

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «НАДЕЖДА»

390039, г. Рязань, ул. Интернациональная д. 5Д, Телефон: 360282,
e-mail: NADEGDA-Sokolow@yandex.ru, сайт <http://nadegda62.ru>

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО «ДЮЦ «Надежда»

_____ В.В. Соколов

Приказ № 131 от 06.04.2020 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореография»

Раздел программы: «Партерный экзерсис»

План - конспект

открытого занятия с применением дистанционных образовательных технологий

Тема: **«Партерная гимнастика как средство развития и совершенствования
природных и физических данных детей».**

объединение «Танцевальный коллектив «Пилигрим»

год обучения 1 год

возраст обучающихся 7-10 лет

Дата проведения занятия: **13.04.2020**

Подготовил:

Филиппова Надежда Валериевна,
педагог дополнительного образования

г. Рязань, 2020

**Тема: «Партерная гимнастика как средство развития и совершенствования
природных и физических данных детей».**

Форма занятия: практическое занятие (дистанционно);

Вид занятия: мелкогрупповой;

Цель занятия: Формирование гибкости, правильной осанки, выворотности ног, умения воплощать музыкально-двигательные образы.

Задачи занятия:

Развивающие:

- развитие эластичности мышц, гибкости;
- развитие координации движений;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- психологическое раскрепощение учащихся.

Образовательные:

- закрепление знаний, навыков и умений, полученных на предыдущих занятиях;
- развитие познавательных интересов и творческого потенциала учащихся;
- развитие осмысленного исполнения движений.

Воспитательные:

- воспитание умения эмоционального выражения, раскрепощения и творчества через движение;
- воспитание умения творчески взаимодействовать с педагогом.

Материально-техническое обеспечение занятия:

- коврики;
- форма детей для занятий хореографией.

Основные методы обучения:

- метод мотивации и эмоционального стимулирования (доброжелательность, поощрение, установка на успех);
- методы организации практической деятельности:
 - словесный (объяснение, беседа);
 - наглядный (практический показ);
- метод контроля и коррекции (наблюдение, контроль педагога, самоконтроль, рефлексия, подведение итогов).

Образовательные технологии.

- игровая технология;
- здоровье сберегающая технология;
- личностно-ориентированная технология с дифференцированным подходом.

Ожидаемый результат:

- совершенствование техники исполнения партерного экзерсиса;
- развитие координации, гибкости, пластики;
- правильная постановка корпуса.

Возраст воспитанников: 7-10 лет.

Планируемые образовательные результаты		
Предметные УУД	Метапредметные УУД	Личностные УУД
<ul style="list-style-type: none"> - знать хореографические термины, - ритмично двигаться под музыку шагом и бегом; - ориентироваться в пространстве; - уметь чётко выполнять гимнастические и хореографические упражнения; - владеть корпусом во время исполнения движений; - уметь координировать свои движения; - уметь работать по одному; - выполнять подражательные движения; 	<p>Коммуникативные: слушать и слышать педагога, устанавливать рабочие отношения; умение выразить свои мысли.</p> <p>Регулятивные: использовать имеющиеся знания и опыт; воспринимать новую информацию; уметь проследивать последовательность действий на занятии;</p> <p>уметь фиксировать последовательность действий на занятии;</p> <p>принимать исполнительскую задачу и инструкцию педагога.</p> <p>Познавательные: умение выполнять движения по команде, повторять действие за педагогом;</p> <p>умение ориентироваться в своей системе знаний: воплощать музыкально-двигательный образ; обогащать свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - умение проявлять дисциплинированность и внимание; - умение самоопределиться к задачам занятия и принять цель занятия; - эмоционально откликаться на социально-значимые действия; - умение проводить самооценку на основе критерия успешности учебной деятельности; - развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; - умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
Решаемые учебные проблемы	Совершенствование техники выполнения гимнастических и хореографических упражнений.	
Межпредметные связи	Музыка, гимнастика, окружающий мир.	
Организация пространства	Фронтальная работа, групповая работа.	

Содержание занятия

Этап занятия	Деятельность педагога	Деятельность учащегося	Время
1. Подготовительный			
1.1 Организационный момент	Контроль посещаемости (подключения к сети платформы Zoom) учащихся в режиме видеоконференции.	Подключение к сети. Настройка мультимедиа-аппаратуры, рабочего места.	1 мин.
(Цель: создать мотивацию к учебной деятельности)	Сообщение темы: Партерная гимнастика как средство развития и совершенствования природных и физических данных детей	Воспитанники стоят лицом к экрану. Поклон.	1 мин.

<p>1.2 Разминка</p>	<p>Последовательность выполнения упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевальный марш с носка; - шаги на пятках и полупальцах; - шаги с высоким коленом («цапля»); - бег с высоким коленом («лошадки»); - бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях; - бег с поднятием ног вперед, согнутых в коленях («лошадки»); ход в приседе («уточки»); - лёгкий бег. - «фигурные хлопки», шаги по квадрату с «фигурными хлопками»; - круговые движения головой; - работа плечами, вращение плечами; - вращение кистями рук; - приседания, наклоны корпуса. <p>При выполнении упражнений происходит разогрев мышечного аппарата.</p>	<p>Перестроение на разминку</p> <p>Выполняют задания под музыкальное сопровождение или счёт педагога.</p> <p>Исполняют движения, которые имеют образное сходство с различными животными. Это увеличивает интерес к образовательной деятельности и развивает образное мышление учащихся.</p>	<p>8 мин.</p>
<p>2. Основная часть комплекс упражнений партерной гимнастики.</p>			
<p>2.1 Повторение музыкальной грамоты</p> <p>2.2 Партерный экзерсис.</p>	<p>ответы на вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - какие музыкальные жанры вы знаете? - с какими музыкальными примерами (жанрами) мы познакомились очень близко? - какой характер у марша, польки, вальса? - какой музыкальный размер у марша? - что такое музыкальный такт? - сколько долей в одном музыкальном такте марша? - какая по счёту сильная доля? <p>Учащиеся садятся на коврики и выполняют комплекс партерной гимнастики.</p> <ul style="list-style-type: none"> -упражнение «Солнышко»; -упражнение «Складочка»; -махи ногой на 45 % сидя; -упражнение для стоп «утюжки»; - упражнение «Паровозик»; - упражнение «Велосипед»; - поднимание ног на 90% лёжа; - упражнение «Берёзка»; - махи ногами лёжа на животе на 45%; - упражнение «Лодочка»; - упражнение «Парусник»; - упражнение-игра «Надувные шарики» (на снятие напряжения и расслабление). - Прыжки ноги вместе, врозь, с хлопками 	<p>Воспитанники стоят лицом к экрану, отвечают на вопросы педагога.</p> <p>- берут коврики. Выполнение упражнений под счёт педагога, под музыку.</p>	<p>20 мин</p>

2.3. Упражнения на восстановление дыхания	упражнение-игра с лентами. «Море волнуется раз...»;	Работа с лентами.	
3. Заключительная часть			
Подведение итогов. Рефлексия	- комбинация из танца «Мадагаскар». Используется технология: «Цепочка пожеланий». - поклон.	дети по цепочке обращаются с пожеланиями сами к себе и всем участникам занятия. поклон.	5 мин.