прыжками).
3. Разминка (шея, плечевой и локтевой суставы, тазобедренный, коленный суставы, голеностоп).

 

1. Упражнения для укрепления мышц.
2. Элементы акробатики.

 

1. Разучивание танцевальной композиции на 16 тактов.
2. Повторение танцев.
3. Поклон.