

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
Центр творчества «Радуга» станицы Роговской  
муниципального образования Тимашевский район

Конспект  
открытого занятия объединения «Орхидея»  
группы № 2, 1 года обучения по дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программе базового уровня «Мир танца»

на тему:  
«Отработка основных комбинаций  
современного танца»  
с применением здоровьесберегающих и ИКТ технологий»

Разработала:  
педагог дополнительного образования  
Сорокина Елена Геннадиевна

ст-ца Роговская,  
2023 г.

**Тема:** «Отработка основных комбинаций современного танца» с применением здоровьесберегающих и ИКТ технологий».

**Цель:** Совершенствование выполнения комбинаций и движений современного танца. Всестороннее развитие детей, посредством раскрытия творческих способностей ребенка в танце и осмысленного восприятия музыкального произведения.

**Задачи:**

- Образовательные: научить правильному исполнению движений современного танца. Совершенствовать комбинацию современного танца в стиле джаз-модерн.
- Развивающие: развивать гибкость и подвижность суставов и связок. Улучшить способность к восприятию музыки и двигательному ее выражению.
- Воспитательные: Воспитывать у учащихся такие качества личности как, терпеливость, выносливость, умение работать в коллективе, быть требовательным к себе и к сверстникам. Воспитывать интерес к здоровому образу жизни, через занятие по хореографии, средствами разминки и исполнением танцевальных элементов.

**Место проведения занятия:** зал хореографии

Набор оборудования: зеркала, музыкальный центр, mp3 флэшка

## Ход занятия

### **Организационный этап (2 мин).**

Педагог: Приглашает обучающихся в зал, дети встают на свои места. Занятие начинаем с поклона (приветствие).

*Педагог сообщает тему, цель и задачи занятия.*

- Сегодня на занятии мы продолжим знакомиться с таким танцевальным стилем как джаз-модерн. Проработаем комбинации и движения современного танца. А чтобы подготовиться к отработыванию комбинации, нужно разогреть мышцы нашего тела. Давайте начнем с разминки.

### **Подготовительная часть (15 мин).**

#### **Разминка.**

Наклоны головы вперед- назад.

Повороты головы направо, налево.

Круговые движения головой вправо и влево.

4. Поднимание и опускание плеч. Выполнять с максимальной амплитудой. 5. Выведение одного плеча вперед, другого вверх.

6. 1) - поднять плечи вверх; 2) - «сбросить» плечи вперед (расслабленно опустить, спина слегка округлена); 3) - выпрямляясь, поднять плечи вверх; 4) - «отбросить» назад (опустить плечи вниз).

7. И.п. - стойка ноги врозь, руки на голове. Движения грудной клеткой вправо-влево. (Голова неподвижна).

8. И.п. - то же, но в полуприседе на двух ногах, руки в стороны.

9. И.п. - полуприсед в стойке ноги врозь, руки на бедрах. Движение гр. клетки вперед, назад, с одновременным сведением и разведением локтей. –

10. И.п. – стойка ноги врозь, руки в стороны. Движение таза вправо- влево, гр. клетка фиксирована.

11. И.п. - то же, что в упр. 11, но руки вперед. Движение таза вперед, назад.

12. И.п.- то же. «Рисовать» тазом «восьмерки».

13. И.п. – широкая стойка ноги врозь, руки вверх, «ладонь на ладонь».

Сгибая ПН, наклон вперед, руки опустить между ног; перенося тяжесть тела на обе ноги и сохраняя полуприсед, пружинящий наклон вперед; перенося тяжесть тела на ЛН, пружинящий наклон вперед, принять и.п.

14. И.п. - упор стоя. Поочередное сгибание и разгибание ног. – 8-16 раз каждой ногой. Упр.

15. И.п. - упор стоя ноги врозь. Подъем на полупальцы ПН, таз вправо, то же ЛН, таз влево.

16. И.п. - то же, но подъем на полупальцы обеих ног одновременно.

Организационно-методические указания: при выполнении упражнений следить за осанкой.

Работа по диагонали:

-Махи

## Слайд1

На сегодняшний день современные танцы насчитывают сотни стилей, каждый из которых интересен и своеобразен для изучения. Много видов и стилей появляются, некоторые выходят из моды. Танцы, как и остальное искусство, отображают реалии нашего времени и тенденции моды.



На сегодняшний день современные танцы насчитывают сотни стилей, каждый из которых интересен и своеобразен для изучения. Много видов и стилей появляются, некоторые выходят из моды. Танцы, как и остальное искусство, отображают реалии нашего времени и тенденции моды.

**Какие вы знаете направления современного танца?(Ответы детей)**

## Слайд2

Основные черты современного танца: Пластичность. Насыщенность. Индивидуальность. Эмоциональность

Основные черты современного танца:

1. Пластичность.
2. Насыщенность.
3. Индивидуальность.
4. Эмоциональность



## Слайд3

Пластичность: Пластичность: Многие современные танцы построены на основе спортивных элементов, растяжек.

Пластичность:

Многие современные танцы построены на основе спортивных элементов, растяжек.



## Слайд4

**Насыщенность:** Насыщенность: Как правило, современная хореография включает множество разнообразных движений, танцор практически перманентно находится в активном движении.

Насыщенность:

Как правило, современная хореография включает множество разнообразных движений, танцор практически перманентно находится в активном движении.



## Слайд5

**Эмоциональность:** Эмоциональность: Данный аспект вытекает из предыдущего. В отношении техники танца правил нет, но проявление эмоций здесь имеет определяющее значение. Танцоры, выступающие в жанре современной хореографии, зачастую должны быть хорошими актерами, чтобы максимально ярко и экспрессивно рассказать своим танцем определенную историю.

Эмоциональность:



Данный аспект вытекает из предыдущего. В отношении техники танца правил нет, но проявление эмоций здесь имеет определяющее значение. Танцоры, выступающие в жанре современной хореографии, зачастую должны быть хорошими актерами, чтобы максимально ярко и экспрессивно рассказать своим танцем определенную историю.

## Слайд6

**Джаз-модерн** Джаз-модерн Рассказать телом о том, что происходит вокруг или внутри. Этот стиль такой же свободный, как хоп и такой же грациозный, как балет. А музыкальный стиль «джаз» тут совсем ни при чём.

Джаз-модерн

Рассказать телом о том, что происходит вокруг или внутри. Этот стиль такой же свободный, как хоп и такой же грациозный, как балет. А музыкальный стиль «джаз» тут совсем ни при чём.



***-Итак приступим к нашей основной части занятия -к отработке основных комбинаций современного танца***

### **Основная часть (27 мин).**

-Отработка основных комбинаций современного танца

Комбинация 1. И.п.- полуприсед в стойке ноги вместе, спина округлена, руки согнуты, ладони на уровне талии. Такт 1: 1 - не сгибая ног, прогнуться в пояснице, ПР согнутую в сторону (предплечье вверх); 2 – вернуться в и.п.; 3-4 то же, с другой руки. Такт 2: 5 – шаг ПН в сторону в стойку ноги врозь, ПН слегка согнута, согнутую ПР в сторону (предплечье вверх), ЛР согнута, ладонь на уровне талии, таз отведен влево; 6 - приставить ЛН, и.п.; 7-8 повторить 5-6. Такт 3-4 то же, что такты 1-2, но с другой руки, с продвижением влево. Такт 5: 1 – сохраняя полуприсед в стойке ноги вместе, колени вправо, согнутые руки вправо (на уровне талии); 2 – перевести колени и руки влево; 3-4 повторить 1-2. Такт 6: 5 – сохраняя полуприсед, шаг ПН в сторону, стойка ноги врозь, колени вправо, согнутые руки вправо (ПР на уровне головы, ЛР – на уровне талии); 6 – перевести колени и руки влево; 7-8 повторить 5-6. Такт 7: И – прыжком поворот кругом в стойку; 1-4 повторить такт 6. Такт 8: И – прыжком поворот кругом в стойку ноги врозь; 5 – руки в стороны, предплечья вверх» 6 - полуприсед на двух ногах, спину округлить, голову наклонить вперед, предплечья опустить вниз; 7 – прогнуться в пояснице, ладони на бедрах, голова прямо; 8- и.п. (Повторить комбинацию 4 раза).

Комбинация 2. И.п.- стойка ноги врозь, руки вверх .Такт 1: 1-1 таз вправо, щелчок пальцами ПР; 2 - таз влево, щелчок пальцами ЛР; и - соединить руки над головой; 3 - наклон вперед, руки опустить между ног; 4 - вернуться в и.п. Такт 2: то же, такт 1, но 4 - упор стоя. Такт 3: 1 - мах ПР назад, поворот туловища направо; 2 - упор стоя; 3-4 то же другой рукой. Такт 4: 5 - выпад вправо с наклоном вперед, ЛР согнута, ладонью опирается о колено ПН, ПР назад; 6 - пружинящий наклон вперед с рывком ПР назад; 7-8 то же в др. сторону. (Повторить комбинацию 4 раза).

Комбинация 3. И.п.- ноги врозь, стопы параллельно. Такт 1: 1- скачок на ЛН, согнутую ПН в сторону, руки в стороны-вверх, ладонями вперед, пальцы в стороны; 2- скачок на две ноги, согнутые руки в стороны; 3-4 то же с другой ноги. Такт 2: повторить такт 1. Такт 3: 1 – с поворотом налево скачок на ЛН, ПН согнутую назад, руки влево; 2 – скачок на ПН, согнутую ЛН назад, руки вправо; 3-4 продолжая поворот, повторить дв. счета 1-2. Такт 4: повторить такт 3. Такты 5-8: то же, но с другой ноги, поворот направо. (Повторить комбинацию 4 раза). Соединить последовательно комбинации 1,2,3.

### **Заключительная часть. Подведение итогов занятия (2 мин).**

Спасибо всем! Сегодня все были молодцы и старались. Домашнее задание вам – прорабатывать дома всю комбинацию современного танца.

Поклон!

### **Список используемой литературы:**

1. Т. Барышникова «Азбука хореографии», 1996 г., издательство: СПБ «ЛЮКСИ».
2. А.Я. Ваганова «Основы классического танца», 2000г., издательство ЛАНЬ.