

Temat: Rytm, muzyka, taniec - wykonujemy improwizację ruchową do wybranej muzyki. Zasady zachowania podczas tańca.

Zakończył się okres Wielkiego Postu, w którym zwyczajowo nie organizuje się zabaw tanecznych. Od Wielkanocy można już tańczyć i bawić się - ale niestety, na wspólne zabawy musimy jeszcze trochę poczekać. Tymczasem proszę, żeby każdy z Was przygotował jakiś prosty układ taneczny o wybranej przez siebie muzyki.

1. Zaczynij od rozgrzewki! Włącz muzykę i licz do czterech wykonując kilkakrotnie dany ruch. Zaczynij od głowy, potem ramiona, tułów, nogi.
2. Licząc dalej do czterech wykonaj takie ruchy, do których zaangażujesz przynajmniej dwie części ciała, np. nogi i ręce, tułów i ręce, tułów i nogi.
3. Zaplanuj sobie ile razy powtórzysz dany ruch, co będziesz robić po kolei, wymyśl zakończenie.
4. Poćwicz całość kilka razy.
5. Nagraj swoje wykonanie z muzyką.

Czy wiesz, że podczas tańca z partnerką, bądź partnerem, obowiązują pewne zasady, które zmieniały się na przestrzeni dziejów? (na przykład obowiązek tańca w rękawiczkach, gdyż dotykanie się było nieprzyzwoite).

Przemyśl, może gdzieś poszukaj tanecznych zasad "savoir vivre". Zapisz kilka punktów.

To co zapisane i nagrane wyślij mailem w ciągu tygodnia.