**«Открытое занятие -зачет по спортивной хореографии.»**

МБУ ДО ЦВР г.Таганрог

Автор – концертмейстер высшей категории

Губай Маргарита Александровна.

3 год обучения

Возраст детей 9-10лет.

**Цель:** выявить уровень освоения программы «Школа современного танца»

**Задачи:**

\*Развитие «прыгучести», выносливости.

\*Кардиостимуляция

\*Развитие импровизационных навыков

\*Воспитание ответственности и сплоченности у обучающихся

**Данное занятие проходит в три этапа**

1 подготовительный (разминка)

2 основной (показ танцев)

3 заключительный. Анализ урока. Подведение итогов.

На занятии нет оценочной системы, но на каждого ученика ведется карта анализа, где фиксируются его достижения, неудачи, намечаются пути дальнейшей работы.(жюри)

Ход занятия.

**1** разминка .Поклон.

Это комплекс упражнений, на разогрев всех групп мышц. силовая круговая тренировка.

Движения – бег, подскоки, мячики, ползунец. Это активные энергозатратные упражнения, которые чередуются с умеренными движениями «треугольники»-наклоны корпуса к ногам, «медвежата»-имитация шагов маленького медвежонка.(руки и ноги передвигаются по полу) .

1 Упражнения со скакалкой. «Матадор»(перекрещенные руки), «Балерина» тандю правой ногой вперед- приставить- ноги по 6 позиции, тандю левой ногой вперед – приставить- ноги по 6 позиции. /*тандю - движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону/.*

2 Разминка на середине зала. Упражнения для шеи, плеч, туловища, ног .Различные волны. Пластика – пантомима.

3 Ритмические упражнения. Упражнения на координацию.

4 Растяжка. Подготовка к шпагатам. Упражнения «Бабочки», «Лягушки», «Королевская лягушка», батманы вперед-назад (броски ног по очереди). Шпагаты – поперечный, шпагат на правую ногу, шпагат на левую ногу.

5 Упражнения на гибкость. Подготовительные – Лодочка, Корзиночка. По парам- прогибы верхней части корпуса, прогибы нижней части корпуса. Мостики.

6 Подготовка к импровизации. Прослушивание фрагмента музыкальной композиции, подготовленной для импровизации./ *Имровизация:* *спонтанное, сиюминутное*, *индивидуальное авторское воплощение данного произведения/* Дети выполняют пластический этюд, используя танцевальные движения, шпагаты, мостики. Главное требование - не повторяться и не копировать других детей.

7 Силовые упражнения. Подготовка к акробатике. Упражнения- «Вороненок», «Лягушонок», «Крокодильчик», различные стойки - для укрепления мышц рук.

8 Акробатика, Трюки.

Колеса на правую и левую руки, колесо на одной руке, перевороты вперед-назад, подготовка к бедуинскому колесу (без рук).

**2**

1)На следующем этапе открытого урока, дети показывают элементы из танца «Нас учили быть птицами». Здесь можно отследить у детей навыки памяти, внимательности, собранности, организованности, чувства ритма, эмоциональности.

Показ танца «Нас учили быть птицами». Он еще в работе, но основная часть танца представлена для ознакомления и словесного оценивания жюри.

2) Показ нового танца «Друзья моего детства», как подготовка к конкурсам различного уровня.

3) Новый танец «Замечательный сосед». Его исполняют девочки из старшей группы.

Младшие дети могут что-то почерпнуть для себя и поучиться новому, сравнить свои навыки с навыками выступающих. Для старших девочек - выступление перед публикой, признание своих ошибок и их исправление и подготовка к конкурсу.

4) Новый танец - дуэт «Две волны». Представление малой формы.

3 Поклон. Советы жюри, пожелания. Самооценивание; перспективы на будущее.

Музыкальное сопровождение:

Перед концертмейстером стоит задача : подобрать музыку, отвечающую требованиям и задумкам руководителя и детей. Она должна быть яркая, выразительная, с четкой пульсацией и простым ритмом, создающую маленький праздник для детей. А так же подходить под данный вид движения, его амплитуду, скорость, акцентировку.

На этом занятии звучат музыкальные композиции фонограммы детских популярных групп, таких как «Волшебники двора», «Светофор», «Великан». Так же звучит латиноамериканская музыка в исполнении Р.Мартина, Шакиры, Д Лопес, Э. Иглесиас. Музыкальные композиции из рекламы на ТВ.

Для танцевальных номеров были подобраны песни «Нас учили быть птицами» О.Кормухина.

«Замечательный сосед» в исполнении арт группы «Сопрано» (хор Турецкого)

«Две волны» - песня «Не шути с волной» ( Барбарики)

*Дата ноябрь 2021 год.*