

KAUSISUUNNITELMAPOHJA

Harjoitusten aika ja paikka: Keskiviikko 17-18 Tietolan koulun ruokala

Kauden tavoite: Oppia tanssin perustaitoja, saada onnistumisen kokemuksia sekä esiintyä seuran näytöksessä.

Pvm	Tunnin teema	Huomioitavaa
	Syyskuun tavoite: kehontuntemus	
Vko 36	Toisiimme tutustumista, tanssin perusliikkeet	
Vko 37	Mielikuvituksen kehittäminen	
Vko 38	Piruetin alkeet	
Vko 39	Erilaisten hyppyjen alkeet	
	Lokakuun tavoite: omien taitojen harjoittaminen	
Vko 40	Akrobatia tanssissa	
Vko 41	Tasapainon harjoittaminen	
Vko 42	SYYSLOMA, EI TUNTEJA!	
Vko 43	Jalkatekniikka	
Vko 44	Peruslihashunto ja sen yhteys tanssissa	
	Marraskuun tavoite: Joulunäytös ohjelma	
Vko 45	Rytmin muutokset	
Vko 46	Ohjelman harjoittelu	
Vko 47	Ohjelman harjoittelu	
Vko 48	Esiintyminen ja ilmaisu, ohjelman harjoittelu	
	Joulukuun tavoite esiintyminen	
Vko 49	Kenraaliharjoitus näytöstävarten	Joulunäytös

Kausisuunnitelmaan voi tulla muutoksia meistä riippumattomien salivuoroperuutusten vuoksi, jolloin treenit pidetään esim. ulkona. Salivuoroperuutukset ilmoitetaan viestillä tai sähköpostilla.

Ohjaajat: Inka Niemi ja Vilma Pietilä

Ryhmän pelisäännöt:

- Ei kiusata tai jätetä ketään ulkopuolelle
- Kuunnellaan ohjeet
- Pitkä hiukset laitetaan kiinni ja sukat otetaan pois.
-
-