Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

дополнительного образования

«Дом детского творчества Рудничного района г. Кемерово»

**Городской конкурс «Мой лучший урок»**

**Направление: «Дополнительное образование»**

**Разработка занятия по хореографии**

**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**

**художественной направленности**

**«Классический танец»**

**Тема:** «Изучение и отработка базовых движений в направлении

«Боди-балет»

Составитель:

Коновалова Юлия Вячеславовна,

педагог дополнительного образования

****

Кемерово, 2021

**План-конспект занятия**

**Творческое объединение:** «Global dance».

**Год обучения:** первый.

**Направленность:** художественная.

**Программа:** «Классический танец».

**Раздел программы:** «Боди-балет».

**Тема:** **Изучение и отработка базовых движений в направлении «Боди-балет»**

**Количество часов на данную тему:** 12 часов.

**Возраст детей**: 9 - 11 лет.

**Продолжительность занятия:** 45 минут.

**Составитель:** ПДО Коновалова Юлия Вячеславовна.

**Образовательное учреждение:** МБОУ ДО «Дом детского творчества Рудничного района г. Кемерово».

**Тип занятия:** закрепление знаний, умений и навыков

**Цель занятия:** развитие навыков классического танца посредством применения хореографических элементов Боди-балета.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- обучать различным системам тренировок;

- формировать культуру движения, выразительности движений и поз.

**Развивающие:**

-формировать балетную осанку (постановка корпуса, ног, рук, головы);

- развивать танцевально-ритмическую координацию движений и выразительность;

- обучать французской терминологии названий движений;

- развивать пластичность, хореографическую память, внимание, формировать технические навыки исполнения;

**Воспитательные:**

- способствовать общему художественно-эстетическому развитию;

- формировать дисциплину и самоконтроль при достижении творческих задач.

**Форма проведения**: практическое занятие в хореографическом зале.

**Оборудование для педагога**: музыкальный центр, ноутбук, хореографический зал с зеркалами, станок, гимнастический коврик.

**Методы обучения:** словесные методы (рассказ, объяснение, беседа), наглядные методы (практический показ).

**Ход занятия**

**Организационный этап (5 минут)**

*Организация начала занятия, создание настроя. Активация внимания.*

Дети под музыку проходят в зал и строятся в шахматном порядке. Поклон.

*Педагог:*Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами познакомимся с новым направлением в танце под названием «Боди-балет». Как вы думаете, что это такое, ведь слово «балет» вам хорошо знакомо.

*Дети отвечают:*

- Это Балет…

- Это школа, основа всей хореографии…

- Это когда девочки танцуют в пуантах…

*Педагог:*

Боди-балет является одним из модных направлений в фитнесе, которое основано на упражнениях традиционной хореографии и балета, приспособленных для довольно широкого круга людей. Но поскольку вы только начинаете свой путь в мире хореографии, мы продолжим изучать основу классического танца в форме Боди-балета, так как в нем все упражнения подаются в более упрощенной форме, доступной для всех желающих.

А теперь приступим к разминке.

**Подготовительный этап. Разминка с учащимися (10 минут)**

*Педагог:*

Для начала нам нужно выполнить ряд упражненийдля разогрева мышц и связок. Все эти упражнения уже хорошо вам знакомы, но сегодня мы добавим к ним новый, необычный элемент. Он называется «I форма Port de bras». Его мы выучим в конце разминки.

Готовы! Приняли исходное положение.

Начнем с Demi plie – releve с наклоном головы на середине зала.

Хорошо, встали по кругу. Готовы! Шаг с носка *(учащиеся шагают с носка по кругу четыре восьмерки).* Теперь выполняем шаг с высоким коленом наверх *(идет выполнение четырех восьмерок).*

Продолжаем, шаг на полу-пальцах *(дети выполняют шаг в четыре восьмерки).* Затем поменяли, шаг с пятки *(выполняют четыре восьмерки).*

Остановились, исходное положение - VI позиция ног, исполняем бег по кругу взахлёст, исполняем четыре восьмерки, затем меняемся, бег с высоким коленом наверх, носок натянут.

Теперь делаем ножницы вперед- назад, ноги острые, натянутые и галоп лицом в круг и лицом из круга. Все исполняем по четыре восьмерки. Затем простой шаг с носка по кругу, восстанавливаем дыхание. Приготовились, начинаем *(идет выполнение заданий под музыку).*

Девчата, а теперь мы приступим к изучению нового элемента, I формы Port de bras, в переводе с французского языка это означает «движение тела и рук». Мы будем это делать в определенном образно-геометрическом стиле (закруглённом – arondi, и удлинённом – allongé) и в комбинации с поворотами, наклонами головы и корпуса *(повторение нового элемента за педагогом)*.

**Основной этап (25 минут)**

***Экзерсис у станка за одну руку.***

*Педагог:*

Итак, мы с вами привели себя в необходимое физическое состояние. Теперь мы готовы приступить к основному разделу нашего занятия. Одной из особенностей танцевального направления «Боди-балета» является экзерсис у станка. Девочки, у вас есть шанс почувствовать себя настоящими балеринами.

*(Дети встают вдоль станка, одна рука на станке, вторая в подготовительном положении).*

*Педагог:*

Итак, начнем с Demi - Grand Plié. *(маленькое- большое приседание)*.

Ребята, что в переводе с французского это означает?

*(Дети отвечают….)*

*Педагог:*

Отлично, всё верно, а теперь приступим к исполнению. Исходное положение - I позиция ног. Готовы!

Следующее упражнение - Battements tendus. Кто знает, что это означает в переводе с французского?

*Дети отвечают:* отведение-приведение прямой натянутой стопы по полу…

*Педагог:* Молодцы, всё верно. Исполняем с правой и левой ноги, крестом. Исходное положение - v позиция ног, рука в подготовительной позиции.

Хорошо, следующее движение - Battements tendu jetes. Делаем с правой ноги, потом все с левой ноги, по рисунку крестом.

Что такое Battements tendu jetes?

*Дети отвечают:* бросок.

*Педагог:* Правильно. А теперь приступим к исполнению battements tendu jetes, приняли исходное положение. *(педагог включает музыку, дети исполняют комбинацию движений ног у станка, направленную на четкость исполнения).*

Выполнили, хорошо. Продолжаем наши упражнения. Давайте вспомним, что означает его французское название, которое мы с вами уже учили. Итак, Rond de jambe par terre.

*Дети отвечают:* круги по полу…

*Педагог:* Хорошо, помните, что это упражнение необходимо выполнять с предельной выворотностью и натянутостью всей ноги, рисуем носком круг словно циркулем. Теперь приступим к исполнению движения: I позиция ног, исходное положение *(учащиеся исполняют заданную комбинацию).*

Следующее наше движение Releve lent. (это медленное поднимание ноги с последующей её фиксацией на высоте 90 градусов и выше). Напоминаю последовательность: исходное положение - V позиция ног, рука в подготовительном положении; мы исполняем пока на высоту 45 градусов. *(упражнение выполняется под музыку)*.

Сейчас у нас заканчивается комплекс экзерсиса у станка. Последнее движение будет для вас новым. Это Grand battements jetes, который вы ранее исполняли в более легкой форме, в партере, лежа на коврике. Как переводится с французского Grand battements jetes?

*Дети отвечают:* большой мах.

Да всё правильно, исполняем из V позиции, правая нога впереди, рисунок креста *(педагог показывает).* Делаем Preparation, раз и два, стоим в исходном положении, на три, четыре открываем руку во вторую позицию. Выносим правую ногу вперед на носок на счет раз, на счет два делаем большой мах на 90 градусов, на счет три приземляем ногу на носок в пол, на четыре возвращаем ногу в V позицию, то есть исходное положение, и так повторяем по 2 выполнения в каждое направление вперёд, в сторону, назад и в сторону *(педагог показывает последовательность движений и акцентирует внимание на безопасности исполнения, так как при броске ноги мышцы должны быть напряжены, чтобы исключить риск растяжения связок).*

А теперь попробуйте это сделать самостоятельно, готовы! *(исполняют упражнение под музыку с правой и левой ноги).*

Отлично, для первого раза, вы молодцы.

**А теперь переходим к экзерсису на середине зала,** то есть выполним те же движения в более сложной форме *(педагог предлагает учащимся выполнить данный комплекс без опоры, полагаясь только на собственное чувство равновесия).*

**Упражнение** Demi Plié. Исходное положение, готовы!

**Следующее движение** Battements tendus делаем с правой и левой ноги. Готовы! *(исполняют под музыку).*

**Хорошо, далее переходим в диагональ, исполняем Tours chaines***(вращения по диагонали).* Приготовились.

А теперь, исходя из правил школы классического танца, переходим к прыжкам. Построимся в две линии, в шахматном порядке. И первый прыжок– это Saute *(трамплинные прыжки в I и II позиции)*. Сначала первая линия прыгает две восьмерки по первой позиции, потом вторая линия делает то же самое. Затем по второй позиции так же. В V пятой позиции прыгаем по две восьмёрки, по линиям. Готовы, исходное положение *(исполняют под музыку).*

**Заключительный этап** **(5 минут)**

*Выявление качества и уровня овладения приобретенными знаниями и умениями.*

*Педагог:* Итак, сегодня мы закрепили уже известные вам комплексы из классического танца, дополнив их новыми упражнениями, исполняемыми в стиле Боди-балета.

Теперь закрепим одно из основных новых движений Port de Bras. Так как это медленная комбинация, вы будете ее выполнять под легкую, мелодичную, но при этом совершенно незнакомую вам музыку. Это нужно для понимания чувства ритма при взаимодействии рук, головы, корпуса и правильной координации частей тела.

*(Повторение пройденного материала проходит в групповой форме, по принципу – от простого к сложному. Идет сочетание запоминания французской терминологии и физического повторения изучаемых понятий).*

Хочется отметить, что вы все молодцы, показали хорошие знания и подготовку по основам классического танца. Спасибо всем за работу.

Поклон *(по традиции в конце хлопаем в ладоши)*.

**Литература:**

1. Базарова Н.П. Классический танец: [методика преподавания в 4 и 5 классах балетной школы]. - Санкт-Петербург [и др.]: Лань [и др.], 2009. - 191, [1], 12 с.: портр., табл.
2. Базарова Н.П. Азбука классического танца: первые три года обучения. - Санкт-Петербург [и др.]: Лань: Планета музыки, 2010. - 239, 32 с.: ил., портр., табл.
3. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
4. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
5. Бекина С.И. Музыка и движение. – М., 1984
6. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца (с 1 по 8 класс): учебное пособие. - Изд. 3-е, испр. - Санкт-Петербург [и др.]: Лань: Планета музыки, 2009. - 319, [1] с.