**18.05.20 Понедельник**

**17.00  Хореографический коллектив «Солнечная радуга».**

Работа на середине зала.

Разминка по кругу.

Позы классического танца: <https://www.youtube.com/watch?v=vWm8O-i8edI>

 **18.20 Хореографический коллектив «Радуга юность».**

Работа на середине зала.

Разминка по кругу.

Элементы народно-сценического танца.

Основные положения рук в русском народном танце:

<https://www.youtube.com/watch?v=sKPsMC-SjZA>

 **19.05.20, вторник**

**15.20  Хореографический коллектив «Солнечная радуга».**

Работа на середине зала.

Разминка по кругу.

Позы классического танца.

Повторение хореографической композиции "Синий платочек"  <https://www.youtube.com/watch?v=vWm8O-i8edI>

**17.00 Хореографический коллектив «Золотая радуга».**

Разминка у станка.

Элементы народно-сценического танца.

Переменный шаг <https://www.youtube.com/watch?v=LLYrFk8s2jg>

**18.20 Хореографический коллектив « Разноцветная радуга».**

Разминка у станка.

Повторение хореографической композиции "Скоморошьи потешки" .

Комплекс упражнений с гимнастической лентой.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ya_LB8Bn2c4&list=WL&index=12&t=138s>

**21.05.20,четверг**

**15.20 Хореографический коллектив «Солнечная радуга».**

Работа на середине зала.

Разминка по кругу.

Комплекс упражнений с гимнастической лентой:

<https://www.youtube.com/watch?v=Ya_LB8Bn2c4&list=WL&index=12&t=138s>

**17.00 Хореографический коллектив «Золотая радуга».**

Работа на середине зала.

Повторение хореографической композиции "Весна пришла. Мордовский танец".

**18.20 Хореографический коллектив «Радуга юность».**

Разминка у станка. Повторение.

Элементы народно-сценического танца.

Основные положения рук в русском народном танце:

<https://www.youtube.com/watch?v=sKPsMC-SjZA>​​​​​​​

Отработка танцевальной композиции "Солдатская пляска"

 **22.05.20, пятница**

**17.00 Хореографический коллектив «Радуга юность».**

Разминка по кругу (каблучные движения).

Отработка танцевальной композиции "Журавли"

**18.20 Хореографический коллектив «Разноцветная радуга».**

Разминка по кругу (шаги на пятках и на полупальцах).

Отработка танцевальной композиции "Девичья плясовая"