

№	Предмет	ФИО учащегося	Г/О	Начал занятия	Окончатся	ч	К	Тема урока	Домашнее задание
Задание с 19.10.20									
1	Фольклорный танец	Фолькотд	Гр	14-35	15-20	1	102	Тренажная гимнастика On-line, Zoom	<p>Повторить постановку корпуса, позиции рук и ног</p> <p>Выполнить элементы урока (разогреть мышцы), комбинации: подъём на полупалец и маленькое приседание, комбинацию на ударах ногой об пол (дробные выстукивания), упражнения на развитие слуха</p> <p>Растяжка (выполняйте на коврике, так же, не забывая о дыхании)</p> <p>https://yadi.sk/i/189P5y9IzlyZpg</p>

