**Творческое объединение *"Хореография"***

***Педагог Долгинцева Оксана Анатольевна*»**

**Четверг 09.04.2020г.**

**Тема: «Отработка движений танца «Веселые карандаши.»**

**Возраст 7-8 лет (1 кл.)**

1. Разминка   
https://www.youtube.com/watch?v=LeATmNcqIM0&feature=youtu.be  
2. Комплекс растяжки шпагата<https://www.youtube.com/watch?v=479FXxs89mQ&feature=youtu.be>  
3. Нарисовать костюм. Тема «Костюм карандаша».  
4. Отработка движений танца «Веселые карандаши»  
5. Повторить придуманную зарядку для рук.  
**Тема: «Отработка движений танца «Полька »**

**Возраст 9-12 лет (4 кл.)**  
1. Посмотрим видео с танцем «Полька» <https://yandex.ru/video/preview?filmId>=youtu.be

2. Отработать стойка на руках, мостик возле стены. Колесо.  
 3. Повторение изученных ранее движений танца «Полька»  
 4. Комплекс растяжки шпагата<https://www.youtube.com/watch?v=479FXxs89mQ&feature=youtu.be>   
5. Комплекс растяжки на спину. <https://www.youtube.com/watch?v=K2qB3BuyX9o&feature=youtu.be>

6. Разминка <https://www.youtube.com/watch?v=LeATmNcqIM0&feature=youtu.be>  
7. Комплекс растяжки для шпагатаhttps://www.youtube.com/watch?v=479FXxs89mQ&feature=youtu.be  
8. Попробуем придумать дальше сами движения к танцу «Мечты в кармашке»   
9. Комплекс растяжки для спины <https://www.youtube.com/watch?v=K2qB3BuyX9o&feature=youtu.be>  
10. Повторение танца «Полька»

