

**муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Искра»
городского округа Самара**

**План-конспект открытого урока
педагога дополнительного образования Сурковой Любовь Анатольевны
по предмету «Ритмика и балетная гимнастика»
с учащимися хореографической школы «Пластилин»
2 класс, 2 год обучения
(8-9 лет) 14 человек в группе.**

Дата: 25.05.2024 г.

Тема: Развитие координации и физических данных учащихся.

Цель урока: Обучение и овладение учащимися специальными знаниями и навыками двигательной активности, развивающими гибкость, выносливость, быстроту и координацию движений, и способствующими успешному освоению технически сложных движений.

Задачи педагога:

- развивать координацию движений, пластику тела, гибкость и силу мышц;
- развивать ритмичность и слуховую координацию;
- развивать воображение и фантазию ребенка.

Основными задачами:

- ознакомление учащихся с элементарными знаниями анатомии человека и системой дыхания;
- исправление отдельных недостатков в физическом строении тела;
- овладение первоначальными навыками координации движений;
- освоение рисунка построений для развития ориентировки в пространстве.

Методы обучения:

- метод организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка).

Формы работы: групповая

Продолжительность занятия: 60 минут

Ход занятий

Организационный момент (5 мин):

- вход в танцевальный зал;
- поклон педагогу;
- обозначение темы и задачи урока.

Здравствуйте дети, начинаем урок, поклон. введение в тему занятия. Беседа о значении координации.

Разминка (10 мин):

- подготовительные упражнения (различные виды шагов и бега).
- «разогрев» на середине зала.

Основная часть урока (35 мин):

- повторение изученных движений на середине зала, упражнения на координацию;
- растяжки;
- кросс. Передвижение в пространстве;
- танцевальная комбинация;

Заключительная часть урока (10 мин.)

- основное построение для выхода из зала;
- поклон педагогу;
- выход из танцевального зала под музыкальное сопровождение.

План - конспект урока

Вводная часть урока

- Вход учащихся в танцевальный зал. Учащиеся выстраиваются в две линии в шахматном порядке. Музыкальное сопровождение марш, муз. р-р 4/4.
- Поклон педагогу. Музыкальное сопровождение, муз. р-р 3/4.
- Обозначение темы и цели урока.

Подготовительная часть

Учащиеся выстраиваются в круг и исполняют подготовительные упражнения для разогрева мышц. Музыкальное сопровождение марш, муз. р-р 4/4:

- танцевальный шаг с носка;
- шаги на полупальцах, на пятках;
- шаги на скошенных стопах наружу и вовнутрь;
- легкий бег на полупальцах;
- бег с поднятием ног вперед, согнутых в коленях;
- бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;
- шаги с высоким поднятием ноги, согнутой в колене;
- шаги в приседании;
- прыжки на двух ногах.

Основная часть урока

Партерная гимнастика:

- повороты головы, круговые движения
- подъем и опускание плеч поочередно и вместе.
- работа стоп (вытянутое и сокращённое положение, круговые движения)
- подъём ног на 45 градусов
- «складочка» (Наклоны корпуса к ногам по прямой и выворотной позициям)
- «бабочка» сидя на полу
- «лягушка»;
- подъем корпуса с опорой на руки, затем без опоры;
- «лодочка»;
- поочередно, затем одновременно подъем ног назад;
- «кольцо»;
- «кошечка»;
- одновременный подъем ног на 45° и 90° по первой прямой позиции;
- большой бросок ноги из положения лежа вперед, в сторону, назад;
- «мостик» из положения лежа;
- «березка»;
- шпагат- продольный, поперечный;
- allegro- трамплинные прыжки по прямой позиции;
- кросс. Передвижение в пространстве;
- танцевальная комбинация.

Заключительная часть урока

- Построение для поклона. Поклон педагогу.
- Выход из танцевального зала под музыкальное сопровождение.

Список использованной литературы:

1. Головкина С.Н. «Уроки классического танца в старших классах – Москва, Искусство, 1989
2. З.Н. Попова. Учимся танцевать Методическое пособие. Министерство образования РС (Я) 1992г.
3. Н.В. Меднис, С.Г.Ткаченко. Введение в классический танец Издательство «Лань»2011г
4. Посельская Н.С. Пособие для хореографических училищ РС (Я)по классическому танцу 2 класс .2003 г. РС (Я)
5. Посельская Н.С. Становление и развитие школы классического танца в РС (Я). Москва 2012 г.
6. Профессиональное хореографическое образование: опорно-двигательный аппарат. Якутск 2009г.