

GRUPA MISIE

Proszę przygotować przestrzeń, na której można usiąść z prostymi nogami i jednocześnie patrzeć na monitor.

1. Poznanie tekstu, rytmu i melodii piosenki pt. „Rączki robią klap, klap, klap”.

Rączki robią klap, klap, klap.
Nóżki robią tup, tup, tup.
Tutaj swoją główkę mam.
I po brzuszku bam, bam, bam.

https://www.youtube.com/watch?v=qhvS9qq8_g8

2. Międzynarodowy Dzień Tańca – lekcja tańca klasycznego.

Święto to przypada 29 kwietnia. Z tej okazji zapraszam Was do Opery Śląskiej w Bytomiu, w której w przedstawieniach operowych występują śpiewacy, orkiestra symfoniczna i tancerze tańca klasycznego, czyli baletu.

Zapraszam Was dzisiaj na lekcję Studia Baletowego Opery Śląskiej, którą poprowadzi Aneta Pająk-Cwojdzińska. Jest absolwentką Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Bytomiu i wieloletnią tancerką Opery Śląskiej.

Proszę przygotować przestrzeń, na której można usiąść z prostymi nogami i jednocześnie patrzeć na monitor. Ćwiczymy bosy. Powodzenia :-)

Lekcja Studia Baletowego Opery Śląskiej w Bytomiu

https://www.youtube.com/watch?v=a40tm-1_H8E&feature=youtu.be

Jeśli podobała się lekcja w Studium Baletowym możecie wziąć udział w pozostałych zajęciach z p. Anetą:

https://www.youtube.com/user/silesianopera/videos?view=0&sort=dd&shelf_id=2

3. „Taniec osiołka” utrwalający krok dosuwany w przód.

Kochany przedszkolaku, wyobraź sobie, że jesteś osiołkiem i tańczysz z radością dla kolorowej i pachnącej kwiatami Pani Wiosny.

Z tyłu trzymasz jedną rękę za drugą (ogon osiołka). Jedna noga w przód, druga z tyłu. Zawsze ta sama noga (kopytko) „ucieka”, a druga zawsze ta sama „dogania” ją. Co jakichś czas zatrzymujesz się i wąchasz kwiaty.

Aby było miło pamiętajmy o ukłonie przed tańcem i po tańcu.

https://www.youtube.com/watch?v=RoFY7-2f_IM&list=PLUugMpc7gwPEgwTYdffrsGiS3l0w_29K&index=3

4. „Taniec motyli” z próbą podskoków.

Rodziec i dziecko trzymają się za ręce i próbują podskakiwać z uniesionymi kolanami. Zmiana kierunku. Podczas krótkiego odpoczynku para klaszcze, tupie lub uderza dłońmi o swoje nogi. Po czym powraca do podskoków.

Aby było miło pamiętajmy o ukłonie przed tańcem i po tańcu.

J. Strauss Tritsch-Tratsch-Polka

<https://www.youtube.com/watch?v=940YbxF5zgY>

5. Redukowanie napięć psychofizycznych. Rodzic przytula swoją pociechę i razem oglądają balet. P. Czajkowski „Walc kwiatów” z baletu „Dziadek do orzechów”.

<https://www.youtube.com/watch?v=EIZ83ZfCzO8>

Życzę uśmiechu i wiele radości ze wspólnego tańca.