

Для подготовительной группы.

Тема занятия «Изучение элементов танца «Одуванчик»

Уважаемые родители, продолжаем наши занятия в дистанционном режиме. Сегодня мы начинаем учить элементы танца «Одуванчик» - основной шаг и припев.

Как всегда, наше занятие начинаем с небольшой разминки, которая включает в себя шаги на месте, с высоко поднятыми коленями, повороты и наклоны головы и корпуса, прыжки и бег на месте (с броском ноги назад).

Далее сделаем несколько гимнастических упражнений на полу



Работа стоп (сокращаем, вытягиваем);

«Складка»;



«Лягушка» сидя и лёжа на животе.

Выполнив разминку приступаем к изучению элементов танца «Одуванчик»

Видео с учебным материалом выложено в Viber в группе Дом творчества.
Незабываем присылать ваши видео и фотографии.

Все выполненные работы отправляем мне в Viber или на электронную почту mikhlv1970@yandex.ru