

**АНО ДПО "Национальный исследовательский институт  
дополнительного образования и профессионального обучения"**

**Программа профессиональной переподготовки  
Педагог-хореограф. Преподавание хореографии детям и взрослым (340)**

**Дисциплина: Преподавание классического танца  
Практическое задание 3, Модуль 3. Методические аспекты обучения  
классическому танцу**

**Выполнил:  
слушатель Пожидаева Карина Максимовна**

**Преподаватель:  
Белобрагина Евгения Владимировна**

**г. Москва – 2023**

## **Конспект урока Классического танца.**

**Педагог-хореограф:** Пожидаева Карина Максимовна.

### **Содержание**

I. Пояснительная записка

II. Содержание

Структура урока

Ход урока:

Организационный момент

Основная часть.

Заключительная часть занятия.

III. Методическое приложение

1. Методические рекомендации по проведению урока

2. Элементы классического танца

#### **I. Пояснительная записка**

**Тема:** Основы классического танца

**Вид занятия:** урок

**Возраст обучающихся:** 6-8 лет

**Тип занятия:** комбинированное

**Время:** 90 мин.

**Цели занятия:**

- закрепление знаний, умений и навыков, полученных на предыдущих уроках;
- ориентация в пространстве: вправо-влево, вперед-назад, вверх-вниз;

- развитие ритмичность (движения исполняются по порядку, в определенном темпе);
- развитие природных задатков (эластичности мышц, выворотности и силы ног, шага).

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

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

#### **Воспитательные:**

- формирование эстетического воспитания, умения вести себя в коллективе;
- формирование чувства ответственности;
- формирование положительных эмоций, коллективизма;
- воспитание музыкального вкуса.

#### **Развивающие:**

- развивать чувство ритма и музыкальности;
- развивать мышечно-двигательный аппарат;
- развитие координации движений;
- развитие силы и выносливость, постановки дыхания;

## **Методы работы**

- а) Словесный (объяснения, диалог)
- б) Наглядный (показ)
- в) Практический (выполнение движений/отработка)
- г) Аналитический (анализ/сравнение/осмысление заданий)
- д) Эмоциональный

## **Условия проведения, оборудование:**

- хореографический зал с зеркалами и хореографическим станком;
- музыкальное сопровождение
- коврики для разминки на полу

## **Музыкальный материал:**

Классическая музыка русских и зарубежных композиторов квадратного построения с четким ритмическим рисунком и ярко выраженной фразировкой. Ритмическая основа тренировочных комбинаций в основном совпадает ритмическим рисунком музыкального сопровождения.

Музыкальное сопровождение подобрано к данной возрастной категории по темпу, ритмическому рисунку, динамической окраске.

## **Этапы**

- вводная часть
- знакомство техникой исполнения движения;
- закрепление техники исполнения;
- отработка;
- повтор.

## **Содержание урока**

1. Организационная часть (сбор детей, переодевание, построение, вход в класс, наведение дисциплины, замечания к учащимся, постановка задач урока поклон);
2. Разогрев/разминка;
3. Экзерсис у станка;
4. Экзерсис на середине зала;
5. Аллегро
6. Заключительная часть (поклон, замечания, выставление оценок, домашнее задание);

### **Вводная часть**

Классический танец является основой хореографии. Классика позволяет познать все тонкости балетного искусства, почувствовать гармонию движений и музыки. 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.

### **Разминка**

1. Вытягивание и сокращение стопы. Это упражнение на растягивание ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, укрепляет все группы мышц ног, приучают к ощущению вытянутости ноги, в том числе пальцев и всей стопы.

2. Наклоны корпуса вперёд : сидя на полу, руки за спиной упираются в пол, ноги вместе.
3. «Лягушка»: сидя на полу, ноги согнуть в коленях и развести в сторону, при этом стопы соединены подошвенной частью.
4. Наклоны вправо, влево и вперед: сидя на полу, развести ноги широко в сторону.
5. Махи правой и левой ногой: лёжа на полу, ноги вместе, руки вдоль корпуса.
6. Медленное поднятие и опускание ног на 90\*.
7. «Кошечка» - прогиб спины вперед и назад.
8. «Колечко» - лежа на животе оттолкнуться руками от пола, а ногами достать до головы
9. «Мостик» - лежа на спине оттолкнуться руками и ногами от пола, при этом прогнуться в спине.
10. «Берёзка» - лежа на спине поднятие ног и таза вверх.
11. «Берёзка» с касанием стопой пола и сгибанием ног.
12. «Лодочка» лёжа на животе, руки и ноги вытянуты, одновременное поднятие рук и ног над полом. Упражнение для укрепления мышц спины.
13. «Корзиночка» – лёжа на животе взяться руками за щиколотки и поочередно поднимать и опускать корпус.

**Теоретическая часть:**

- Пояснения о позах классического танца efface на середине зала и у станка croisee;

**Изучение нового материала и повторение пройденного** (деление зала на точки, шаги, маршировка, позиции ног и рук).

### **Практическая часть:**

#### **Экзерсису станка:**

- demi plie по I позиции, battement tendu на II позицию
- demi plie по II позиции, battement tendu в V позицию
- demi plie по V позиции, battement tendu в I позицию

#### **Grand Plie**

- grand plie по I позиции, battement tendu на II позицию
- grand plie по II позиции, battement tendu в V позицию
- grand plie по V позиции, battement tendu в I позицию

#### **Battements tendus.**

- battement tendu вперед по I позиции
- battement tendu в сторону по I позиции
- battement tendu назад по I позиции
- battement tendu в сторону по I позиции

#### **Rond de jambe par terre**

- rond en`dehors
- rond en`dedans

**Grand battements jetes.** музыкальный размер 2/4.

С левой ноги, крестом.

4 раза grand battement jete в сторону по I позиции

4 раза grand battement jete назад по I позиции

4 раза grand battement jete в сторону по I позиции

4 раза grand battement jete вперед по I позиции

### **Перегибы корпуса**

Поочередно, 2 раза перегиб вправо, 2 раза перегиб влево

4 раза перегиб назад

### **Экзерсис на середине зала:**

#### **Plié.**

-Preparation

-demi plie по I, II и V позициям en face

-grand plie в I и II позициям en face

#### **Battements tendus.**

Preparation –

battement tendu вперед поочередно правой и левой ногой по I позиции.

battement tendu в сторону поочередно правой и левой ногой по I позиции.

battement tendu назад поочередно правой и левой ногой по I позиции.

battement tendu в сторону поочередно правой и левой ногой по I позиции.

### **Allegro:**

1. Temps saute по I, II и V позициям
2. Pas echange во II позицию
3. Changement de pieds
4. Pas glissade
5. Pas jete, sissonne
6. Различные повороты
7. Малые пируэты.

Все элементы выполняются в поочередной последовательности комбинаций.

### **Заключительная часть**

#### **Подведение итогов:**

- замечания;
- выставление оценок.

**Домашнее задание.**

**Поклон.**

## Список литературы

1. Теоритические основы преподавания классического танца.
2. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца», Л., 1983.
3. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» СПб.: Издательство «Лань», 2009 г.
4. . Звёздочкин В.А. «Классический танец» - Ростов н/Д: «Феникс», 2005г.