

Государственное учреждение образования
«Жлобинский городской центр творчества детей и молодежи
«Эврика»

«Ритм в хореографии»
открытое занятие объединения по интересам
«РОНА»

Составитель:
Степовая Анастасия Васильевна,
педагог дополнительного образования
1 квалификационной категории

Жлобин 2022

Тема: «Ритм в хореографии»

Дата проведения: конец учебного года.

Цель: закрепить приобретённые музыкально-ритмические навыки и двигательные способности.

Задачи:

Обучающие:

- закрепление знаний, умений и навыков, полученных на предыдущих уроках;
- развитие осмысленного исполнения движений.

Развивающие:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие музыкальности;
- развитие темпо-ритмической памяти.

Воспитательные:

- формирование эстетического воспитания, умения вести себя в коллективе;
- формирование чувства ответственности;
- активизация творческих способностей.

Тип занятия: комбинированное занятие.

Основные методы обучения:

- практический,
- наглядный (практический показ);
- словесный (объяснение, беседа);
- метод мотивации и эмоционального стимулирования (доброжелательность, поощрение, установка на успех);

Материально-техническое обеспечение урока: хореографический зал, оснащённый зеркальным полотном, музыкальный центр, флэшка с файлами, ноутбук, детский конструктор трех цветов.

Ход занятия:

I. Организационный момент:

Вход обучающихся в танцевальный зал.

Обучающиеся выстраиваются в две линии в шахматном порядке.

Поклон педагогу.

Педагог: Я вас приветствую.

Озвучивание педагогом темы и цели занятия.

II. Подготовительный этап

Педагог: Девчата, так что является основой музыки и основой танца? Бит моего сердца
(Ответы и рассуждения детей)

Педагог: Правильно! Ритм. Давайте вспомним, что такое ритм. Ритм- это чередование в музыке длинных, коротких звуков и пауз.

Педагог: Что значит «чувствовать ритм»?

Дети: слышать музыку и выполнять движения согласовано с ней.

Педагог: Правильно! Делать движения в соответствии с музыкой.

Педагог: Итак, мы будем совершенствовать ритмичное выполнение комплексов упражнений на диагонали и музыкального исполнения наших танцев.

III. Основная часть

«Разминка на середине в линиях» (разогрев всех групп мышц)

Упр. 1. И.п.- стойка, ноги врозь, стопы параллельно. Наклоны головы вперед-назад

Упр. 2. И.п. - то же. Повороты головы направо, налево

Упр. 3. И.п. - то же. Круговые движения головой.

Упр. 4. И.п. - то же, руки вниз. Поднимание и опускание плеч. Выполнять с максимальной амплитудой.

Упр. 5. И.п. - то же. Поочередное поднимание плеч в сочетании с приседанием: 4 движения то одним, то другим плечом во время сгибания ног, 4 - при разгибании

Упр. 6. И.п. - то же. Выведение одного плеча вперед, другого вверх

Упр. 7. И.п. - то же. 1 - поднять плечи вверх; 2 - «сбросить» плечи вперед (расслабленно опустить, спина слегка округлена); 3 - выпрямляясь, поднять плечи вверх; 4 - «отбросить» назад (опустить плечи вниз с небольшим круговым движением назад, слегка, прогибаясь в пояснице, лопатки свести).

Упр. 8. И.п. - стойка ноги врозь. Движения грудной клеткой вправо-влево.

Упр. 9. И.п. - то же, но в полуприседе на двух ногах, руки в стороны

Упр. 10. И.п. - полуприсед в стойке ноги врозь, руки на бедрах. Движение гр. клетки вперед, назад, с одновременным сведением и разведением локтей

Упр. 11. И.п. – стойка ноги врозь, руки в стороны. Движение таза вправо-влево, гр. клетка фиксирована

Упр. 12. И.п. - то же, что в упр. 11, но руки вперед. Движение таза вперед, назад

Упр. 13. И.п.- то же. «Рисовать» тазом «восьмерки»

Упр. 14. И.п. – широкая стойка ноги врозь, руки вверх, «ладонь на ладонь». Сгибая ПН, наклон вперед, руки опустить между ног; переноса тяжесть тела на обе ноги и сохраняя полуприсед, пружинящий наклон вперед; переноса тяжесть тела на ЛН, пружинящий наклон вперед, принять и.п.

Упр. 15. И.п. - упор стоя. Поочередное сгибание и разгибание ног

Упр. 16. И.п. - упор стоя ноги врозь. Подъем на полупальцы ПН, таз вправо, то же ЛН, таз влево

Упр. 17. И.п. - то же, но подъем на полупальцы обеих ног одновременно

«Диагональ»

- 1.Вращения вправо, влево
- 2.мячик
- 3.прыжки в повороте
- 4.ход на руках
- 5.большие броски с обеих ног
- 6.колесо вправо, влево

«Повторение танцев»

1. «Стоп вирус»
2. «Адчуваю паветра»

«Упражнения на развитие ритмичности. Музыкально-ритмические задания на скамейках»

Дети рассаживаются на скамейки

1.Ребята, закройте глаза, и попробуйте сейчас переключиться и услышать только те звуки, что слышны с улицы, а теперь давайте послушаем только те звуки, которые слышны в помещении, и чуть сложнее - положите руку туда, где у вас сердце, и попробуйте услышать ритм своего сердца. Оно бьется ритмично и четко, такое же ритмичное и четкое биение есть в музыке. Теперь откроем глаза, и послушаем музыку. В музыке этот ритм звучит от определенных инструментов. Нам нужно услышать эти инструменты, и попробовать назвать их.

2.«Ритмическое эхо»

Педагог выстукивает короткие «музыкальные фразы», ребенок или группа должны в точности повторить ритм хлопками в ладоши («эхо»).

3. «Игра пианино»

Музыкально-ритмический этюд «Скамейка»

IV. Заключительная часть

Педагог: Наше занятие подходит к завершению. Скажите, какая тема и цель урока была? Мне бы хотелось услышать от вас, понравилось наше занятие? Что получилось у вас лучше? Было трудно? В чем испытали трудности?

Ответы детей

Педагог: Молодцы! Вы справились с заданием, на следующих занятиях мы будем повторять, и закреплять полученные навыки.

V. Рефлексия «Пирамиды»

-Сейчас я попрошу каждую из вас оценить свою ритмичность на занятии. Необходимо взять одну деталь конструктора такого цвета, который вы больше соотносите себе. Берем красную деталь, если не удалось уловить ритм не в одном упражнении. Желтую деталь –

если почти все получилось, но можно было лучше. Выбираем зеленый конструктор, если все было не сложно, понятно и вышло ритмично. Ставим детали одноименных цветов друг на друга так, чтобы получались пирамидки. После можно оценить и увидеть самую высокую из них

— Сегодня у нас получилось замечательное занятие, вы показали себя сегодня способными учениками. Достойно справились со всеми трудностями и оправдали мои надежды. И я хочу поблагодарить вас за это.

Теперь настало время поклона. Просим наших гостей подняться для прощания.

Дети делают поклон и выходят из зала.

Список литературы:

1. Бондаревский Е.Я. Возрастные особенности развития функций равновесия у детей школьного возраста // Развитие двигательных качеств у школьников./Под ред. З.И.Кузнецовой. – М.: Просвещение, 1987. – 14 с.
2. Гиршон А. Импровизация и хореография. Контактная импровизация. Альманах 1, 1999. – 7-9 с.
3. Никитин Ю.В. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2002. - 125-131с.
4. Панферов В.И. Пластика современного танца: Учебное пособие. Челябинск, 1996. – 37с
5. Форсайт Уильям. Геометрия танца. v4#2, статья, лето 1999. – 24-27с.
- 6.Ходгсон Джон. Мастерство движения: жизнь и работа Рудольфа Лабана.

Интернет источники:

http://pedsovet.org/component/option,com_mtree/task,viewlink/link_id,119401/Itemid,118/

<http://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/dopolnitelnoe-obrazovanie/horeografija-tanec/77398-plan-konspekt-otkrytogo-uroka-razvitie-koordinatsii.html>

<http://tantsyem.ru/metodika-prepodavaniya-xoreograficheskix-disciplin/tema-metodika-provedeniya-zanyatij-po-sovremennomu-tancu/>