

Balet

1. „Ważny instrument w balecie” – poznanie skrzypiec.

Rodzic odtwarza utwór – muzykę skrzypcową. Jeśli dziecko nie odgadnie, co to za instrument, rodzic imituje ruchy smyczka. Następnie, jeśli jest taka możliwość, pokazuje dziecku prawdziwy instrument. Jeśli nie – demonstruje zdjęcie skrzypiec. Wspólnie omawiają wygląd instrumentu. Następnie dziecko dostaje elementy do ułożenia skrzypiec i nakleja je na karton.

Źródło: <https://www.youtube.com/watch?v=g2rddhWScmw>





2. „Tancerze baletowi” – zapoznanie z zawodem.

Rodzic prezentuje ilustracje przedstawiające tancerza i tancerkę z baletu. Dziecko omawia postaci, strój, kolory. Rodzic pokazuje dziecięcą suknię balową (karnawałową) oraz długą spódnicę i pyta, czy to byłby odpowiedni strój dla baletnicy. Jeśli dziecko jest chętne przebiera się, wykonuje kilka ruchów i mówi, czy było lekko tańczyć w takim stroju. Zdejmuje ubranie, wykonuje ruchy jeszcze raz i mówi, w którym stroju wygodniej było tańczyć. Następnie dziecko porównuje sandały, klapki, kalosze z butami baletnicy. Rodzic mówi, jak nazywają się odpowiednie buty do tańca: pointy (puenty). Pokazuje dziecku ćwiczenie, które „ustawi stopy”. Dziecko siada z nogami skierowanymi do środka koła, stopy złączone piętami. Rodzic klaszcze, mówiąc jednocześnie: *Otwieramy nóżki, zamykamy nóżki*. Następnie tylko klaszcze, a dziecko synchronicznie otwiera i zamyka nóżki.



3. „Kolorowe chusty” – ćwiczenia tułowia.

Dziecko ustawia się w rozkroku, trzymając w dłoniach chustę. Macha nią nad głową, na boki z lekkim skłonem na lewy i prawy bok. Przenosi chustę do drugiej ręki i ponownie wykonuje ćwiczenie. Ruchy dostosowuje do tempa walca z baletu Coppélia.

Źródło – walc z baletu Coppélia: <https://www.youtube.com/watch?v=ryFyVpqbqGQ>

4. „Tańczymy w balecie” – reagowanie ruchem na muzykę.

Rodzic włącza muzykę, dziecko chwilę słucha, opisuje, czy muzyka jest wesoła, smutna, szybka, wolna. Następnie dorosły ponownie włącza utwór, dziecko wykonuje do niego ruchy:

- w lekkim rozkroku, kiwanie się na boki i podskok (x5)
- krok dostawny w przód, w tył i podskok (x5)
- ukłon.

Następnie dziecko samo tworzy swój układ do utworu.

5. „Co to jest?” – zagadki dotykowe, budowanie słownika.

Rodzic chowa w woreczku kilka przedmiotów codziennego użytku. Dziecko po kolei opisuje, czego dotyka, następnie wyjmuje przedmiot i określa, do czego on służy.

6. „Cicho, głośno” – zabawa ruchowa bieżna.

Rodzic porusza dzwoneczkiem: gdy gra cicho, dziecko biega na palcach, gdy głośno – na całych stopach.

7. „Ruchy baletowe” – zabawa tematyczna.

Rodzic pokazuje ruchy do utworu muzycznego: „kołyska” – nogi blisko siebie, palce blisko siebie pod brzuchem, wewnętrzną stroną dłoni do góry; „koło hula -hoop” – palce blisko siebie na wysokości brzucha w kształcie koła; „baletnica” – ręce nad głową. Dziecko tańczy małymi kroczkami. Dorosły co jakiś czas powtarza nazwę ruchu, dziecko wykonuje go po zatrzymaniu. Na koniec kłania się i znowu rusza drobnymi kroczkami.

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