**Технологическая карта занятия.**

Бочкова Алена Андреевна

**Тема: Классический танец в художественной гимнастике. Изучение экзерсиса у станка и на середине зала.**

**Возраст детей:** 7-8лет.

**Место занятия в программе:** Десятое занятия по теме « Изучение экзерсиса у станка и на середине зала» из пятнадцати.

**Цель:** Формировать навыки классического танца у гимнасток. Изучить основные движения экзерсиса у станка и на середине зала.

**Задачи:**

 - организовать и сосредоточить внимание учащихся и направить все усилия на физическую нагрузку;

        - подготовить двигательный аппарат учащихся: мышцы, связки и суставы для классического экзерсиса;

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

        - выработка выворотности ног в упражнениях у станка и на середине зала;

        - развить гибкость, шаг, прыжок;

        - воспитывать начальные движения координации у станка и на середине зала;

        - выработать навыки правильности и чёткости исполнения;

        - выработка апломба (устойчивости);

        - развивать танцевально-ритмическую координацию движений и выразительность;

        - формировать общую культуру, художественно-эстетический вкус;

        - активизировать интерес к классическому танцу;

        - обучить французской терминологии названий движений;

        - совершенствовать двигательный аппарат (развивать физические данные учащихся, исправлять физические недостатки);

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

        - воспитывать силу, выносливость, укреплять нервную систему;

        - формировать навыки коллективного общения;

        - раскрывать индивидуальность учащихся.

**Методы:**

-Наглядный (показ движений).

-Словесный (объяснение правил исполнения).

-Метод музыкального сопровождения: внеимпровизационный.

**Оснащение занятия:**

Музыкальный центр.

Станки.

Зеркала.

**План занятия**

**Вводная часть урока (5 мин.)**

— вход в танцевальный зал;

— поклон педагогу;

**Подготовительная часть урока (5 мин.)**

— подготовительные упражнения (различные виды шагов и бега).

**Основная часть урока (60 мин.)**

— повторение изученных движений у станка и на середине зала;

**Заключительная часть урока (10 мин.)**

— игра «Четыре стихии»

— поклон педагогу;

— выход из танцевального зала.

**Ход занятия:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части занятия | Деятельность педагога | Деятельность учащихся  | Ожидаемые результаты |
| Вводная часть | Педагог приглашает детей в зал. Выстраивает по линиям. Занятие начинается с приветствия (поклон). Исходное положение 1позиция, руки в подготовительной позиции. Шаг в право с носка, левую ногу подставить в 1позицию выполнить plie. Тоже самое повторить в другую сторону. | Учащиеся заходят в зал, выстраиваются по линиям, исполняют поклон. | Включение учащихся в процесс и ритм занятия. |
| Подготовительная часть | Педагог выстраивает учащихся в круг и начинает проводить разминку.— 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. | Учащиеся выстраиваются в круг и исполняют подготовительные упражнения для разогрева мышц. | Внимательно слушать педагога, четко выполнять движения. Как можно лучше и эффективнее размять и разогреть части тела. |
| Основная часть | Педагог выстраивает учащихся к станку и начинает показ экзерсиса у станка. (Приложение1) | Учащиеся выстраиваются вдоль станка. Выполняют упражнения (Приложения1) | Грамотное, музыкальное исполнение экзерсиса, исправление замечаний педагога. Выработка выворотности, гибкости, координации. Раскрыть индивидуальность учащихся. |
| Педагог выстраивает учащихся на середину зала, начинается экзерсис на середине зала. (Приложение2) | Учащиеся занимают свои позиции на середине зала. Выполняют упражнения (Приложение2) | Грамотное, музыкальное исполнение экзерсиса, исправление замечаний педагога. Выработка апломба, выворотности, гибкости, шага, прыжка, координации. Раскрыть индивидуальность учащихся. |
| Заключительная часть | Педагог предлагает учащимся игру «Четыре стихии» Объясняет правила игры. (Приложение3) | Учащиеся внимательно слушают правила игры. Начинают играть. | Расслабить учащихся, снять физическое и эмоциональное напряжение, дать возможность импровизировать.  |
| Педагог подводит итог занятия, просит выполнить поклон.Исходное положение 1позиция, руки в подготовительной позиции. Шаг в право с носка, левую ногу подставить в 1позицию выполнить plie. Тоже самое повторить в другую сторону.Провожает учащихся из танцевального зала. | Учащиеся внимательно слушают. Выполняют поклон, выходят из зала. |  |

**Приложение 1.**

Экзерсис у станка.

*Plié.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 demi plie по I позиции, 1 grand plie по I позиции,

3 releve на высоких полупальцах по I позиции, переход  на II позицию.

2 demi plie по II позиции, 1 grand plie по II позиции,

перегибы корпуса через II позицию переход  в V позицию.

2 demi plie по V позиции, 1 grand plie по V позиции,

2 demi plie по IV позиции, 1 grand plie по IV позиции,

поза IV арабеск по IV позиции,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Вальс» Ю.Слонов. Музыкальный размер 3/4.

*Battements tendus.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

4 battement tendu по V позиции,

1 pоur le pie вперёд,

2 demi plie по V позиции,

1. battement tendu  в сторону по V позиции,
2. double battement tendu,
3. battement tendu  в сторону по V позиции,
4. double battement tendu,

4 battement tendu назад по V позиции,

     2 demi plie,

     1 battement tendu в сторону с окончанием в demi plie по V позиции         полповорота на другую ногу,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Виолетта». И.Штраус. Музыкальный размер 2/4.

*Battements tendus jetes.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 вattement tendu jete, 2 pique,

2 вattement tendu jete, 2 pique,

8 jete balansоire, 2 в сторону, 2 pique.

Вся комбинация повторяется в обратном направлении,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Луизина полька». Б.Сметана. Музыкальный размер 2/4.

*Rond de jambe par terre.*

Preparation –  4 такта (из-за такта), музыкальный размер 3/4.

4 rond, 1 обводка на полу на demi plie,

     4 rond, 1 обводка на 900,

     растяжка вперёд и назад,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Вальс-каприс». А.Рубинштейн. Музыкальный размер 3/4.

*Battements fondu.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

battements fondu крестом по 4 en l,air

4 en dehor и 4 en dedan,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Утешение». Ш.Тактакишвили. Музыкальный размер 4/4.

*Battements frappe + petit battements.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

Крестом по 4, petit battement по 8 en dehor и en dedan,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Отрывок из балета «Прометей»». Музыкальный размер 2/4.

*Adagio.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 relevelent вперёд, 1 developpee вперёд,

1 developpee вперёд на pliе.

Вся комбинация выполняется крестом,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Романс» из музыки к драме Лермонтова «Маскарад». А.Хачатурян. Музыкальный размер 4/4.

*Grand battements jetes.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

1. grand battement jete вперёд, 1сhangement de pied,

     3 grand battement jete назад, 1сhangement de pied,

     8 в сторону, 8 balansuar,

     2 в сторону, 1мягкий battement,

     2 в сторону, 1мягкий battement,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Полька». Л.Дюкомен. Музыкальный размер 2/4.

Releve.

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

1. releve, 3 - c demi plie по I позиции, переход  во II позицию.

     Комбинация по I, II, V, IV позициям,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Музыкальный момент». Ф.Шуберт. Музыкальный размер 2/4.

*Растяжка.*

Музыкальное оформление:

Романс «На крыльях поэзии». Ф.Мендельсон. Обр. Г.Ланге. Музыкальный размер 6/8.

**Приложение 2.**

Экзерсис на середине зала.

*Plié.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 demi plie по I позиции, 1 grand plie по I позиции,

3 releve по I позиции, переход  во II позицию.

2 demi plie по II позиции, 1 grand plie по II позиции,

перегибы корпуса из стороны в сторону, переход  в V позицию.

2 demi plie по V позиции, 1 grand plie по V позиции,

3 releve по V позиции, переход  во IV позицию.

2 demi plie по IV позиции, 1 grand plie по IV позиции,

поза IV арабеск,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Ноктюрн». Э.Григ.  Музыкальный размер 4/4.

*Battements tendus.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 battement tendu вперёд из позы croisee,

1 переход через IV позицию,

комбинация обратно,

2 – в сторону правой ногой,

1 – двойной double battement tendu,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

Аллегретто на тему из оперы Герольда «Цампа». К.Черни. Музыкальный размер 2/4.

*Allegro (Прыжки).*

*Saute.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 медленных, 3 – быстрых по I позиции,

также по II позиции, по V, по IV.

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«Полька-Анна». И.Штраус. Музыкальный размер 2/4.

*Changement de pieds.*

Preparation –  2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

4 сhangement de pieds по V позиции,

комбинация an tournan по точкам,

1 releve, 1 сhangement de pieds,

заключение движения -  2 такта.

Музыкальное оформление:

«100 уроков классического танца». Костровицкая.В.С. Музыкальный размер 2/4.

**Приложение 3.**

Игра «Четыре стихии»

"Четыре стихии"- это земля, вода, воздух, огонь. Педагог говорит "земля" – учащиеся приседают на корточки и дотрагиваетесь руками до пола. Педагог говорит "вода" – учащиеся вытягивают руки вперед и совершают плавательные движения. "Воздух" - поднимаются на носочки и поднимают руки вверх, глубоко вдыхают. "Огонь" - вращают руками в локтевых и лучезапястных суставах.

Игра проходит под легкую, ритмичную или плавную музыку.