**Творческое объединение *"Хореография"***

***Педагог Долгинцева Оксана Анатольевна*»**

**Вторник 07.04.2020г.**

**Тема: «Отработка движений танца «Миньоны и банан.»**

**Комплекс упражнений для всего тела**

**Возраст 8-9 лет (2 кл-3кл)**

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. Придумать и нарисовать костюм. Тема «Образ миньона».  
4. Отработка движений танца «Миньоны и банан»  
5. Повторить придуманную зарядку для рук.  
**Тема: «Повторение движений танца «Полька »**

**Возраст 9-10 лет (4 кл)**  
1. Подготовить реферат на тему «Что такое полька»  
 2. Отработать 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. Повторение изученных движений танца «Мечты в кармашках»   
9. Комплекс растяжки для спины <https://www.youtube.com/watch?v=K2qB3BuyX9o&feature=youtu.be>  
10. Повторение изученных движений танца «Полька»

