

Хмельницький палац творчості дітей та юнацтва

Конспект відкритого заняття
в танцювальному клубі «Liv.Legends»
група Юніори ПР-2, початковий рівень, 2 рік навчання

Тема заняття:
«Комбінація рухів хіп-хопу»

Керівник гуртка:
Іванова Катерина Ігорівна
Відділ: художньо – естетичний
02.02.2016 р.

Мета заняття:

навчальна:

- навчити учнів виконувати комбінацію рухів хіп-хопу;
- закріпити базові рухи хіп-хопу вивчені на попередніх заняттях.

розвивальна:

- розвивати координацію рухів, відчуття ритму, музикальність;
- розвивати творчий потенціал при виконанні базових рухів хіп-хопу.

виховна:

- виховувати в учнів особистісні якості, працьовитість, цілеспрямованість, уважність.

Методи:

- словесні, показ викладача, метод повтору.

Тип заняття:

- комбінований.

Вид заняття:

- імпровізація.

Форма заняття:

- групова.

Обладнання:

- акустична система, настінне дзеркало.

Очікуваний результат:

- самостійне осмислене виконання учнями комбінації рухів хіп-хопу.

Хід заняття:

I. Вступна частина.

Організаційний момент. Перевірка присутніх на занятті. Інструктаж з техніки безпеки на уроці.

Доброго дня, учні. Тема сьогоднішнього заняття – комбінація рухів хіп-хопу.

Наше завдання на сьогодні:

- навчитись виконувати комбінацію рухів хіп-хопу;
- закріпити базові рухи хіп-хопу вивчені на попередніх заняттях;
- самостійне осмислене виконання учнями комбінації рухів хіп-хопу.

А розпочинаємо наше заняття з розминки.

II. Основна частина.

Загальна розминка м'язів та частин тіла:

- поворот голови вправо - в початкову позицію – вліво – в початкову позицію;
- опускання голови вниз - в початкову позицію – назад - в початкову позицію;
- рух голови вперед-назад в горизонтальній площині;
- піднімання плечей по черзі вгору (спочатку праве потім ліве);
- теж саме тільки синкопуючи;
- кругові рухи рук розставлені в сторони вперед-назад;
- зміщення діафрагми вперед – назад;
- теж саме тільки синкопуючи;
- зміщення діафрагми вправо – вліво;
- зміщення діафрагми по колу: вправо – назад – вліво – вперед;
- зміщення діафрагми по колу: вліво – назад – вправо – вперед;
- груви корпусом, колінами.

Закріплення базових рухів хіп-хопу вивчених на попередніх заняттях:

- виконання базових рухів хіп-хопу;
- повторення варіацій та комбінацій базових рухів хіп-хопу вивчених на попередніх заняттях;
- обговорення помилок та їх корекція;

Вивчення нового матеріалу:

- вивчення комбінації рухів хіп-хопу;
- корекція виконання комбінації рухів хіп-хопу.

Відпочинок 5 хвилин.

Продовжуємо наше заняття.

- робота та тренаж над партерними рухами;
- імпровізація учнів із використанням нового руху з метою контролю засвоєння нового матеріалу;
- аналіз виступів учнів та обговорення.

Розтяжка ніг:

- сидячи на підлозі ноги в сторону, наклони перед собою;
- сидячи на підлозі ноги разом, наклони перед собою;
- вправа «прапорець» (права нога рівна);
- наклони до правої ноги;
- вправа «прапорець» (ліва нога рівна);
- наклони до лівої ноги;
- шпагати: правий, лівий, поперечний.

Силові вправи:

- спина 20 разів;
- прес по 20 разів кожен вид вправи;
- віджимання від підлоги 20 разів.

III. Заключна частина (підведення підсумків заняття)

Отже, сьогодні ми з вами вивчили комбінацію рухів хіп-хопу та навчилися використовувати їх при імпрровізації, але не усі ще технічно правильно виконують дану комбінацію. Тому на наступних заняттях ми будемо закріплювати ці комбінації рухів.