

**План работы преподавателя Урмановой Е.О.  
на период с 13 апреля по 19 апреля 2020 г.**

**13 апреля (понедельник)**

- **Танец (ср.)**

Тема: «Алеша».

Задание: Проработка танцевальных элементов к песне «Алеша».

- **Эстрадный танец (1кл.)**

Тема: Рабочие элементы, разучиваемого танца.

Задание: Отработка комбинации в партере.

- **Ритмика (2 кл.)**

Тема: Виды бега.

Задание: Основные движения: лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный.

**Гимнастика (2 кл.)**

Тема: Комплексная растяжка.

Задание: выполнение комплекса упражнений общеразвивающей растяжки.

- **Гимнастика (3 кл.)**

Тема: Комплексная растяжка.

Задание: выполнение комплекса упражнений общеразвивающей растяжки.

- **Эстрадный танец (3 кл.)**

Тема: Изоляция.

Задание: Выполнение комплекса упражнений на изоляцию.

**15 апреля (среда)**

- **Эстрадный танец (1кл.)**

Тема: Swings.

Задание: Выполнение 4 уровней Свингов.

- **Классический танец (1кл.)**

Тема: Прыжки.

Задание: выполнение прыжка Pas echarpe.

- **Танец (мл.)**

Тема: «Музыка».

Задание: Четкая проработка танцевальных элементов «Музыка».

- **Эстрадный танец (2 кл.) – 2ч.**

Тема: Swings.

Задание: Выполнение комплекса упражнений Warm-Up: Swings.

- **Классический танец (2 кл.)**

Тема: Основные виды PORT DE BRAS.

Задание: Выполнение 1, 2, 3 форм.

- **Классический танец (3 кл.)**

Тема: Прыжки.

Задание: Выполнение PAS ASSEMBLE.

- **Эстрадный танец (3 кл.)**

Тема: Партерная танцевальная техника Модерн танца.

Задание: Выполнение упражнения «Книжка».

## **16 апреля (четверг)**

- **Ритмика (1кл.)**

Тема: Общеразвивающие упражнения.

Задание: Выполнение комплекса общеразвивающих танцевальных элементов: трамплинные прыжки; бег с захлестом голени назад; галоп; подскоки; прыжок «Лягушка»; прыжок «Звездочка».

- **Гимнастика (1кл.)**

Тема: Комплексная растяжка.

Задание: Выполнение комплекса упражнений общеразвивающей растяжки.

- **Эстрадный танец (1кл.)**

Тема: Партерная танцевальная техника Модерн танца.

Задание: Выполнение комплекса упражнения для позвоночника Roll down & roll up.

- **Танец (ст.)**

Тема: «Музыка»

Задание: Четкая проработка танцевальных элементов «Музыка».

- **Эстрадный танец (2 кл.) – 2ч.**

Тема: Партерная танцевальная техника Модерн танца.

Задание: Выполнение упражнения «Укладка».

- **Эстрадный танец (3 кл.) – 2ч.**

Тема: Партерная танцевальная техника Модерн танца

Задание: Выполнение упражнения «Облет».