Урок 3 3 год обучения

Тема Танец Джайв. Основы танца. Основное движение.

1. Сделайте разминку. Комплекс упражнений посмотрите на сайте.
2. Включите музыку Джайва, посчитайте и повторите основные шаги танца под музыку и без. Если вы знаете связку, то станцуйте ее тоже.
3. Внимательно посмотрите видео «Джайв – 3 урок».

<https://youtu.be/sh4Bs2a-Fe8?list=PL-GBZDMvksRCqkWOEArsS7SyuWccRrUiZ>

1. Разучите движения вместе с танцорами на видео.
2. Повторите самостоятельно выученное движение.
3. Это движение называется «Кик». Станцуйте его под медленную и быструю музыку. Повторяйте не менее 1 минуты под каждую мелодию.
4. Посмотрите видео «Джайв – 4 урок»

<https://youtu.be/bx-91lyiXQU?list=PL-GBZDMvksRCqkWOEArsS7SyuWccRrUiZ>

1. Самостоятельно повторите показанную на видео связку сначала без музыки. Получилось? Если да – переходите к следующему пункту, если нет – смотрим и повторяем все под видеоурок.
2. Включаем музыку и пробуем еще раз. Сначала в медленном темпе.

Затем быстрее. Надеемся, что вы получили удовольствие от танца.

1. Теперь открываем «Дневник танцора» и отвечаем на вопросы.

- Перечислите названия фигур, которые вы знаете из танца Джайв.

- Какие фигуры используются в видеоуроке?

- Перечислите фигуры, используемые в связке по порядку.

- Послушайте любой музыкальный фрагмент джайва (можно использовать музыку из видеоурока) и ответьте: Какие доли в музыке вам хочется выделить?

- Какие из них являются самыми сильными?

- Зарисуйте схематично эмоцию (нарисуйте смайлик), которую вы испытываете, выполняя задания.

7. Попробуйте соединить вместе свою связку с только что выученной.

8. Станцуйте получившуюся вариацию сначала под счет (считаем самостоятельно и вслух), а затем под медленную музыку.

9. Потанцуйте отдельно шаг шассе вправо и влево на месте и с продвижением вперед, обращая внимание на работу стопы.

10. Спасибо за внимание! А теперь сфотографируйте страничку своего дневника и пришлите фотографию. До новых встреч!