План-конспект
педагога дополнительного образования МБАУ ДО ЦТ «Пирамида»
П.Л.Пинчевская

Дата: 21.04.2020 г.

Конспект урока

Вводная часть урока Рассказ о значении классического танца.

«Классический танец является основой хореографии. Классика позволяет познать все тонкости балетного искусства, почувствовать гармонию движений и музыки. Многие подумают, зачем заниматься «старым», когда есть множество новых современных направлений. Но нужно понимать, что все новое берет свое начало из танцев прошлых столетий. Так классика впитала в себя все самые изящные движения из народных и бытовых танцев нескольких веков, постепенно совершенствуя позиции рук и ног, положения головы и тела. Все танцевальные движения в классическом танце имеют названия на французском языке, поэтому танцоры разных стран без проблем могут понять друг друга».

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ УРОКА

Элементы ритмики и музыкальной грамоты

1. Наклоны головы вперед, назад, повороты из стороны в сторону. Круговые движения.

2. Поднятие и опускание двумя плечами, затем поочередное поднимание и опускание каждого плеча. Круговые движения плечами.

3. Наклоны корпуса вперед, касаясь ладонями пола и возвращение в исходное положение, спина прямая.

4. Наклоняясь вперед, взяться руками за щиколотки и просунуть голову между ног. В этом положении ходить, не сгибая ног.

5. Стоя, ноги по первой позиции, руки на талии. Повороты верхней части корпуса, бедра при этом остаются неподвижным.

6. Повороты направо, налево, кругом (в колонне, в шеренге). Марш на месте, по кругу, построение на марше в колонну, в шеренгу, в круг, парами и четверками.

7. Воспроизвести хлопками круг и притопами ног разнообразные ритмические рисунки

Подготовительные упражнения, различные виды шагов и бега.

1. Естественные, бытовые шаги.

2. Танцевальный шаг с вытягиванием пальцев ног
3. Шаги на полупальцах при вытянутых коленях
4. Шаги на пятках
5. Легкий бег
6. Бег с вытянутыми пальцами ног
7. Бег с высоко поднятыми коленями
8. Бег с подскоками
9. Бег с выбрасыванием вытянутых ног вперед на 45 градусов
10. Галоп (прямой, боковой)
11. Мелкий бег на полупальцах

Положение рук в этих упражнениях может быть различным (координировать)

Основная часть

Элементы Классического экзерсиса

1. Экзерсис у станка - упражнения у палки (станок) - разогрев;
-releve по I, II и V позициям;
-demi plie и grand plie по I и II позициям;
- battement tendu;
- battement tendu jete;
- rond de jambe;
- battement releve lent. По группам, лицом к палке - в сторону, назад, вперед(лицом о палки).Растяжка у станка;
- grand battement jete. Погруппам;
- Первая и вторая форма port debras.
- позиции рук (подготовительное положение, 1,3,2)
- Позиции ног 1.2.3.
- Постановка корпуса в 1,2 позициях

ALLEGRO-Прыжки:

temps saute в полувыворотной позиции, по I, II позициям

chanjementdepied у станка, на середине зала.

pas chasse,

поджатые,

"двойные" поджатые,

"мячики" прыжок на одной ноге, другая вперед выворотно на 30 градусов.