**План-конспект занятия**

**педагога дополнительного образования**

**Коровиной Дарьи Андреевны**

Объединение – коллектив современного танца «Сапфир»

Программа - «Основы танца».

Группа – 02-29

Дата проведения: - 29.12.2022.

Время проведения: 16ч. 50 мин.

**Тема занятия:** «Постановка танца. Отработка элементов и движений танца под музыку и под счет»

**Цель занятия:** Развитие творческих способностей детей, восприятие движений в связке, развитие исполнительских навыков у детей.

**Рекомендуемый комплекс упражнений:**

**Первый этап.**

Растяжка на ковриках

**- уголок**

Сидя на полу, отрываются ноги от пола на 90 градусов ,руки разведены в стороны, удерживание ног и рук 10 секунд по 4 подхода.



**-бабочка**

Сидя на полу, ноги согнуты, спина прямая, колени опускаются (стремятся) к полу.



**-лягушка**

Лежа на животе, ноги согнуты, колени на полу, живот прижат к полу, стопы так же удерживаются на полу.



-шпагаты (правый, левый и поперечный)



-мостик



**Второй этап.**

Разучивание танцевальных комбинаций под музыку.

В комбинациях используются различные движения, шаги, прыжки, прыжки с хлопком, повороты и различные перестроения.

Музыкальный материал: непоседы – я, ты, он, она вместе целая страна

Ссылка: <https://www.youtube.com/watch?v=KXFgh3kCV7E>

**Домашнее задание**:

-шпагаты

-мостик

- повторение танцевальных комбинаций.

**Обратная связь:**

Фото самостоятельного выполнения задания отправлять на электронную почту [metodistduz@mail.ru](mailto:metodistduz@mail.ru) для педагога Коровиной Д.А.