

ПЛАН – КОНСПЕКТ
открытого урока по предмету «Ритмика и партерная гимнастика»
педагога дополнительного образования
СИНЁВОЙ НАТАЛЬИ ВЛАДИМИРОВНЫ

Концертмейстер – Войцеховская М. П.

Дата: 28.01.2015 г.

Количество часов: 60 минут.

ТИП урока: учебно – практический (закрепление пройденного материала по предмету «Ритмика и партерная гимнастика»).

ТЕМА урока: «Развитие гибкости, пластики, шага».

ЦЕЛЬ урока: Развивать у учащихся выворотность, гибкость, пластику, шаг, координацию движений, выносливость и силу путём повторения и отработки пройденных движений.

Работа над эмоциональной выразительностью учащихся при исполнении танцевальных номеров, этюдов и выученных комбинаций.

Выявление уровня освоения программы.

ЗАДАЧИ урока:

- **Образовательные:**
 - ✓ закрепление знаний, умений и навыков, полученных на предыдущих уроках;
 - ✓ развитие осмысленного исполнения движений;
 - ✓ развитие познавательных интересов и творческого потенциала учащихся (урок партерной гимнастики – это система движений, призванная сделать тело исполнителя дисциплинированным, подвижным и пластичным. Подготовить себя к будущим успехам в любых жанрах хореографии).
- **Развивающие:**
 - ✓ развить у учащихся выворотность, гибкость, пластику, шаг, координацию движений;
 - ✓ укрепление опорно – двигательного аппарата;
 - ✓ развитие выносливости, силы и постановки дыхания; развитие у учащихся точного, музыкального и эмоционально – выразительного исполнения танцевальных номеров, этюдов и выученных комбинаций;
 - ✓ психологическое раскрепощение учащихся.
- **Воспитательные:**
 - ✓ формирование эстетического воспитания, умение вести себя в коллективе;
 - ✓ формирование чувства ответственности;
 - ✓ активизация творческих способностей;
 - ✓ умение творчески взаимодействовать на уроках с педагогом.

МЕТОДЫ обучения:

- наглядный (практический показ);
- словесный (объяснение, беседа);
- метод контактного (индивидуального) обучения – только при полном контакте с педагогом, возможно достичь желаемого результата;
- метод контроля и самоконтроля. Самоконтроль, в данном возрасте, достаточно сложная задача – выполняется с помощью зеркал, при постоянном контроле учителя;
- игровой (игровая форма подачи материала).

ФОРМА учебного занятия: *Общественный смотр знаний, умений и навыков.*

СРЕДСТВА обучения:

- музыкальный центр (ТСО);
- коврики;
- скакалки.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ технологии:

- игровая технология;
- здоровьесберегающая технология;
- личносно – ориентированная технология с дифференцированным подходом.

МЕЖПРЕДМЕТНЫЕ связи:

- гимнастика;
- слушание музыки;
- ритмика;
- классический танец;
- народно – сценический танец.

Использование электронных образовательных ресурсов (ЭОР) на занятии:

- www.horeograf.com. Сайт посвящён хореографам и танцорам.

следующие рубрики:

➤ Музыка:

- ✓ детский танец;
- ✓ классика;
- ✓ музыка для экзерсиса;
- ✓ ритмика для детей;
- ✓ танцевальная аэробика.

- [http://perluna-](http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138)

[detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138](http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138).

следующие материалы:

➤ Методика

➤ Танцевальные этюды

➤ Конспекты занятий

➤ Видео детских танцев

➤ Танцевальные игры

➤ Танцевальные упражнения

➤ Музыка для танцев

➤ Обучающее видео по танцам

ПЛАН УРОКА

ВВОДНАЯ часть урока (2 мин.):

- Вход учащихся в танцевальный зал под музыкальное сопровождение.
- Организационный момент.
- Объяснение. Технические сведения.

Задачи для учеников:

- ✓ Самостоятельно и грамотно выполнять движения и комбинации у станка и на середине зала, координируя их с движениями рук и головы.
- ✓ Уметь выполнять движения осознанно, а не механически.
- ✓ Музыкально, выразительно и эмоционально исполнять комбинации и танцевальные этюды.
- ✓ Уметь давать адекватную оценку и самооценку своему исполнительскому мастерству.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ часть урока (4 мин.):

- Поклон.
- Разминка по кругу (различные виды шагов и бега).

ОСНОВНАЯ часть урока (35 мин.):

- Экзерсис у станка.
- Повторение изученных движений с диагонали.
- Повторение изученных движений на середине зала, упражнения на координацию.
- Партерная гимнастика.
- Танцевальные комбинации и этюды.
- Танцевальный этюд со скакалками.
- Танец.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ часть урока (4 мин.):

- Основное построение учащихся для выхода из зала.
- Подведение итогов урока.
- Поклон.
- Выход из танцевального зала под музыкальное сопровождение.

КОНСПЕКТ УРОКА

ВВОДНАЯ часть урока:

- Вход учащихся в танцевальный зал под музыкальное сопровождение. Учащиеся выстраиваются в одну линию. Музыкальное сопровождение марш (м/р 4/4).
- Организационный момент (обозначение темы и цели урока).

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ часть урока:

- Поклон.
- Разминка по кругу (музыкальное сопровождение – музыка к песне «Пусть всегда будет солнце»):
 - 1) танцевальный шаг с носка;
 - 2) шаги на полупальцах, на пятках;
 - 3) бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;
 - 4) жете вперёд, жете назад, жете попеременно (4 жете вперёд и 4 жете назад);
 - 5) подскоки;
 - 6) боковой галоп;
 - 7) танцевальный шаг с носка;
 - 8) 4 танцевальных шага и 4 марша (шаги с высокоподнятым коленом);
 - 9) марш (шаги с высокоподнятым коленом) на месте.

ОСНОВНАЯ часть урока:

- Экзерсис у станка:
 - 1) комбинация на разогрев стопы (м/р 2/4);
 - 2) комбинация на прыжки (м/р 2/4);
 - 3) комбинация на «каблучки» и «ковырялочку» (в характере русского танца м/р 2/4);
 - 4) комбинация на растяжку и grand battement jete (музыкальное сопровождение – Шостакович «Вальс – шутка».
- Повторение изученных движений с диагонали (музыкальное сопровождение – Глинка «Полька»):

- 1) *grand battement jete* *вперёд*;
 - 2) *grand battement jete* *в сторону*;
 - 3) *rond*;
 - 4) *grand battement jete* *вперёд (с одной ноги) и grand battement jete* *назад (с другой ноги)*;
 - 5) *grand battement jete* *назад*;
 - 6) «колесо»;
 - 7) прыжки (ноги в сторону);
 - 8) прыжки (ноги под себя);
 - 9) прыжки (ноги в положении «лягушки»);
 - 10) 4 шага польки и 4 подскока (подскоки в повороте);
 - 11) прыжки с одной подогнутой ногой, другой ногой – вытянутой.
- **Повторение изученных движений на середине зала, упражнения на координацию:**
 - 1) комбинация для рук (комбинация в характере русского танца; м/р 2/4);
 - 2) комбинация на растяжку (музыкальное сопровождение – К.Сенс – Санс Лебедь»);
 - 3) комбинация на *battement tendu* (музыкальное сопровождение – музыка к песне «В траве сидел кузнечик».
 - **Партерная гимнастика:**
 - 1) комбинация на музыку Бетховена «Ода к радости»;
 - 2) комбинация на музыку А. Лядова «Музыкальная шкатулка»;
 - 3) комбинация на музыку «Вальс» из фильма «Амели».
 - **Танцевальные комбинации и этюды:**
 - 1) танцевальный этюд «Волшебный цветок» (музыка – «Волшебный цветок»);
 - 2) танцевальный этюд «В гостях у сказки» (музыка – «В гостях у сказки»).
 - **Танцевальный этюд со скакалками «Виртуозы»** (музыкальное сопровождение – музыка Рахманинов «Полька»).
 - **Танец «Капитошка»** (музыка – песня «Капитошка»).

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ часть урока:

- Основное построение учащихся для выхода из зала (марш м/р 4/4).
- Подведение итогов урока.
- Поклон учащихся (м/р 2/4).
- Выход из танцевального зала под музыкальное сопровождение (марш м/р 4/4).

В основе всего урока с учащимися положена здоровьесберегающая технология, а также лично-ориентированная технология с дифференцированным подходом.

Всего: 60 минут.