**План-конспект занятия**

**педагога дополнительного образования**

**Симоновой Наталья Геннадьевны**

Объединение –коллектив современного танца «Силуэт»

Программа - «Мир танца».

Группа - 03-32.

Дата проведения: - 21.12.2022.

Время проведения: 16 ч. 50 мин.

**Тема занятия:** «Классический танец. Основы классического танца».

**Цель занятия:** формирование и развитие координации движений и чувства ритма.

**Рекомендуемый комплекс упражнений:**

- упражнения для головы: наклоны крестом, круговое вращение, повороты;



-

упражнения для плеч: поднимание-опускание, вращение;



- упражнения для рук: вращение кистями, предплечьями, всей рукой;



- упражнения для корпуса: наклоны вперед-назад, в сторону;



- упражнения для ног: «лошадки» на месте, перемещение с одной ноги на другую в приседе.



- шпагаты правый, левый, поперечный по 5 минут каждый.

**PAS CHASSE:**

Стать в V позицию, правая нога впереди, demi-plie, прыжок наверх, правая нога вынимается на II позицию на 45° (делается sissonne tombee направо), но более проходящим движением, чем принято, левая подтягивается, скользя к правой, ноги соединяются в воздухе прыжком вертикально в V позиции с захваченными пальцами.

Прыжок должен быть выполнен с продвижением в том же направлении и, по возможности, более высоко именно в этот момент *(рис. 1).*



***Рис. 1 Pas chasse***

**Домашнее задание**:

- повторение и закрепление танцевальной постановки.

**Обратная связь:**

Фото самостоятельного выполнения задания отправлять на электронную почту metodistduz@mail.ru для педагога Симоновой Н.Г.