

Задание по предмету РИТМИКА
для учащихся 3-го года обучения
объединения «Школа «Радость»
Педагог дополнительного образования

Гавриш Н.Д.
24.02.2024 г.

Тема «Пружинные движения ногами»



Здравствуйте, дорогие дети и родители!

Предлагаю ребятам повторить выполнение пружинных движений ногами.

1. Исходное положение – пятки вместе, носки врозь.

1 – слегка согнуть колени.

2 – колени разогнуть.

3 – исходное положение.

Руками можно выполнять разные движения.



2. Исходное положение – пятки вместе, носки врозь.

1 – слегка согнуть левое колено.

2 – колено разогнуть.

3 – слегка согнуть правое колено.

4 – колено разогнуть.

Продолжить, поочередно сгибая и разгибая колени.

Руками можно выполнять разные движения.

Следим за правильностью выполнения движений, корпус прямо, не заваливаемся.



Чтобы закрепить исполнение пружинных движений ногами, посмотрите вместе с ребенком танец «Почесали ручкой ушки» на видео по ссылке и повторите его:

<https://www.youtube.com/watch?v=41mb83ZNvAQ>.

Слушайте музыку и старайтесь четко выполнять все движения.

Этот зажигательный, весёлый, ритмичный танец станцуйте несколько раз, чтобы запомнить его движения.



Задание

Уважаемые родители!

Пожалуйста, попросите ребенка станцевать,
а вы снимите танец на видео и
пришлите в группу.

Спасибо всем!

