

**Завдання до самостійних занять  
з навчальної дисципліни «Методика виконання альтернативних стилів сучасного  
танцю»**

**I курсу денної форми навчання, групи БХР-32-9**

**Доцент: Шалапа Світлана Віталіївна**

**Тема 5. ЗАГАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА В СПОРТИВНОМУ ТАНЦІ.**

**ВЗАЄМОДІЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ТАНЦІВНИКА**

**Завдання:**

За матеріалом теми скласти тренаж на розвиток фізичних якостей танцівника (ОФП).

**Література:**

Шалапа С. В. Теорія і методика викладання спортивного танцю : підручник : у 2-х ч. – Вид. 2-ге. – К. : НАКККіМ, 2017. – Ч. 1. – 404 с.