



6.5.2024 dopoledne v MŠ  
**Roztančená školka**

**Animační tanečně – pohybový program**

- ✓ Naučíme se jednodušší sestavy Happy Dance a Zumbly
  - ✓ Vyzkoušíme Balance Workout nebo posilování v rytmu Tabaty
    - ✓ Vyzkoušíme ukázky výrazového tance
  - ✓ Zahrajeme si taneční pohybové hry které jistě nadchnou všechny děti pro lásku k tanci
    - ✓ Objevíme dynamická cvičení ve spojení s jógou
  - ✓ Na konci každé taneční lekce následuje protažení a relaxace
  - ✓ Za příznivého počasí přesuneme program přímo na zahradu MŠ
- ✓ S sebou děti potřebují pouze pohodlné oblečení, které nebrání volnosti pohybu

