Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

лицей № 384 Кировского района Санкт-Петербурга

**Урок с использованием технологии открытого показа**

**Преподаватель**: Вавилова Любовь Юрьевна.

**Предмет**: современный танец.

**Средняя группа (3 - 6 классы).**

**Дата**: **10.11.2014 г.**

**Конспект урока**

**Тема:** разучивание вокально- танцевального номера «Просто».

**Цель урока:** разучить определенные комбинации и движения для вокально-танцевального номера «Просто».

**Задачи урока:**

* закрепление знаний, умений и навыков, полученных на предыдущих уроках;
* развитие координации движений.

Основные методы работы:

* открытый урок;
* наглядный (практический показ);
* словесный (объяснение, беседа).

**Примерное распределение времени при полуторачасовом занятии:**

1. Поклон и разминка(изоляция) – 10 - 15 мин.
2. Упражнения для развития подвижности позвоночника – 10 мин.
3. Стретчинг (растяжка) – 10 мин.
4. Разучивание танцевальных комбинаций – 20 - 25 мин.
5. Постановочная работа – 40 - 30 мин.

**1 Поклон. Разминка:**

* Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги. Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону, квадратом и по кругу.
* Плечи: поднимание по очереди и вместе, полукруги и круги.
* Корпус: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные кресты, квадраты. Крест и квадрат начинаются с разных точек.
* Ноги: поднимание пяток одновременно стоя на месте, при этом колени сгибаются, а тело не поднимается, развороты стопы пяткой наружу по очереди.

**2 Упражнения для развития подвижности позвоночника:**

* Пружинистые наклоны вправо и влево, по одному и по два раза, полукруги и круги корпусом.
* «Волна» – передняя, задняя, боковая.

**3 Стретчинг (растяжка):**

* Глубокое приседание на правой ноге, левая прямая тянется, затем переносится вес на другую ногу и тянется правая (повторяется несколько раз).
* Находясь в предыдущем положении (глубоком приседании на правой ноге) делается разворот корпусом в право, задняя нога прямая, руки перед опорной ногой на полу, с начала прямые, потом держась на полу на локтях, и затем все делается с другой ноги (все повторяется несколько раз).
* Вертикальная складка (стоя на ногах, делается наклон вперед, ладони кладутся на пальцы ног).

**4 Разучивание танцевальных комбинаций:**

* Разучивание комбинации для припева.
* Разучивается комбинация, которую ребята исполняют на проигрыш.
* Разучивание связок в паре.
* Все повторяется несколько раз.

**5 Постановочная работа:**

* Разучивание непосредственно начало номера «Просто» с точки (ребята стоят спиной, а затем начинают двигаться).
* Разучивание перестроений для номера.
* Весь выученный материал повторяется несколько раз.

В конце занятия педагог говорит, что необходимо повторить дома и делается поклон.