**Дистанционные занятия по хореографии группы № 4 танцевального коллектива «Мир детства» с 31.01- 5.02.22года.**

Тема: «Урок фантазии. Ритмопластика». Тема рассчитана на три занятия. Продолжительность занятия – 30 минут в соответствии с требованиями санпина.

1. Часть занятия – разминка.

Упражнения для разогрева:  
– танцевальный шаг с носка;  
– шаги на скошенных стопах наружу («медведи») и вовнутрь;  
– шаги на полупальцах, пятках;  
– шаги с высоким поднятием ноги, согнутой в колене («цапля»);  
– подскоки;  
– бег взахлест;  
– высокий бег («лошадки»);  
– шаги в приседании («уточки»);  
– прыжки на двух ногах («зайцы»);  
- шаг "полька" с подскоками;  
- галоп с переменой сторон.

1. Шаги с руками, находящимися в  
   положении «ладони на талии».  
   - танцевальный шаг с носка;  
   - шаги на полупальцах;  
   - шаги на пятках;  
   - шаги поочередно на полупальцах, пятках;  
   - маршевый шаг на месте;  
   - легкий бег с поджатыми ногами;  
   - подскоки на месте и с продвижением;  
   - боковой галоп с переменой сторон.

Способность к воображению – одно из удивительных свойств, присущих человеку. Воображение (или фантазия) делает возможным и художественное творчество, и научные открытия. Без воображения немыслима даже повседневная жизнь человека. Ведь почти вся человеческая материальная и духовная культура является продуктом воображения и творчества людей. Благодаря воображению человек творит, разумно планирует свою деятельность и управляет ею. Воображение может «оживлять»  события исторического прошлого или предвосхищать то, что будет в будущем.

В хореографическом искусстве процесс воображения имеет важное значение при создании художественного образа, как балетмейстером, так и исполнителем.

Бывает, что хорошо тренированны танцовщик, работая над хореографическим образом, оказывается невыразительным и скованным на сцене, хотя на занятиях по специальным предметам он двигался легко и свободно.

Чем это объяснить? Одна из причин подобного явления кроется в отсутствии воображения, веры в вымысел. Если предлагаемые обстоятельства не стали для исполнителя естественными, если его воображение дремлет, то техника ему мало поможет. Воображение, вера в вымысел помогают всестороннему использованию танцевальной техники  для создания выразительного образа. Воображение проявляется не только в сочинении танцевальных сцен, не только в создании хореографических композиций, но и в сочинении сюжета, разработке  композиционного плана, создании образов и умении поставить эти образы в необходимые сценические ситуации, в которых бы они, раскрывая себя, раскрывали сюжет, идею произведения.

Огромный вклад по развитию творческой фантазии и воображения сделал К.С.Станиславский. Вся система Станиславского основана на мобилизации и тренировке  творческого воображения, направлена на изучение и создание условий, способствующих его расцвету. «Артист должен любить и уметь мечтать. Это одна из самых важных творческих способностей.  Без воображения нет творчества», - писал Константин Сергеевич.

Тест. Инструкция: На листе изображены геометрические фигуры: квадрат, треугольник, круг. Дорисуйте их так, чтобы получилось осмысленное изображение какого-либо предмета. Причем дорисовывание может проводиться, как внутри контура фигуры, так и за ее пределами при любом удобном, для ребенка, повороте листа и изображении фигуры, т.е. использовать каждую фигуру в разных ракурсах.

Качество рисунков с точки зрения их художественности, соблюдения пропорций и т.д. при анализе не учитывается, поскольку в первую очередь нас интересует сам замысел композиции, многообразие возникающих ассоциаций, принципы воплощения идей.

2.     Ритмопластика.

***Игра «Снеговик»***

*Цель. Развитие двигательных способностей.*

Педагог дает детям задание: «Эта игра поможет вам научиться напрягать и расслаблять мышцы шеи, рук, ног и корпуса, Встаньте в круг и превратитесь в снеговиков: ноги на шири­не плеч, согнутые в локтях руки вытянуты вперед, кисти ок­руглены и направлены друг к другу, все мышцы напряжены. Пригрело солнышко, под его теплыми веселыми лучами снего­вик начал медленно таять».

Дети постепенно расслабляют мышцы, опускают бессильно! голову, руки, затем сгибаются пополам, опускаются на кор­точки, падают на пол, полностью расслабляются.

Игра повторяется 2—3 раза.

***Игра «Пальма»***

*Цель. Развивать пластическую выразительность.*

Педагог. Представьте, что вы — пальмы. Сейчас пальмы будут медленно расти. Вы поднимаетесь со стульчиков. Встали и пальма выросла большая-пребольшая: правую руку вытяни­те вверх, потянитесь за рукой, посмотрите на руку —«завяли листочки»; опустите кисть — «завяли ветки», опустите руку от локтя — «вся пальма завяла». Вы должны попеременно напря­гать и расслаблять мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

Заключительная часть урока – Поклон.