

Данное занятие предназначено для учащихся по дополнительной образовательной программе «Хип-хоп». Занятие предлагает продолжить обучение искусству брейк-данса в дистанционном формате.

Тема: «Связка: заход-фриз-сход».

Freeze (с англ. Freeze - замораживание) – это движения в брейк-дансе, которые основаны на замирании, фиксации в определённой позе. Движения фриз выполняются в статическом положении. Как правило, сложные и креативные фризы, используемые в танце, свидетельствуют о высоком уровне бибоя (бибой - человек, который танцует брейк-данс).



Для использования простых фризов в танце нам нужно освоить «заход на фриз» и «сход с фриза». Переходы в виде «захода на фриз» и «схода с фриза» помогают обрести хорошую связь фризов с элементами других направлений в брейк-дансе.

На этом занятии мы разберём 2 связки в последовательности:
«заход на фриз – фриз - сход с фриза»

Задания:

- Посмотреть видео по ссылке:
<https://drive.google.com/open?id=1Cfx4HzialRqeBiVwsaOvoc88KrogpJCR>
- Отработать предлагаемые 2 связки. Во время тренировки используй зеркало.
- Сделай фото (видео) танцевальных элементов и отправь их по:
 - Viber: +79089590362
 - WhatsApp: +79089590362