

**План работы преподавателя Урмановой Е.О. на период с 24 мая по 31 мая 2020 г.**

**24 мая (понедельник)**

- **Танец (ср.)**

Тема: «Музыка», «Алеша».

Задание: Контрольная сдача танцев «Музыка», «Алеша».

- **Эстрадный танец (1кл.)**

Тема: Modern Dance.

Задание: Выполнение разогрева.

- **Ритмика (2 кл.)**

Тема: Общеразвивающие упражнения.

Задание: Выполнение комплекса общеразвивающих танцевальных элементов партер техника.

- **Гимнастика (2 кл.)**

Тема: Комплексная растяжка.

Задание: Контрольная сдача упражнений нормативов по гимнастике.

- **Гимнастика (3 кл.)**

Тема: Комплексная растяжка.

Задание: Контрольная сдача упражнений нормативов по гимнастике.

- **Эстрадный танец (3 кл.) – 2ч.**

Тема: Lunge (Tombe) Modern-jazz.

Задание: Выполнение комбинации Battement tendu jete и Lunge.

**26 мая (среда)**

- **Эстрадный танец (1кл.)**

Тема: Jazz-Modern Dance.

Задание: Выполнение комплекса на «включение» и «выключение» мышц.

- **Классический танец (1кл.)**

Тема: Pas de chat.

Задание: Выполнение прыжка Pas de chat.

- **Танец (мл.)**

Тема: «Музыка», «О той весне».

Задание: Контрольная сдача танцев «Музыка», «О той весне».

- **Эстрадный танец (2 кл.) – 2ч.**

Тема: Spirals. Спирали. Contemporary dance technique. Техника контемпорари.

Задание: Выполнение Спиралей в технике контемпорари.

- **Классический танец (2 кл.)**

Тема: Port de bras.

Задание: Выполнение перегибов корпуса в сторону и назад, двумя руками за опору.

- **Классический танец (3 кл.)**

Тема: Pas de Bourree.

Задание: Выполнение Pas de Bourree.

- **Эстрадный танец (3 кл.)**

Тема: Трюк в партере.

Задание: Выполнение трюка «Панда» в партере.

## **27 мая (четверг)**

- **Ритмика (1кл.)**

Тема: Общеразвивающие упражнения.

Задание: Выполнение комплекса общеразвивающих танцевальных элементов.

- **Гимнастика (1кл.)**

Тема: Комплексная растяжка.

Задание: Контрольная сдача упражнений нормативов по гимнастике.

- **Эстрадный танец (1кл.)**

Тема: Contemporary Dance.

Задание: Выполнение партерной комбинации Contemporary Dance.

<https://www.youtube.com/watch?v=5yzqy2xVC0w>

- **Танец (ст.)**

Тема: «Музыка», «Алеша».

Задание: Контрольная сдача танцев «Музыка», «Алеша».

- **Эстрадный танец (2 кл.) – 2ч.**

Тема: Танец «Музыка».

Задание: Контрольная сдача танца «Музыка».

**Эстрадный танец (3 кл.) – 2ч.**

Тема: Модерн Dance.

Задание: Контрольная сдача комбинации Модерн танца.