**План-конспект**

**дистанционного занятия**

**педагога дополнительного образования**

**Тартачной Галины Викторовны**

Дата проведения: 12.12.2023

Время проведения: 16.50-17.20, 18.30-19.00

Обьединение: Танцевальная студия «Леди-блюз»

Группа № 03-25, № 03-26

Программа: «Мир танца»

**Тема:** Упражнения развивающие музыкальные чувства. Игра «Самолетики-вертолетики»».

**Цель:** Развить природные физические данные у детей и научить

выразительно передавать различные танцевальные образы под музыку, придумывать свои варианты образных движений.

**Задачи:**

-формировать у детей мотивацию к постановке танцевальной композиции;

- развивать координацию и слух;

- содействовать укреплению здоровья.

**Ход занятия**

**Вводная часть.**

Разминка:

а) Упражнения

- наклоны головы влево-вправо, вперед- назад, круговые движения.

- легато (круговые движения плечами, вперед-назад).

- повороты туловища вправо-влево, вперед-назад.

- Port de bras (наклоны влево- вправо, вперед-назад).

- Releve (на двух ногах, поочередно)

б). Прыжки:

- Sauté (соте)

- Sauté (соте) вперед-назад, вправо- влево

- Из 6 позиции во 2 позицию

- Поджатый прыжок.

**Основная часть.**

<https://yandex.ru/video/preview/>?

filmId=12783779873202361414&from=tabbar&parent-reqid=1645169432245048

11554640505256277103-sas2-0311-sas-l7-balancer-8080-BAL- 544&text

=Общеукрепляющие +развивающие+упражнения+под+музыку

Растяжка

Складочка (5 мин.)

Поднятие ноги в положении сидя, вперед -4 раза

Уголок (медленное поднятие 2 ног на 90°и 45°)- 8раз

Бабочка 4 раза

Лягушка 4 раза

Корзиночка, коробочка по 5 раз

Наклоны корпуса из стороны сторону в положение сидя, на

раскрытых ногах -10 раз

**Заключительная часть.**

1. Расслабление лежа на спине (2 мин)

2. Домашнее задание:

- березка;

- мостик;

- кувырок назад через плечо (правое, левое);

- кувырок вперед.

**Игры под музыку. Игра «Самолетики-вертолетики»**

(Повтор движений под музыку. Танец игра с ускорением)

<https://youtu.be/ZnZSAx0lFHg> , ht Игра самолетики-вертолетики:

<https://youtu.be/ZnZSAx0lFHg>

<https://youtu.be/WHhbGq4d7xA>

[https://youtu.be/L8Wn- 02MWL4](https://youtu.be/L8Wn-%2002MWL4)

3. **Обратная связь:** высылаете фото с отработкой упражнений на WhatsApp 89046882647 Тартачной Г.В.