**План урока**

**Вводная часть урока (5 мин.)**
 вход в танцевальный зал;
– поклон педагогу и концертмейстеру;
– обозначение темы и цели урока;
– беседа о значении координации в классическом танце.

**Подготовительная часть урока (10 мин.)**
– разминка по кругу и на середине зала.

**Основная часть урока (55 мин.)**
– Par terre;

– повторение основных понятий классического танца (вопрос-ответ);

– Exercice у станка;
– повторение изученных движений на середине зала, упражнения на координацию;
– танцевальная композиция «Шалунишки».

**Заключительная часть урока (10 мин.)**
– игра «Зеркало»;
– основное построение для выхода из зала;
– поклон педагогу и концертмейстеру;
– выход из танцевального зала под музыкальное сопровождение.

**Конспект урока**

**Вводная часть урока** (1 слайд).

• Вход учащихся в танцевальный зал. Учащиеся выстраиваются в три линии в шахматном порядке. Музыкальное сопровождение марш, муз. р-р 4/4.
• Поклон педагогу и концертмейстеру. Музыкальное сопровождение вальс, муз. р-р ¾.
• Обозначение темы и цели урока (2-3слайд).
• Рассказ о значении координации в классическом танце (4-5 слайд).

Танец – это вид искусства, в котором художественный образ воплощается через музыкально организованное движение. Особенности искусства танца в том, сто содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа танца через своеобразную и сложную технику этого искусства раскрывает внутренний мир человека.

Среди двигательных функций особое значение имеет координация движений. Различают три основных вида координации – нервную, мышечную и двигательную.

Нервная координация – это процесс согласования эффекторных нервных процессов (команд), приводящий в конкретных условиях к решению двигательной задачи.

С помощью нервной системы и другими путями в организме передаются сигналы (информации), которые служат для управления, сигналы объединяются, синтезируются, образуя так называемые "чувства". Это могут быть чувства ритма, равновесия, различных поз, осанки и т.п. Они могут быть закреплены в памяти. Запоминание движения, профессиональная память – одна из особенностей координации, зависящей от работы зрительного и вестибулярного аппаратов и других органов.

Мышечная координация – это процесс согласования напряжения мышц, силы тяги которых приложены к звеньям тела. Мышечная координация определяется нервной координацией, но и зависит от многих других причин. В мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела.

Двигательная координация – это процесс согласования движений звеньев тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное), соответствующей решению конкретной задачи в конкретных условиях. Это согласование движений есть следствие и мышечной, и нервной координации, зависящее от них, но не полностью.

Слово «координация» означает «согласование». Когда говорят о координации движений, имеют в виду согласованность в работе мышц разных групп, направленную на достижение определенного двигательного эффекта, контрольной цели. Любая поза, любое движение требует координации.
Координация является именно тем качеством, которое можно развить только тренировками.

**Подготовительная часть** (6 слайд).

* Дети выстраиваются в круг и исполняют подготовительные упражнения для разогрева мышц. Музыкальное сопровождение марш, муз. р-р 4/4:
 – танцевальный шаг с носка;

 – шаги на скошенных стопах наружу («медведи») и вовнутрь;
 – шаги на полупальцах,;
 – шаги с высоким поднятием ноги, согнутой в колене («цапля»);
 – подскоки;
 – бег взахлест;
 – высокий бег («лошадки»);
 – шаги в приседании («уточки»);
 – прыжки на двух ногах («зайцы»).
В данном упражнении применяется игровая технология. Учащиеся исполняют движения, имеющие образное сходство с различными животными. Это развивает образное мышление учащихся и увеличивает интерес к образовательной деятельности.

* Обучающиеся выстраиваются в три линии в шахматном порядке и исполняют разминку на середине зала:
* упражнения для улучшения гибкости шеи;
* упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
* упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
* упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья;
* упражнения для улучшения подвижности гибкости суставов позвоночника;
* упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов;
* упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;
* упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы.

**Основная часть урока**

* Дети берут и раскладывают коврики на свои места – Par terre:
* упражнения сидя на коврике включают в себя следующие упражнения: тренировочный комплекс для развития подъема стопы, «Птички», «Складочка», «Часики», «Книжечка» (7 слайд).;
* упражнения, лежа на спине: «Иголочка», «Перевернутый столик», «Летучие мышки», «Велосипед», «Ножницы», «Свечка», «Улиточка», «Мостик» (8 слайд). ;
* упражнения, лежа на животе: «Лодочка», «Русалочка», «Рыбка», «Корзиночка», «Лягушка» (9 слайд). ;
* упражнения стоя на коленях: «Кошечка», «Ванька-Встанька», «Солдатик» и подготовка к шпагатам (10 слайд)..
* Собрав коврики и став в три линии в шахматном порядке обучающиеся отвечают на вопросы (повторение основных понятий классического танца) (11 слайд).:
* Что такое экзерсис (Exercice)?
* Сколько позиций ног в классическом танце?
* Сколько позиций рук в классическом танце?
* Как звучит приседание на французском языке?
* Exercice у станка:
* Постановка корпуса по I,II и III позиции ног (12 слайд);
* Выполнение комбинации demi plier (13 слайд);
* Перегибы корпуса назад и в стороны (14 слайд).

Экзерсис на середине зала имеет такое же значение и развитие, как экзерсис у палки. Последовательность его в основном та же. На середине зала он значительно сложнее, так как следует сохранять выворотность ног и равновесие тела без помощи палки. Правильное распределение центра тяжести потянутого корпуса на двух и на одной опорной ноге, ровные бедра и в особенности подтянутое и выворотное бедро работающей ноги-основные условия для овладения устойчивостью.

Работая перед зеркалом, не следует сосредотачивать внимание на какой-либо отдельной части тела, необходимо охватывать взглядом всю фигуру, следя за правильностью формы и положением ног. Но кроме зрительного восприятия должно быть и ощущение всего тела, его собранности и подтянутости.

Обучающиеся выстраиваются в три линии в шахматном порядке и выполняют:

* упражнения для рук (подготовительное положение и I,II,III позиции рук) (15 слайд);
* упражнения на координацию (16-17 слайд);
* музыкальная игра на развитие чувства ритма и координации движений (игровая технология) (18 слайд).
* Танцевальная композиция «Шалунишки» (19 слайд).

 Разобрав и исполнив номер по частям, расставив основные акценты, учащиеся исполняют танец полностью под музыку.

**Заключительная часть урока**

* Игра на развитие внимания, музыкального слуха, чувства ритма «Зеркало» (20 слайд). Дети разбиваются попарно и становятся лицом друг к другу. Под музыку один ребенок в парах танцует, а другому нужно в точности повторять его движения. Затем роли меняются (игровая технология).
* Основное построение для выхода из зала (три линии в шахматном порядке).
* Подведение итогов. Что дают упражнения на координацию? (21 слайд).

Упражнения на координацию и баланс помогают:

* укрепить отдельные мышцы (в особенности мышцы-стабилизаторы позвоночника);
* развить чувство равновесия;
* улучшить ориентировку в пространстве;
* повысить ловкость;
* снизить вероятность спортивных травм и серьёзных ушибов;
* воспитать чувство ритма и темпа, что незаменимо в танцах.
* Степень реализации цели, достигнутой в начале уроке (22 слайд). Рефлексия:
* Сегодня я узнал…
* У меня получилось …
* Было трудно …
* Меня удивило…
* Было интересно…
* Теперь я умею…
* Поклон педагогу и концертмейстеру (23 слайд). Музыкальное сопровождение вальс, муз. р-р ¾.
* Выход из танцевального зала под музыкальное сопровождение (марш).

В основе всего урока с учащимися положена здоровьесберегающая технология, а также личностно-ориентированная технология с дифференцированным подходом.

**Литература**

1. Базарова М.А., Мей В.И. Азбука классического танца. – Ленинград: Искусство, 1983

2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. Методические указания педагогом детских хореографических коллективов и школ. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС», 2004

4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – М.: Искусство, Краснодар – 2003

10. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М.: Владос, 2004.

11. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. – СПб.: «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; «Лань», 2011. – 544 с.