

План-конспект открытого учебного занятия

Ф.И.О. Волкова Анна Константиновна, педагог дополнительного образования

Дополнительная общеразвивающая программа: «Хореография. Шаг в танец» (ознакомительный уровень)

Дата: 09.10.2025 г.

Группа № 3

Год обучения: 1 год

Режим занятия: 45 минут

Возраст учащихся: 7-12 лет

Количество участников: 15 человек

Тема занятия: «Основные элементы классического экзерсиса у станка и на середине зала»

Тип занятия: комбинированное

Форма: практическое занятие

Цель занятия: выработка устойчивости, чистоты, свободы и выразительности исполнения

Задачи занятия:

- обеспечить постепенный разогрев мышц опорно-двигательного аппарата учащихся для выполнения более сложных элементов у палки и на середине зала;
- научиться контролировать выворотное положение тазобедренного сустава, правильную постановку корпуса и головы;
- развивать точность и четкость исполнения;
- повысить уровень танцевальной техники;
- совершенствовать выразительность исполнения.
- воспитывать культуру исполнения, интерес и любовь к классическому танцу;
- пробуждать у детей творческие силы и способности.

Планируемые результаты:

закрепить знания, умения и навыки, приобретенные на занятиях классического танца.

Образовательные технологии: технология группового обучения

Методы и приёмы обучения:

- метод танцевального показа
- словесные: изложение теоретического материала
- наглядные: танцевальный показ отдельных движений и комбинаций
- практические: упражнения у станка и на середине зала

Средства обучения: зал, зеркала, станки, технические средства обучения (магнитофон, флэш-накопитель, диск), карточки с классическими танцевальными терминами и рисунками

Формы контроля: наблюдение

Структура занятия (45 минут):**1. Организационный этап (2 мин.)****2. Основной этап (40 мин.)****3. Заключительный этап (3 мин.)****Ход занятия:**

Элементы занятия	Содержание	Задача	Деятельность ПДО и ПО	Деятельность учащихся
1. Организационный этап				
Подготовка к занятию	Приветствие.	- Подготовить учащихся к восприятию учебного материала и выполнению упражнений	-Организовать детей, построить их в определенном порядке. -Приветствие учащихся.	-Выходят на поклон, приветствие педагога.
Целеполагание	Постановка цели и задач.	-определить тему, цели занятия; -создать благоприятную психологическую атмосферу, -создать мотивацию учащихся к деятельности.	- Обозначение темы и цели занятия	-Слушают, задают вопросы
2. Основной этап				
Основная часть занятия	Разминка на середине зала (5 минут)	Учащиеся под музыку и счет выполняют упражнения: танцевальный шаг с носка; шаг с высоким подниманием бедра; ход на «полупальцах»; ход на пятках; бег с прямыми ногами; бег с высоким подниманием бедра, подскоки, галоп, прыжок с затяжкой, наклоны корпуса вперед, присед. Releve лицом к станку двумя руками держась за станок. Подъем на полупальцы на прямых коленях на 2 такт, глубокое плие на поднятых полупальцах по 6 позиции ног на 2 такта. Возврат в исходное положение на 2 такта.	- Наблюдение и контроль за учащимися, во время исполнения разминки	- Выполняют разминку, изученную ранее

	Экзерсис у станка минут)	Plie. Музыкальный размер 4/4. Лицом к станку двумя руками держась за станок. Комбинация занимает 16 тактов. Исходное положение - I позиция ног; рука в подготовительном положении. 1.Demi plié по I позиции. 2.Grand plié по I позиции. 3.Наклон корпуса назад голова повернута на право. 4.Перевод ноги во II позицию. 5.Demi plié по II позиции. 6.Grand plié по II позиции. 7.Releve, руки поднимаются в I позицию 8.Закреть ногу в V позицию. 9.Повтор 1-2 тактов по V позиции 10.port de bras в обратном направлении. На последнюю четверть перевести ногу в IV позицию. 11.На 2/4 demi plié. На следующие 2/4 - releve. 12.2/4 пауза. 2/4 сход с releve. 13.Grand plié по IV позиции. 14.Закрыли ноги и руки в исходное положение. 2. Battement tendu. Муз. P. 1т 2/4. Комбинация занимает 16 тактов. Исходное положение - I позиция ног; рука в	- Объясняет и показывает технику исполнения упражнений и экзерсиса у станка Следит за положением спины, головы, рук и правильным положением (выворотностью) ног в позициях.	Повторяют упражнения и разученные комбинации у станка и на середине зала - Выполняют движения в соответствии заданному темпу
--	---------------------------------	---	--	--

		подготовительном положении. Preparation: положили руки на станок на 2 такта. 1 (затакт) $\frac{1}{4}$ battement tendu вперед. $\frac{1}{4}$ - пауза. 2 (затакт) $\frac{1}{4}$ battement tendu вперед. $\frac{1}{4}$ Battement tendu в сторону. 3 (затакт) 2 battement tendu в стороны . 4 (затакт) Battement tendu вперед с переходом по IV позиции через demi plié. 5-8 (затакт) Повтор комбинации 1-4 такта назад. Рука закрывается в подготовительное положение. 9 (затакт) $\frac{1}{4}$ battement tendu вперед . $\frac{1}{4}$ battement tendu вперед в demi plié по 1 позиции. 10 $\frac{1}{4}$ battement tendu вперед . $\frac{1}{4}$ demi rond		
--	--	---	--	--

		11 Double pour le pied по II позиции. 12 $\frac{1}{4}$ закрыть ногу в 1 позицию. $\frac{1}{4}$ Рука опускается в подготовительное положение. 13-16 Повтор комбинации 9-12 такт, обратно. 3. Ronds de jambs par terre Музыкальный размер 4/4. Комбинация занимает 12 такта. Исходное положение – I позиция ног; руки в подготовительном положении. Preparation: temps releve par terre 2 ronds de jambs par terre en dehors; 2 passe par terre. 3 ronds de jambs par terre en dehors. Demi rond до стороны на 45°. Опустить ногу носком в пол и вновь поднять на 45°. 4.Demi rond назад на 45°; passe par terre вперед. 5-8.Повтор 1-4 тактов en dedans. 9-10. Обвод в demi plié. 11-12.		
--	--	--	--	--

	Экзерсис на середине зала (минут)	III port de bras с растяжкой назад. 1. Temps leve soute. Муз. р. 2/4. Темп медленный. Каждый прыжок на 2т. : «вздох» руками. 1-3 такта - 3 прыжка по 1 поз. 4т - смена позиции во 2 позицию ног, руки открылись через первую во вторую позицию. 5-7 такты 3 прыжка по второй позиции. 8 т. - прыжок в 5 позицию ног правая нога впереди, руки закрылись в подготовительную позицию. 8-9 т. 2 прыжка по 5 поз. 10. смена ног в воздухе левая нога впереди по 5 позиции. 11-12т 2 прыжка по 5 поз. I форма Port de bras Обе руки поднимаются в I позицию, голова наклоняется к левому плечу, взгляд устремлен на ладонь правой руки. Руки поднимаются в III позицию, взгляд сопровождает движение кисти правой руки. Голова вскидывается слегка вверх,	- Объясняет и показывает технику исполнения упражнений и экзерсиса у станка - Следит за положением спины, головы, рук и правильным положением (выворотностью) ног в позициях.	- Повторяют упражнения и разученные комбинации у станка и на середине зала - Выполняют движения в соответствии заданному темпу
--	--	--	---	--

		взгляд направлен в локоть правой руки. Руки раскрываются во II позицию, голова поворачивается направо, затем руки опускаются в подготовительное положение. Взгляд сопровождает движение правой руки. В заключение голова занимает положение «прямо».		
3. Заключительный этап				
Подведение итогов	-Домашнее задание - Подведение итогов занятия.	- Запись теории в тетрадь с использованием карточек - Анализ урока; Поклон.	- Предлагает сделать краткую запись теоретического материала, оценить свою деятельность на занятии и высказать мнение о своих результатах	Проводят самооценку своей деятельности - Выходят на поклон
Рефлексия	Анализ занятия	Проанализировать результат работы	- Просит высказать своё мнение о занятии - Благодарит за работу, прощается	Самооценка своей деятельности и ее результатов, высказывание пожеланий и впечатлений по занятию. Прощание

Экзерсис у станка – 20 минут.

1. Plie. Музыкальный размер 4/4. Лицом к станку двумя руками держась за станок. Комбинация занимает 16 тактов. Исходное положение - I позиция ног; рука в подготовительном положении.
1. Demi plié по I позиции.
Grand plié по I позиции.
3. Наклон корпуса назад голова повернута на право.

4. Перевод ноги во II позицию.
 5. Demi plié по II позиции.
 6. Grand plié по II позиции.
 7. Releve, руки поднимаются в I позицию
 8. Закрыть ногу в V позицию.
 10. Повтор 1-2 тактов по V позиции
 12. 3 port de bras в обратном направлении. На последнюю четверть перевести ногу в IV позицию.
 13. На 2/4 demi plié. На следующие 2/4 - releve.
 14. 2/4 пауза. 2/4 сход с releve.
 15. Grand plié по IV позиции.
 16. Закрыли ноги и руки в исходное положение.
 2. Battement tendu. Муз. Р. 1т 2/4.
- Комбинация занимает 16 тактов. Исходное положение - I позиция ног; рука в подготовительном положении.
Preparation: положили руки на станок на 2 такта.

1 (затакт)

$\frac{1}{4}$ battement tendu вперед. $\frac{1}{4}$ - пауза.

2 (затакт)

$\frac{1}{4}$ battement tendu вперед.

$\frac{1}{4}$ Battement tendu в сторону.

3 (затакт)

2 battement tendu в стороны.

4 (затакт)

Battement tendu вперед с переходом по IV позиции через demi plié.

5-8 (затакт)

Повтор комбинации 1-4 такта назад. Рука закрывается в подготовительное положение.

9 (затакт)

$\frac{1}{4}$ battement tendu вперед.

$\frac{1}{4}$ battement tendu вперед в demi plié по I позиции.

10

$\frac{1}{4}$ battement tendu вперед.

$\frac{1}{4}$ demi rond

11

Double pour le pied по II позиции.

$\frac{1}{4}$ закрыть ногу в 1 позицию.

$\frac{1}{4}$ Рука опускается в подготовительное положение.

Повтор комбинации 9-12 такт, обратно.

Музыкальный размер 4/4. Комбинация занимает 12 такта. Исходное положение – I позиция ног; руки в подготовительном положении.

Preparation: temps releve par terre

1.2 ronds de jambs par terre en dehors; 2 passe par terre.

2.3 ronds de jambs par terre en dehors.

Demi rond до стороны на 45°. Опустить ногу носком в пол и вновь поднять на 45°.

4.Demi rond назад на 45°; passe par terre вперед.

5-8.Повтор 1-4 тактов en dedans.

9-10. Обвод в demi plié.

III port de bras с растяжкой назад.

Экзерсис на середине зала – 15 минут.

Allegro

1. Temps leve soule. Муз. р. 2/4. Темп медленный.

Каждый прыжок на 2т.

Preparation: «вздох» руками.

1-3 такта - 3 прыжка по 1 поз.

4т - смена позиции во 2 позицию ног, руки открылись через первую во вторую позицию.

5-7 такты 3 прыжка по второй позиции.

8 т. - прыжок в 5 позицию ног правая нога впереди, руки закрылись в подготовительную позицию.

8-9 т. 2 прыжка по 5 поз.

10. смена ног в воздухе левая нога впереди по 5 позиции.

11-12т 2 прыжка по 5 поз.

I форма Port de bras

Обе руки поднимаются в I позицию, голова наклоняется к левому плечу, взгляд устремлен на ладонь правой руки. Руки поднимаются в III позицию, взгляд сопровождает движение кисти правой руки. Голова вскидывается слегка вверх, взгляд направлен в локоть правой руки. Руки раскрываются во II позицию, голова поворачивается направо, затем руки опускаются в подготовительное положение. Взгляд сопровождает движение правой руки. В заключение голова занимает положение «прямо».

Заключительная часть – 3 минуты

Запись теории в тетрадь:

(рис 1.) - круговое движение работающей ноги en dehors и en dedans.

Rond de jambe par terre

□ Rond de jambe par terre — круг ногой по земле, круговое движение носком по полу.

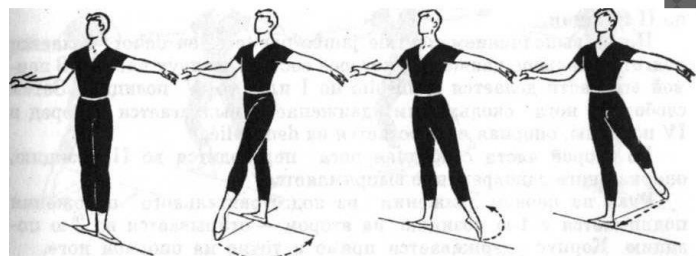


рис.1

Ан деор (наружу)

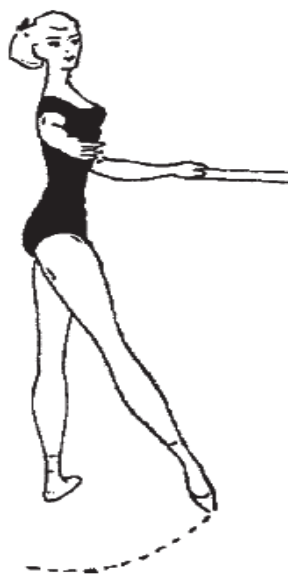


рис.2

Ан дедан (внутри)



рис. 3

Ан деор (наружу)

Из первой позиции скользящее движение вперёд на носок (батман тандю), сохраняя предельную «выворотность» и натянутость ног, переводится скольжением во вторую позицию до положения правая в сторону на носок, затем, сохраняя «выворотность» и натянутость, проводится назад на носок (батман тандю) и возвращается скольжением в исходную позицию (рис.2)

Ан дедан (внутри)

При выполнении упражнения назад (ан дедан) нога из первой позиции скольжением отводится назад на носок, затем переводится скольжением в сторону на носок (до второй позиции), из второй позиции скольжением в положение правая вперед на носок (батман тандю) и возвращается скольжением в исходную позицию.

Центр тяжести туловища сохраняется на опорной ноге. Работающая нога должна проходить «выворотно» все основные положения ног на носок в одном темпе. Через первую позицию нога проводится скользящим движением с обязательным опусканием на пол всей стопы.

При выполнении упражнения назад (ан дедан) нога из первой позиции скольжением отводится назад на носок, затем переводится скольжением в сторону на носок (до второй позиции), из второй позиции скольжением в положение правая вперед на носок (батман тандю) и возвращается скольжением в исходную позицию.

Центр тяжести туловища сохраняется на опорной ноге. Работающая нога должна проходить «выворотно» все основные положения ног на носок в одном темпе. Через первую позицию нога проводится скользящим движением с обязательным опусканием на пол всей стопы.

Музыкальный размер 3/4, 4/4, темп средний.

Список музыкальных произведений, использованных на учебном занятии

1. А. Рубенштейн «Мелодия».
2. Л. Бетховен «Контрданс».
3. Р. Гривэр «Полька»
4. С. Рубинштейн, обработка «Эстонский народный танец».
5. Г. Пахульский «Мечты».
6. Р. Глиэр «Вальс».
7. Л. Делиб, вальс из балета «Коппелия».
8. А. Шостакович «Шарманка».
9. А. Иванов «Миньон».
10. И. Штраус «Полька».