



Муниципальное образовательное учреждение  
дополнительного образования детей  
«Центр детского творчества г. Дубны Московской области»

**План-конспект открытого занятия  
хореографического коллектива  
«Веселая Академия»  
в рамках Областного семинара  
для педагогов-хореографов Московской области**

# ***От партера до пуантов***

Руководитель: педагог  
дополнительного образования  
высшей квалификационной категории  
**Маркова Виктория Леонидовна**

г. Дубна  
11 ноября 2010 г.

**Тип занятия:** закрепление и совершенствование знаний, умений и навыков (повторение, упражнения).

**Форма организации занятия:** групповая, исполнительская.

**Форма занятия:** практическая работа.

**Приоритетные принципы организации занятия:**

- принцип непрерывности и преемственности процесса образования;
- принцип индивидуализации (лично-ориентированный подход).

**Используемая методика:** классического танца Вагановой А.Я.

Музыкальное сопровождение – концертмейстер,

**Оборудование:**

- фортепиано;
- зеркала;
- поручни.

## Часть 1.

Группа 2-го года обучения

Возраст 7-8 лет

Продолжение занятия 30 мин.

**Тема занятия:** *Партерная гимнастика и элементы классического экзерсиса.*

**Цель занятия:** Закрепление навыков выполнения элементов партерной гимнастики и элементов классического танца.

### ***Задачи***

#### Образовательные:

1. Проконтролировать усвоение сформированных ранее умений.
2. Отработать элементы партерной гимнастики.
3. Продолжить формировать навыки в выполнении элементов классического экзерсиса.

#### Воспитательные:

1. Воспитывать трудолюбие и исполнительную дисциплину.
2. Прививать этические нормы поведения.
3. Содействовать физическому и санитарно-гигиеническому воспитанию.

#### Развивающие:

1. Формировать умение преодолевать трудности в обучении.
2. Способствовать общефизическому обучению.

## План-конспект занятия

1. **Приветствие** – 2 мин.
2. **Разминка** – 5 мин. (Обязательно включается в занятие для общего разогрева организма и подготовки к выполнению последующих упражнениям):
  - Ходьба: с вытянутыми пальцами, на пятках, на ребре стопы;
  - Бег;
  - Ходьба «гуськом»;
  - «Паучки»;
  - «Крокодильчики».
3. **Партерная гимнастика** – 15 мин. (Необходима для укрепления мышц брюшного пресса, спины, для развития гибкости, выносливости, и растяжки).
  - Упражнения для разогрева стопы;
  - Поднимание ног до уровня 90 градусов;
  - Упражнения на укрепление мышц спины (попеременное поднимание туловища и ног лежа на животе);
  - Упражнения на развитие гибкости («ласточка», «колечко», «корзиночка», «мостик»);
  - Упражнение для развития подъема и растягивания задних мышц ног;
  - «Кошечка-Собачка»;
  - Махи ногой назад;
  - Растяжка.
4. **Движения по диагонали** – 7 мин.
  - Прыжки на одной ноге;
  - Подскоки;
  - Мелкий бег на высоких полупальцах;
  - Подготовка к ambuate
5. **Упражнения на середине зала** – 5 мин.
  - demi plie и releve по 6-й позиции ног;
  - Прыжки в разных вариантах;
  - I port de bras;
  - поклон.

## Часть 2.

Группа 3-го года обучения.

Возраст 8-9 лет.

Продолжение занятия 35 мин.

**Тема занятия:** *Основы классического экзерсиса*

**Цель занятия:** Развитие навыков выполнения основ классического экзерсиса

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Проконтролировать усвоение пройденного материала.
2. Закрепить умения выполнять экзерсис у опоры (лицом к опоре) и на середине.
3. Обучать терминологии классического экзерсиса.

**Воспитательные:**

1. Воспитывать трудолюбие и исполнительную дисциплину.
2. Прививать этические нормы поведения.
3. Содействовать физическому и санитарно-гигиеническому воспитанию.

**Развивающие:**

1. Развивать самостоятельность в выполнении движений.
2. Содействовать развитию познавательного интереса.
3. Способствовать общефизическому развитию.

## План-конспект занятия

1. **Приветствие** – 1 мин.
2. **Экзерсис у опоры** – 20 мин. (Знакомит с правилами выполнения элементов классического экзерсиса, развивает мышцы ног, спины).
  - постановка корпуса и demi plie по I, II, и V позициям ног;
  - battement tendu;
  - battement tendu jete;
  - rond de jamb par teere;
  - подготовка к battement frappe;
  - подготовка к battement fondu;
  - battement tendu releve lant;
3. **Упражнения на середине зала** – 10 мин.
  - releve и первое port de bras по VI и I позициям ног.
    - Allegro
      - Soute по I, II и V позициям ног;
      - Shanjement de pied;
  - I и III port de bras;
  - Поклон.

### Часть 3.

Продолжительность занятия 1 час 20 мин.

Группа 5-го года обучения

Возраст 11-12 лет

**Тема занятия:** *Классический экзерсис у опоры и основы пуантной техники*

**Цель занятия:** Закрепления навыков выполнения классического экзерсиса у опоры и закрепление навыков пуантной техники

**Задачи**

**Образовательные:**

1. Проконтролировать усвоение сформированных ранее умений;
2. Закрепить умения выполнения классического экзерсиса у опоры (боком к палке);
3. Закрепить умения выполнения основных элементов на пуантах (у опоры и на середине зала).

**Воспитательные:**

1. Воспитывать трудолюбие и исполнительную дисциплину.
2. Прививать этические нормы поведения.
3. Содействовать физическому и санитарно-гигиеническому воспитанию.

**Развивающие:**

1. Развивать самостоятельность исполнения экзерсиса;
2. Способствовать общефизическому развитию;
3. Развивать выразительность выполняемых комбинаций.

Группа 6-го года обучения

Возраст 13-15 лет

**Тема занятия:** *Классический экзерсис на середине зала и работа на пуантах у опоры и на середине зала*

**Цель занятия:** Закрепления навыков выполнения классического экзерсиса на середине и закрепление навыков пуантной техники.

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Проконтролировать усвоение сформированных ранее умений;
2. Отработать позы классического танца (effase, croise, ecarte);
3. Отработать вариации на пуантах.

**Воспитательные:**

1. Воспитывать трудолюбие и исполнительскую дисциплину.
2. Прививать этические нормы поведения.
3. Содействовать физическому и санитарно-гигиеническому воспитанию.

**Развивающие:**

1. Развивать устойчивость при выполнении движений экзерсиса без опоры
2. Развивать самостоятельность исполнения экзерсиса;
3. Способствовать общефизическому развитию;
4. Развивать выразительность выполняемых комбинаций.



## План-конспект занятия

1. **Приветствие.**
2. **Классический экзерсис у опоры (5-ый год обучения):**
  - demi plie и grand plie по I, II, и V позициям ног;
  - battement tendu;
  - battement tendu jete;
  - rond de jamb par teere;
  - battement frappe;
  - battement fondu;
  - подготовка к - rond de jamb en lier
  - adajio;
  - grand battement jete.
3. **Классический экзерсис на середине зала (6-ой год обучения):**
  - grand plie по I, II, и V позициям ног и port de bras;
  - battement tendu и battement tendu jete;
  - rond de jamb par teere;
  - battement frappe;
  - battement fondu;
  - adajio;
  - grand battement jete.
4. **Упражнения на пуантах (5-ый год обучения):**
  - \* **лицом к опоре**
    - demi plie, releve по VI и I позиции;
    - eshappe;
    - sour le coup de pied, passé;
    - pas de buirre с переменной ног;
    - assemble soutenu.
  - \* **на середине зала**
    - eshappe в двух темпах
    - комбинация на основе pas de boirre sui vie;
    - комбинация на основе вариации “pas de trios” из балета «Щелкунчик» П.И. Чайковского
    - поклон.

**5. Упражнения на пуантах (6-ой год обучения):**

**\* лицом к опоре**

- eshappe в разных темпах;
- balleoune;
- комбинация с поворотом на 180 градусов и pas de boirre sui vie.

**\* на середине зала**

- комбинация на с pas de boirre и assemble;
- комбинация на основе вариации Китри из балета «Дон Кихот» А. Минкуса;

**\* вращение по диагонали**

- shene;
- tour pique по диагонали и по кругу;
- поклон.

**6. «Сиреневый вальс» в исполнении детей 5-6 года обучения.**

Композитор Ф. Шопен;

Оригинальная идея М. Фокина;

Постановка В. Марковой.