

*Ансамбль танца «Созвездие»*

*Педагог дополнительного образования Степанова Владислава Алексеевна*

Здравствуйтесь, уважаемые родители и дети! Сегодня нас ждёт дистанционное занятие.

**Тема:** Прыжки Sauté (Сотэ).

Повторение позиций рук с применением Port de bras (Пор де бра)

Подготовка к прыжкам Сотэ:

<https://youtu.be/mxHHvSN8NVg?feature=shared>

Затем разогреваем стопы круговыми движениями, ставим стопы полупальчик-палец по 8 счетов.

Прыжки Сотэ схема:

[https://youtu.be/9kWmpPX15Tk?si=UaAIVdz\\_3-mjePo9](https://youtu.be/9kWmpPX15Tk?si=UaAIVdz_3-mjePo9)

Сегодня повторим 1 и 3 Пор де бра

1 <https://youtu.be/b1mjIgdwie0?si=WB3c-sUwc48WFi0s>

3 <https://youtu.be/NACHayYwDSw?si=7feF587wEHGx53-K>

Ножки ставим по 5 позиции. Повторяем схемы по 8 раз.

***Удачи! И счастливого Нового года!***



