ПРИТОПЫ

Топать можно сидя и стоя. Лучше всего слегка приподнять голень и ударять ногой по полу, что можно выполнить с большей или меньшей силой. После удара нога должна оставаться н а по л у (вначале дети обычно подымают ногу после удара и остаются в беспомощной позе). Наряду с притопами всей ногой можно и должно проводить и другие упражнения: удары носком (пятка остается на полу) или пяткой (носок остается на полу).

Притопы могут быть всей стопой, пяткой, носком.