

ПЛАН ОТКРЫТОГО УРОКА.

ФИО автора: Дроздова Анастасия Богдановна (клуб спортивного танца «Мириданс»)

Должность: педагог дополнительного образования

Наименование образовательного учреждения: МБУ ДО «ЦДОД «Контакт»

Направление деятельности: физкультурно-спортивное

Тема: «Эта многогранная «Ча-ча-ча»» (технология движения тела в танце «ча-ча-ча»)

Цель:

совершенствование навыков исполнения фигур танца «ча-ча-ча».

Задачи:

образовательные:

- вспомнить названия исполняемых фигур;
- повторить принципы движения всех частей тела;
- отработать технику движения фигур и соединений в танце «ча-ча-ча» .

Развивающие:

- способствовать развитию чувство ритма через слушание музыки и устный счет тренера;
- способствовать развитию выразительных средств импровизировать с мимикой и жестами, создавая более яркий образ пары;
- взаимодействовать с партнёром, создавая общий образ, ритм и объём.

Воспитательные:

- поддерживать дисциплину на занятии, положительный настрой, дружескую атмосферу;
- воспитывать интерес к музыке и активному движению, выносливость и силу воли;
- воспитывать уважительное отношение к партнёру.

Тип занятия: комбинированный

Методы проведения:

- *словесный*: объяснение, беседа.
- *наглядный*: личный показ.
- *практический*: упражнения учащихся по выполнению фигур, соединений и вариаций танца «ча-ча-ча».
- *методы проверки знаний, умений и навыков*: опрос, наблюдение, контроль, самоконтроль.

Целевая аудитория:

Дети в возрасте от 11 до 18 лет, обучающиеся в Учебно-тренировочной группе свыше 3-х лет обучения.

Необходимое оборудование:

Зал с зеркалами, музыкальный центр, диски.

Регламент внешнего вида (тренировочная одежда для занятий бальными танцами, специальная обувь, аккуратные причёски.)

Представление педагога:

Здравствуйте, уважаемые коллеги и гости! Меня зовут Дроздова Анастасия Богдановна. Я работаю в ЦДОД «Контакт» педагогом дополнительного образования и являюсь руководителем танцевально-спортивного клуба «Мириданс». Занятия проходят на базе МБУ «Гимназия № 25». Наш клуб состоит в федерации танцевального спорта Архангельской области. В данный момент мне присвоена вторая судейская категория по танцевальному спорту и высшая категория педагога дополнительного образования.

Обучающиеся нашего клуба успешно выступают на соревнованиях по танцевальному спорту разного уровня.

Программа соревнований по танцевальному спорту включает в себя 10 танцев, 5 европейских и 5 латиноамериканских. Согласно исследованиям учёных танцевальный спорт признан сложнокоординационным и по нагрузкам приравнен к спортивной гимнастике. Сегодня Вашему вниманию предлагается урок по латиноамериканской программе. Танец «ча-ча-ча» относится к группе латиноамериканских танцев. Это предполагает не только определенную работу стоп, коленей и тела. В результате использования всех

этих технических элементов танцоры могут работать над созданием собственного образа и стиля, что способствует развитию творческого мышления.

Итак, я приглашаю Вас на занятие. Сегодня для Вас танцуют:

- Нечаев Даниил и Власова Антонина
- Зуев Вячеслав и Нечаева Полина
- Серов Тимур и Мартюшина Мария
- Шестаков Лев и Давыдова Ирина
- Скиба Матвей и Бердникова Лилия.

Ваши аплодисменты спортсменам.

В начале занятия учащиеся делают поклон.

Ребята, сегодня на занятии мы будем совершенствовать навыки исполнения фигур в танце «ча-ча-ча». Просьба не забывать, что танец латиноамериканской программы исполняется в стабильной красивой позиции корпуса и рук.

- В качестве разминки танцуем упражнения:

Тайм-стэп. Ребята, обратите внимание на работу коленей в момент шага от опорной ноги. добавляем работу сторон (5 мин.)

Основное движение. Четкий перенос веса на каждом шаге. Вертикальность позиции на опорной ноге, выделение акцентированной доли. (5 мин.)

Поступательное основное движение. Особое внимание уделяем техническому действию «лок-степ»

- А теперь переходим к более сложным вещам, танцуем фигуры танца «ча-ча-ча»:

Поступательный шаг вперед с добавлением лок степа. Особое внимание работе стопы при осуществлении движения от опорной ноги, а так же распределению веса по стопе в момент шага. (5 мин.)

Вопрос: Где расположен вес перед началом движения?

Ответ: В подушечке опорной ноги.

Открытый хип-твист с выходом в веерную позицию. Обращаем внимание на смену ведущей стороны перед каждым шагом, продолжаем работать над акцентированными долями и стилистикой движения (5 мин.)

Вопрос: Какие акцентированные доли используются в данной фигуре?

Ответ: Первая и третья.

- Сейчас мы переходим к работе над соединениями фигур. Отрабатываем совместность действий, общий тайминг.

Исполнение фигур хип –твист с выходом в веерную позицию, алемана, 3 ча-ча с выходом в нью-йорк чек, рука в руке и поворот дамы под рукой. Обращаем внимание учащихся на моменты взаимодействия (общий баланс, объём), ритмический рисунок (дробление такта, использование счёта «и», акценты) (8 мин.)

Вопрос: Какие позиции в паре мы используем в данном соединении?

Ответ: Открытую и закрытую позиции. а также променадную позицию..

- Заключительная часть:

Ребята, следующим заданием для вас является исполнение в паре вариаций (5 мин.)

Вопрос: Итак, давайте ещё раз заострим внимание на тех моментах, которые важны при исполнении танца «ча-ча-ча» на турнире?

Предполагаемые ответы: Музыкальность, выразительность, точность движений и позиций, хороший внешний вид (костюм, причёска, макияж).

Молодцы, ребята, вы усвоили теорию и показали на практике хорошие результаты, но получается пока не всё.

Далее обучающимися анализируется исполнение танца, если ребята не применяют при исполнении вариаций те моменты, которые отрабатывались в течение урока (5 мин.)

В конце нашего занятия мы хотим предложить присутствующим посмотреть другие танцы латиноамериканской программы.

Спортсмены по одной паре танцуют румбу (Нечаев Даниил и Власова Антонина; Серов Тимур и Мартюшина Мария), самбу (Скиба Матвей и

Бердникова Лилия), джайв (Шестаков Лев и Давыдова Ирина) и ча-ча-ча (Зуев Вячеслав и Нечаева Полина)

В конце занятия обучающиеся выполняют поклон.