

План-конспект занятия по хореографии.

Тема: «Отработка танцевальных движений в хореографической композиции «Жить».

Место проведения: хореографический класс.

Группа: 4-й год обучения, возраст 6-8 лет

Продолжительность занятия: 90 минут

Цель: Создать и отработать танцевальные движения в хореографической композиции «Жить»

Задачи:

- заинтересовать детей, осуществив их знакомство со спецификой современного танца «Модерн»;
- познакомить с историей возникновения танцевального стиля «Модерн», развить творческие умения учащихся путем приобщения их к самостоятельному изучению и отработке движений и комбинаций;

I. Образовательные

Содействовать совершенствованию у учащихся чувства ритма, артистизма, памяти, внимания, умения выражать свои эмоции, понимания музыки, техники исполнения движений.

II. Развивающие

Содействовать развитию техники исполнения движений, правильной постановки корпуса, силы ног, ловкости, гибкости, точности исполнения движения.

III. Воспитательные.

Содействовать воспитанию художественно-эстетических и культурных навыков, профессионализму.

Методы и приёмы активизации детей:

1. Словесные.
2. Наглядно-слуховые.
3. Игровые.
4. Практические.
5. Мотивационные.

Материал и оборудование: хореографический зал, музыкальный центр, флэш.

Предполагаемый результат:

1. Освоили понятие эстрадный танец.
2. Познакомятся с историей возникновения стиля «Модерн».
3. Освоят особенности техники исполнения движений.
4. Познакомятся со сценическим костюмом. Получат положительный заряд эмоций.
5. Изучат элементы стиля и дополнят танцевальную комбинацию в стиле «Модерн»

Структура занятия:

1. Вводная часть.(5 мин.)

Мотивация детей, положительный эмоциональный настрой, подведение к основной части занятия. Рассказ о появлении и развитии эстрадного направления «Модерн».

2. Основная часть. (80 мин.)

Разминка, комплекс упражнений на полу, комплекс упражнений по диагонали, основные движения танцевальной композиции «Жить», элементы акробатики.

3. Заключительная часть. (5 мин.)

Рефлексия, подведение итогов занятия, оценка.

Ход занятия:

1 Организационный момент (5 мин.)

Ребята заходят в зал друг за другом и становятся в линии.

Делают поклон.

Педагог: Добрый день. Очень рада видеть вас в хорошем настроении. Это значит, что у нас сегодня будет замечательный, интересный, насыщенный урок. Сегодня мы познакомимся с замечательным направлением современного танца. Он называется «Модерн» Кто -то слышал об этом направлении? (ребята отвечают) Танец модерн – это сочетание сложной хореографии, импровизации и легкости. Стиль модерн появился давно, в 1930 году. Создал его известный хореограф Франсуа Дельсарт. По его мнению, именно движениями можно выразить абсолютно все эмоции. Каждый исполнитель должен в танце выразить свое «Я». Это можно сделать упорным трудом, стараниями и тренировками. Если человек не верит в то,

что танцует - это уже не модерн. В этом жанре используют сложные элементы акробатики, классического танца и импровизации. Понравился вам рассказ о современном танце? (дети отвечают). А сейчас мы прослушаем музыкальную композицию «Жить» и попробуем пофантазировать и подвигаться под музыку (дети импровизируют под музыку).

Педагог: Молодцы, ребята. Здорово у вас получилось! А теперь подумайте; что означает понятие «жить»? (Ответы ребят)

Педагог: Вот вам и сюжет танца. Жить – значит творить, любить, плакать, огорчаться, радоваться, помогать друг другу, дружить, создавать и не разрушать.

2. Основная часть.

Ребята, сейчас я вам предлагаю выучить движения.

Упражнения по диагонали:

1. «Па шассе» - исходное положение 1 позиция ног, правая нога открыта в сторону, стопа натянута, шаг с правой ноги, прыжок вверх, ноги вытягиваются в 1 позицию, пятки соединяются, повторить 8 раз.
2. «Прыжок с перегибом корпуса назад» - исходное положение 6 позиция ног, руки скрещены перед грудью, делаем трамплинный прыжок, прогибаем корпус назад, руки открываются в стороны, опуститься в исходное положение.
3. «Па шассе» - исходное положение 5 позиция ног, «деми плие», правая нога скользит вперед, делаем прыжок вверх, стопы натянута, пятки вместе, повторить 8 раз.
4. «Сю и ви» - в продвижении вправо и влево, исходное положение 5 позиция ног, поднимаемся на высокие «полупальцы» и двигаемся мелкими шагами, пятки соединяем вместе.
5. «Па жете»- исходное положение 5 позиция ног, делаем маленькое приседание, прыжок, ноги одновременно вытягиваются вперед и назад на 45 градусов, стопы вытянуты, колени подтянуты, руки открываются во 2 позицию.
6. «Гранд жете» - исходное положение 5 позиция ног, руки вдоль корпуса в кулачках, прыжок, ноги одновременно открываются в шпагат, стопы и колени натянута.

Комплекс упражнений на полу.

1. «Упражнение для пальцев» - исходное положение сидя на полу, руки ладонями в пол, пятки вместе, поднимаем корпус копчиком вверх, колени вытягиваем, давим на пальцы, руки медленно двигаются к ногам, переходим на стопы, возвращаемся в исходное положение. Повторить 8 раз.
2. «Пассе» - исходное положение лежа на спине, ноги вытянуты по 1 позиции, правая нога медленно скользит вдоль левой, стопа натянута, колено прижато к полу, доводим до колена и открываем в потолок, держим, возвращаем в исходное положение. Повторить с другой ноги.
3. «Растяжка»- исходное положение «лягушка», руки за спиной, спина прямая, правой рукой берем ногу под пяткой и вытягиваем в сторону, колено вытянуто, держим. Возвращаемся в исходное положение. Повторить с другой ноги.
4. «Броски» - исходное положение лежа на спине, руки открыты в стороны, ноги натянuty в 1 позиции. Делаем сильный бросок правой ногой и пытаемся коснуться правого плеча, корпус прижат к полу, медленно опускаем в 1 позицию. Повторить 8 раз с двух ног.
5. «Свеча» - лежа на спине, руки вдоль корпуса, ноги натянuty по 6 позиции, подтягиваем колени к корпусу, резко вытягиваем в потолок, руки остаются на полу, сгибаем колени, возвращаемся в исходное положение. Повторить 8 раз.

Комплекс упражнений на растяжку мышц ног и укрепление мышц спины.

1. Исходное положение лежа на животе в положении «лягушка». Руки согнуты в локтях и прижаты ладонями к полу. Колени прижаты к полу, пятки вместе, медленно открываем ноги в стороны и толкаемся руками в положение «шпагат», пружинистыми движениями прижимаем тазобедренные суставы к полу, возвращаемся в положение «лягушка».
2. Сидя на шпагате, руки открыты в стороны, стопы сокращены и направлены пальцами в потолок, наклоняемся правой рукой к левой ноге, прижимаем корпус к ноге, повторить в другую сторону. Исполняется 8 раз.
3. Лежа на спине, руки прижаты к полу и открыты в стороны, ноги вместе вытянуты в потолок и развернуты в 1 позицию. Резко открываем ноги в положение «шпагат» и пальцами ног касаемся пола, копчик прижат к полу. Повторить 8 раз.

4. Исходное положение «свеча» - спина прямая, ноги вытянуты и развернуты в 1 позицию, руки на поясице. Резко открываем ноги в стороны в положение «шпагат». Повторить 8 раз.
5. Исходное положение лежа на спине, ноги вытянуты и развернуты в 1 позицию. медленно поднимаем ногу на воздух, перехватываем руками и подтягиваем к корпусу, удерживаем. Повторить с другой ноги по 4 раза.
6. Исходное положение стоя в первой позиции, прыжок «соте», опуститься в положение «шпагат». Повторить 8 раз.
7. Исходное положение стоя в 5 позиции, правая нога впереди, руки открыты в стороны. Правая нога медленно скользит до колена, правой рукой берем ногу под пятку и вытягиваем в сторону, удерживаем на растяжке. Повторить с другой ноги.
8. Исходное положение 5 позиция ног, руки вдоль корпуса. Делаем шаг правой ногой вперед, наклоняем корпус вниз, руки прижимаем к полу, левую ногу резко поднимаем в потолок, стопа и колено натянуто, голова опущена, удерживаем положение «журавлик». Повторить с другой ноги.
9. «Колесо»- переворот корпуса на руках, ноги в положении «шпагат». Повторить 8 раз.
10. Исходное положение сидя на коленях. Руки прижаты ладонями в пол, пятки вместе. Вскакиваем на вытянутые пальцы, правая нога скользит вдоль левой на «пассе» и открывается в потолок в положение «шпагат», удерживаем. Возвращаемся в исходное положение. Повторить с другой ноги.
11. Исходное положение стоя на полу, ноги на ширине плеч, руки вытянуты. Делаем «мостик», поднимаем правую ногу в потолок, левой толкаемся в «шпагат», остаемся на руках, приземляемся сначала на правую, а затем приставляем левую. Повторить 8 раз.

Педагог: Ребята. Молодцы! Вы старались и подготовили свое тело и мышцы к работе. А сейчас мы попробуем импровизацию под музыкальную композицию «Жить». Постарайтесь вложить в движения настоящее настроение, танцуйте так, как чувствуете. У вас все получится.

Звучит музыка. Ребята танцуют, выражают свои эмоции.

Педагог: Ребята! Мы отлично поработали и заслужили небольшой отдых. присядьте на коленки и посмотрите в зеркало, у всех хорошее настроение? (Да!) Покажите в зеркале лицо с улыбкой (все улыбаются). Я предлагаю поиграть в игру «Смена настроения», согласны? (педагог называет какое должно быть лицо, а дети изображают: скучное, плаксивое, злое, доброе, хитрое, радостное, безразличное, восторженное)

Педагог: Замечательно, ребята! Вы настоящие артисты! Сегодня у нас все получилось. Всем спасибо за работу.

3. Подведение итогов занятия

Педагог: Давайте вспомним, с чем мы сегодня познакомились. (*Ответы детей.*) (*Познакомились с различными упражнениями, фантазировали, импровизировали и, конечно, познакомились с замечательным миром современного танца «Модерн»*).

- Что вам больше всего понравилось?

- Что нового узнали?

- С чем бы хотели познакомиться?

-Кем вы сегодня были?

-Поблагодарите друг друга аплодисментами

- Мне хочется поблагодарить вас за работу. Надеюсь, вам понравилось эстрадное направление «Модерн», вы поняли, что искусство танца требует определенного труда и творчества. Всем спасибо, до новых встреч!!! Занятие закончено.

Исполнение поклона.

Под музыку все выходят из зала.