

**Домашнее задание для отделения хореографии на период с 12 по 16 мая,
преп. Дубицкая Е.Ю.**

1 класс – «галоп» с поворотом попеременно (лицом, спиной); *battements tendus* лежа на полу (выдвигание ноги вперед, назад и в сторону) на спине и животе; махи ногами на полу (спине, животе и на боку); «припадание» с наклоном головы руки открываются из 1-ой во 2-ую позицию с поворотом (лицом, спиной попеременно); «мостик» на подъемах с подниманием поочередно рабочей ноги в верх на 90 градусов; перекаты на полу из стороны в сторону; шаги с вытянутого носочка на полупальцах руки в 3-ей позиции ; растяжки на шпагаты с возвышенности.

2 класс – повороты на полупальцах вокруг себя с оставлением головы в точку, руки на поясе; вспоминаем движения (нового танца); отрабатываем отдельно *sur le sou-de-pied* впереди и сзади в комбинациях с добавлением полупальцев в опорной ноге (держась за опору); *releve lent* (медленное поднятие ноги на 45 и 90 градусов крестом); «припадание» руки на поясе, голова остается в «точку» с поворотом по кругу (спиной, лицом); шпагаты.

3 класс - *releve lent* с опорой (медленное поднятие рабочей ноги и удержание на воздухе на 4 счета на 90 градусов «крестом»); трамплины с поворотом головы (с поджатыми ногами, в «лягушке», «разножки»), руки на поясе; «баланс» (равновесие) на середине с подниманием ноги и удержанием сохраняя угол в рабочем бедре на 45 градусов «крестом»; поднятие рабочей ноги в *retire* из 5- ой позиции (сохранять угол в бедре); шпагаты.

5 класс – пружинящие движения в выпаде на середине, руки в 3-ей позиции с добавлением *port de bras* назад к рабочей ноге; «баланс» на середине с ногой на 90 градусов и выше «крестом»; *tour lent* на середине в большие позы *attitude* , в 1-ый, 2-ой и 3-ий *arabesque* (и на *plie*); растяжки, упражнения на пресс; *soutenu* с руками в 3-ей позиции на середине.