

# 4



Insula miscarii

## Nr.1, Denumire activitate

2 / 4 persoane ( activitate de grup)

Dans în oglindă (perechi)

---



### Ce înveți?

Prin această activitate înveți să îți coordonezi corpul și să înveți noi modele de mișcare

---

---

## **De ce materiale ai nevoie?**

De această fișă și un spațiu pentru exersare și un coleg/ă cu care să lucrezi în pereche

## **Ce vei face?**

Vei crea pe loc un dans din mișcări lente, perechea cu care lucrezi stă față în față cu tine și îți urmează mișcările ca și cum ar fi imaginea ta din oglindă. După câteva minute schimbați rolurile.

## **Ce iei cu tine din aceasta activitate?**

Notează pe fișa sau caietul de talente cum a fost pentru tine experiența jocului. Ce lucruri ți-au plăcut și ce vei face diferit data viitoare?

## **Vrei să știi mai multe?**

Re-crează dansul integrând și niște posturi de yoga în coregrafia ta.