

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РСО-АЛАНИЯ
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ИМ.Б.Е. КАБАЛОЕВА
СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ «ЦЕНТР «ЗАРЯ»

**КОНСПЕКТ
ОТКРЫТОГО ЗАНЯТИЯ.**

Тема: «Партер»

1 год обучения

Педагог дополнительного образования

Карлова Наталья Абрамовна

Цели занятия Дата проведения: 10.11.2023г.

г.Владикавказ, 2023г.

Конспект открытого занятия на тему «Партер».

Цели:

- Подготовить «мышечный корсет» обучающихся для динамики тела.
- Создать базу для строения и подвижности всех групп мышц и связок.

Задачи:

Обучающие:

- обучение обучающихся труду над собой и достигать результатов труда.

Развивающие:

- Развитие интереса к самопознанию и самореализации.

Воспитательные:

- воспитание у детей навыков сотрудничества, взаимодействия друг с другом.

Оборудование:

1. Хореографический зал с зеркалами.
2. USB- колонки, флеш-карта.
3. Пластиковые коврики.

План занятия

1. Организационный момент:

- построение, поклон в танцевальной форме. Освещение темы занятия

2. Подготовительный этап:

- разминка верхней части тела, «плечевого пояса».
- упражнение «Плие», «Кукла», «Релеве».
- упражнение на коврике для голеностопного сустава, «Подъём» ноги.
- растяжка стоя
- подъемы «выворотной» ноги вперёд, лёжа на спине.
- упражнение: «книжка»; «шпагат на спине».
- «Лягушка» в трёх положениях и переход на поперечную растяжку.
- сидя: наклоны в поперечной растяжке в стороны к ногам (правой, левой, вперёд)

- лёжа на животе: нога двигается по полу через сторону к верху корпуса(правая, левая)
- «Русалочка»- упражнение лёжа на животе.
- «Самолётик»- упражнение лёжа на животе, «рыбка».
- «Шпагат» продольный (правый, левый).
- «Шпагат» поперечный;
- «Мостик» - упражнение
- «Колечко» - упражнение.
- «Кораблик»
- «Свечка»
- Кувырок вперёд обычный и на прямых ногах без опоры руками.
- поклон в танцевальной форме. Заключительное слово педагога
- разбор открытого занятия.

Ход занятия

Обучающиеся выстраиваются в зале с лежачими на полу пластиковыми ковриками .

Приветствие педагога и поклон обучающихся в танцевальной форме.

Освещается тема открытого занятия : «Партер».

Педагог:

«Партер»- это балетная гимнастика. Сегодня мы

1. Делаем разминку шейного отдела, я показываю – вы вместе со мной повторяете под музыку. Разминаемся!
2. Разминаем руки:
 - а) плечевой сустав;
 - б) локтевой сустав;
 - в) лучезапястный состав.
3. Грудной отдел позвоночника: пробуем сделать 4 точки.

4. Тазобедренный сустав:

- а) вперед-назад;
- б) в стороны;
- в) полукруг;
- г) круг.

5. Готовим ножки к работе:

- а) пружинка;
- б) плие (приседания)
- в) стопа (перенос центра тяжести)
- г) пятка – носок

- Разогрелись? Теперь можно приступить к изучению самого танца.

Основной этап

Работа по изучению танца делится на 4 этапа.

1 этап.

Изучение техники выполнения движений. Каждое движение разбирается детально. Обозначаются основные положения, ракурсы. Делается акцент на положения корпуса, рук и ног.

2 этап

Соединение движений в танцевальные связки, акцент на синхронное выполнение положения, повороты корпуса.

3 этап

Соединение всех связок воедино, повторение на запоминание, чтобы все запомнили последовательность движений танцевальной композиции. Затем, танец репетируется под музыку.

4 этап

Надеваем атрибут – браслеты. Номер готов! Танцуем как на концерте! Улыбаемся!

При изучении танца применяются традиционные методы обучения: словесные, наглядно - практические и современные игровые методы, обучение коммуникативным методам, методы дифференцированного и индивидуального обучения.

Педагог:

- Ребята! А теперь я хочу рассказать вам небольшую притчу:

- Человек пришел к мудрецу и спросил: «Научи меня радоваться жизни!»

Мудрец думал, думал.... И научил человека танцевать!

Ни один праздник не обходится без танца.

Танец – это радость, это поэзия тела и ног!

Танец это мускулистое тело и крепкое здоровье!

А еще, танец – это общение друг с другом и со зрителем.

- Вы талантливые дети, вы здорово справились с поставленной задачей!

Мо-лод-цы!

Подведение итогов

Заключительная часть занятия.

Дети встают в шахматном порядке, выполняют поклон в танцевальной форме. Поклон выполняется в особой форме современного танца.

Педагог:

- Спасибо Вам всем за сотрудничество и взаимопонимание! Занимайтесь танцами и будете стройными и здоровыми!

Аплодисменты!!!