

Конспект занятия: «Изучение танцевальных комбинаций к новому танцу»

Группа 3-го года обучения, возраст: 14-15 лет

Цель: Разучивание танцевальных комбинаций на основе базовых движений.

Задачи:

1. Повторить основные элементы современного танца.
2. Разучить комбинацию по принципу «от простого к сложному».
3. Повторить ранее изученные комбинации.
4. Развить чувство ритма.
5. Воспитать в ребенке самоконтроль через физическое ощущение.

Методы:

- наглядно-практические
- словесное объяснение

Оборудование: коврики, нетбук.

Ход учебного занятия:

1. Организационный момент
2. Сообщение темы, цели
3. Разминка

Поклон из V позиции. Приветствие педагога, друг друга.

Упражнения на комплексный разогрев мышц и связок всего тела.

3.1 Упражнения для разогрева шейного отдела позвоночника:

- И.П. ноги на ширине плеч, руки на бедрах.
- работа головы из стороны в сторону
- работа головы вверх-вниз
- полукруги головой справа налево и обратно

3.2 Упражнения для разогрева плечевого пояса:

- И.П.-то же
- резкий подъем плеч вверх-вниз
- круговые движения плечами

3.3 Прыжки:

- прыжки в VI позиции, руки на поясе.
- прыжки в VI позиции, руки на поясе, по квадрату(1,3,5,7 точки зала)
- прыжки в VI позиции, сильно вытянутые руки попеременно вверх и вниз
- прыжки из VI позиции на II невыворотную, чуть расширенную позицию, руки попеременно вверх до уровня II позиции и вниз
- прыжки из VI позиции на IV невыворотную с переменной ног, руки попеременно вверх до уровня I позиции и вниз.

3.4 Упражнения на расслабление мышц:

Педагог: Руки кверху поднимаем, а потом их опускаем, а потом их разведём, бросим вниз, к себе прижмём, а потом быстрее, быстрее, хлопай, хлопай-веселей.

Педагог: Переходим к упражнениям в партере, для этого стелим коврики.

3.5 Упражнения в партере:

Работа стоп:

И.П. сидя на ковриках

- поднимаем и опускаем стопы (вытягиваем и сокращаем)
- круговые движения стоп

Работа ног, стоп и корпуса:

И.П. то же

- поднимаем сначала правую ногу, потом левую
- наклоны вперед, руки перед собой, касаясь руками пальцев ног

Растягивание связок:

И.П. сидя на ковриках ноги максимально раскрыты в сторону

- наклоны вправо, вперед, влево.
- упр. "бабочка" колени выворотом в стороны, руками держим стопы, пытаемся коленями коснуться пола
- упр. "лягушка" встать на колени, затем развести колени максимально в стороны (по принципу шпагата), руки на полу.
- выполняем продольный и поперечный шпагаты.

4. Основная часть:

4.1 Повторение основных элементов современного танца («Шаг», «Кач», и т.п.).

Комбинация - фрагмент номера - работа над развитием координации.

4.2 Проучивание комбинации к новому танцу по методу «от простого к сложному». Сначала разбиваем всю комбинацию на составляющие простые движения, проучиваем каждое движение в композиции, постановку корпуса, рук, ног, головы. Затем собираем комбинацию по принципу «нанизываем как на бусы» одно движение к другому. Формируем танцевальные блоки и пространственный рисунок.

4.3 Отрабатывается правильность исполнения отдельных элементов танца, главное соединить их в блоки. Следим за синхронностью выполнения. В процессе отработки автоматического исполнения движения танца, добавляем актерскую игру.

4.4 Во время проучивания комбинации дается задание детям для самостоятельной работы. Разбиваемся на группы, назначаем ответственного (того у кого меньше ошибок в исполнении упражнений) и дети помогают друг другу самостоятельно проучить материал. «Ответственные» исправляют ошибки товарищей и готовят группы к просмотру.

4.5 После просмотра групп, вставляем комбинацию в концертный номер. Выстраиваю детей по рисунку танца, и работаем над эмоциональностью исполнения – каждый ребёнок передает образ.

5. Заключительная часть:

5.1 Задание на дом повторить и закрепить выученную на занятии комбинацию.

5.2 Поклон, прощание с педагогом.